

## **BAB I PENDAHULUAN**

BAB I menyajikan uraian tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan tesis.

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan merupakan faktor pendukung proses keberhasilan pembangunan suatu bangsa, dengan sistem pendidikan yang baik dapat mendorong kemajuan suatu negara menjadi negara yang maju. Maulana (2022) menyatakan pendidikan merupakan kunci bagi perkembangan suatu bangsa, karena dengan pendidikan generasi di suatu negara bisa terdidik dan terlatih dengan baik. Pendidikan merupakan serangkaian peristiwa kompleks yang melibatkan komponen meliputi peserta didik, tenaga pendidik, metode, dan situasi atau lingkungan (Annury, 2019).

Sinergitas dari berbagai elemen menjadi poin kunci dalam keberhasilan pendidikan. Keberhasilan penyelenggaraan pendidikan ditentukan dari kualitas peserta didik sebagai komponen utama dalam pendidikan. Dahniar (2022) mengemukakan peserta didik, tenaga pendidikan, dan tujuan utama pendidikan merupakan komponen utama dalam dunia pendidikan. Terwujudnya peserta didik yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab merupakan tujuan utama pendidikan.

Peserta didik sebagai objek dari penyelenggaraan pendidikan tidak terlepas dari berbagai permasalahan. Salah satu permasalahan yang cenderung terjadi dalam penyelenggaraan pendidikan ialah peserta didik tidak dapat bertahan ketika dihadapkan pada situasi dan kondisi yang sulit. Peserta didik yang tidak dapat bertahan pada kesulitan digambarkan sebagai peserta didik yang mengalami resiliensi rendah. Konsep resiliensi didasari oleh kapasitas kemampuan peserta didik untuk menerima, menghadapi dan mentransformasikan masalah-masalah yang telah, sedang dan akan dihadapi sepanjang kehidupan. Menurut Widuri (2012) resiliensi dapat digunakan untuk membantu peserta didik dalam menghadapi dan mengatasi situasi sulit serta dapat digunakan untuk mempertahankan serta meningkatkan kualitas hidup.

Munawaroh & Mashudi (2018) menyatakan individu yang memiliki resiliensi tinggi memiliki beberapa sifat, diantaranya yaitu optimisme dimana peserta didik percaya dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah, serta yakin bahwa berbagai peristiwa dapat berubah menjadi lebih baik, peserta didik terdorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik.

Henderson & Milstein (2003) mengatakan resiliensi sebagai proses mengatasi masalah seperti gangguan, kekacauan, tekanan, atau tantangan hidup, yang membekali individu dengan perlindungan dan kemampuan untuk mengatasi masalah sebagai hasil dari situasi yang dihadapi. Resiliensi tidak hanya dimiliki oleh seseorang atau sekelompok orang, melainkan setiap orang, termasuk remaja. Remaja dengan resiliensi tinggi dicirikan sebagai individu yang memiliki kompetensi secara sosial, dengan keterampilan hidup seperti: pemecahan masalah, berpikir kritis, kemampuan mengambil inisiatif, kesadaran akan tujuan dan prediksi masa depan yang positif.

Resiliensi yang perlu dimiliki khususnya bagi peserta didik yaitu resiliensi akademik. Martin & Marsh (2006) mengartikan resiliensi akademik sebagai kemampuan peserta didik untuk bertahan pada kondisi yang sulit, bangkit dari keterpurukan, mampu mengatasi kesulitan, dan dapat beradaptasi secara positif terhadap tekanan dan tuntutan akademik. Kegiatan akademik tidak terlepas dari berbagai hambatan dan kesulitan yang dialami oleh peserta didik. Martin & Marsh (2009) mengatakan konteks akademik terdapat berbagai tantangan, kesulitan, dan tekanan yang dinamis sebagai realita dalam dunia pendidikan. Peserta didik yang memiliki resiliensi tinggi cenderung lebih tangguh dan menganggap kegagalan bukanlah titik akhir. Peserta didik yang memiliki resiliensi tinggi akan menemukan sistem untuk meningkatkan pola pikir atau pengetahuan yang lebih tinggi sehingga dapat mengatasi masalah secara menyeluruh, penuh perhatian dan semangat (Amelasasih., dkk., 2018). Peserta didik yang memiliki resiliensi tinggi juga memiliki kecemasan, tetapi peserta didik telah belajar untuk mengatasi kecemasan dan keraguan serta mampu bertahan dalam kesulitan akademik.

Peserta didik dengan resiliensi tinggi cenderung memiliki stress yang rendah, dapat meningkatkan kinerja akademik, terlindungi dari akibat negatif, khususnya

ketika dalam menghadapi kesulitan, meningkatkan perhatian belajar meskipun sedang mengalami *anxiety sensitivity* (sensitif terhadap kecemasan) (Chung, dkk, 2008). Resiliensi akademik yang semakin tinggi dimiliki oleh peserta didik akan semakin rendah mengalami *school burnout* (kelelahan sekolah). (Seçer & Ulaş, 2020; Fiorilli, dkk., (2020). Martin (2013) memaparkan dalam penelitiannya peserta didik yang memiliki resiliensi tinggi akan cenderung terhindar dari dampak *major negative outcomes* (luaran negatif yang berat). Resiliensi akademik memiliki hubungan dengan *subjective well-being*, hubungan resiliensi akademik menunjukkan peserta didik pada kategori resilien memiliki *subjective well-being* yang baik pula (Amelasih, dkk., 2018). Resiliensi akademik juga memiliki hubungan positif dengan konsep diri, sehingga apabila peserta didik memiliki konsep diri yang positif cenderung memiliki resiliensi akademik yang baik (Simorangkir, dkk., 2022).

Resiliensi akademik yang rendah dapat membuat kondisi peserta didik mengalami stres, depresi, penurunan nilai akademik sehingga berdampak terhadap kesejahteraan psikologis dan kesuksesan akademik peserta didik (Chung, dkk, 2008). Peserta didik yang memiliki resiliensi rendah juga cenderung tidak bertanggung jawab, menunjukkan sikap pesimis dalam menghadapi kendala akademik dan cenderung berpikir negatif pada kondisi sulit (Murtiningrum & Pedhu, 2021). Peserta didik dengan resiliensi akademik rendah cenderung mengalami prokrastinasi akademik, stress akademik, cemas, takut, dan kurang konsentrasi (Shinta, 2021; Syarifah, 2022).

Resiliensi sebagai kompetensi peserta didik adalah kemampuan untuk mengatasi tantangan dan berkembang meskipun menghadapi kesulitan. Implementasi dalam pendidikan melibatkan dan menciptakan lingkungan yang mendukung, mengajarkan keterampilan coping, dan memberikan dukungan sosial yang kuat.

Garnezy (1985) mengidentifikasi bahwa resiliensi bukan hanya tentang mengatasi stres, tetapi juga melibatkan kemampuan individu untuk berkembang dan beradaptasi secara positif meskipun menghadapi risiko. Karakteristik individu seperti *self-efficacy* dan optimisme adalah kunci dalam membangun resiliensi. Bronfenbrenner (1979) menekankan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh

berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi. Lingkungan yang mendukung di sekolah, keluarga, dan komunitas dapat memperkuat resiliensi peserta didik. Masten (2001) mengemukakan bahwa resiliensi adalah proses dinamis yang melibatkan interaksi antara faktor risiko dan faktor protektif. Faktor protektif seperti dukungan sosial, keterampilan coping yang baik, dan lingkungan yang mendukung dapat membantu individu mengatasi tantangan. Teori dari Masten, Bronfenbrenner, dan Garmezy memberikan kerangka kerja untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi.

Hasil penelitian Chung, dkk. (2008) menjelaskan resiliensi akademik yang rendah berdampak terhadap kesejahteraan psikologis dan kesuksesan akademik peserta didik. Ramadani & Sofah (2022) dalam penelitiannya menunjukkan peserta didik dengan resiliensi akademik yang rendah akan cenderung lebih mudah mengalami stres dan cenderung memiliki prestasi belajar yang rendah. Berbagai dampak negatif ketika peserta didik mengalami resiliensi akademik rendah seperti, stres, depresi, penurunan prestasi akademik serta berdampak terhadap kesejahteraan psikologis, dan kesuksesan akademik.

Resiliensi akademik menjadi salah satu kajian yang urgent dalam bimbingan dan konseling. Terdapat empat bidang layanan dalam bimbingan dan konseling yaitu bidang pribadi, sosial, belajar/akademik dan karier. Resiliensi akademik termasuk dalam bidang belajar dalam layanan bimbingan dan konseling. Khotimah et al (2022) mengemukakan bidang belajar ini bertujuan dalam rangka memfasilitasi peserta didik untuk dapat mengenal, menumbuhkan dan mengembangkan diri, sikap dan kebiasaan belajar yang baik untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan program belajar di sekolah. Panduan operasional penyelenggaraan BK di SMA (POP BK SMA 2016) juga terdapat tugas perkembangan yang mesti dilalui oleh peserta didik termasuk wawasan peserta didik harus memiliki kemampuan diri, peluang dan ragam pekerjaan, pendidikan serta setiap aktivitas yang berfokus pada pengembangan diri. Tugas perkembangan tersebut menekankan agar peserta didik dapat memiliki kemampuan dalam bidang akademik sehingga relevan dengan resiliensi akademik bagi peserta didik.

Hasil studi pendahuluan pada Sekolah SMA Negeri 2 Subang kelas XI dengan menggunakan instrument skala resiliensi akademik yang dikembangkan oleh

Hamzah (2022) menunjukkan peserta didik berjumlah 26 mayoritas berada pada kategori resilien, namun terdapat 5 peserta didik yang tidak resilien. Kemampuan tidak resilien pada lima peserta didik ditunjukkan dengan rendahnya nilai akademik, lebih mudah mengalami stress, memiliki prestasi belajar yang rendah, tidak memiliki tanggung jawab pada tugas-tugas yang diberikan guru mengalami prokrastinasi akademik, cemas, takut, kurang konsentrasi, dan sering meninggalkan kelas saat pelajaran berlangsung.

Upaya untuk membantu peserta didik yang memiliki resiliensi akademik yang rendah diperlukan dengan layanan konseling kelompok. Menurut Rusmana (2009) layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok, yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Pelaksanaan konseling kelompok dapat membantu peserta didik yang tengah mengalami kesulitan mengatasi kondisi stres yang ditimbulkan karena adanya tantangan kehidupan. Geldard (2013) menyatakan peran konselor yaitu menjadi pemimpin kelompok yang membantu para anggota kelompok mengurangi dampak dari besarnya kondisi yang menyebabkan tekanan psikologis yang dapat berpotensi memunculkan masalah kesehatan mental yang tidak diinginkan. Konseling kelompok berfokus pada usaha untuk membantu individu agar mampu menghadapi realitas di masa depan dengan penuh optimis melalui layanan yang diberikan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya dan mampu menghadapi kenyataan tanpa merugikan siapapun.

Berbagai intervensi telah digunakan untuk meningkatkan resiliensi terhadap peserta didik. Hasil penelitian Fitri & Kushendar (2019) menunjukkan teknik restrukturisasi kognitif dengan desain konseling kelompok dapat meningkatkan resiliensi akademik. Barokah (2022) dalam penelitiannya juga menunjukkan konseling kognitif berbasis *mindfulness* efektif untuk meningkatkan resiliensi akademik remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Effendi (2020) mengutarakan terdapat pendekatan rasional emotif efektif dalam meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Maharani & Menanti (2022) dalam penelitiannya mengungkapkan terdapat pengaruh layanan penguasaan konten teknik pemodelan terhadap resiliensi akademik peserta didik. Berbagai intervensi yang telah dilakukan, lebih

menekankan intervensi terhadap kognitif yang dimiliki oleh konseli sementara penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berfokus pada sikap dan tanggung jawab yang dimiliki oleh peserta didik. Tanggung jawab merupakan komponen yang sangat perlu dimiliki oleh peserta didik pada kategori tidak resilien. Rutter (2012) mengutarakan dalam meningkatkan resiliensi akademik peserta didik harus menciptakan kondisi dimana peserta didik mampu bertanggung jawab terhadap diri sendiri, pilihan hidup, serta berbagai kegiatan sekolah.

Konseling realitas menurut Latipun (2006) adalah pendekatan yang berdasarkan anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupan dan kebutuhan akan identitas diri. Latipun (2006) mengemukakan tujuan konseling realitas yaitu untuk memfasilitasi individu mampu mencapai kehidupan dengan *success identity*, sehingga individu harus bertanggung jawab dan memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya. Penggunaan konseling realitas memberikan kontribusi dalam kemajuan peserta didik. Penelitian Bariyah, dkk (2018) konseling realitas dapat meningkatkan tanggung jawab belajar pada peserta didik. Tanggung jawab belajar peserta didik merupakan salah satu aspek resiliensi akademik. Rosida, dkk (2017) juga memaparkan dalam penelitiannya konseling realitas dapat meningkatkan motivasi berprestasi belajar peserta didik. Lebih lanjut konseling realitas dapat juga meningkatkan resiliensi diri (Wirastania & Farid, 2018).

Masrohan (2014) konseling realitas WDEP (*Want, Direction/Doing, Evaluation, Planning*) dapat meningkatkan tanggung jawab dan disiplin belajar peserta didik. Penelitian Harlinawati (2016) dengan konseling realitas WDEP dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Konseling Realitas dengan tahapan WDEP juga dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik (Fauziah & Nursalim, 2013). Berdasarkan beberapa rujukan hasil penelitian, peneliti mengajukan judul Konseling Realitas untuk meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik.

## **1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah**

Konseling realitas merupakan pendekatan konseling yang mengasumsikan adanya kebutuhan psikologis dalam diri individu. Tujuan utama dari konseling realitas ialah untuk mengajarkan konseli mengontrol hidup seperti yang dikatakan Glasser, semua konseling adalah pengajaran (Nurihsan, 2021). Rusmana (2019)

mengemukakan tujuan umum dilaksanakan konseling realitas untuk memfasilitasi individu bertanggung jawab terhadap perilakunya. Konseling realitas menitikberatkan pada kenyataan mencapai identitas keberhasilan dengan cara individu mampu memikul tanggung jawab, yaitu kemampuan untuk mencapai kepuasan terhadap kebutuhan dasarnya. Konselor perlu membimbing konseli untuk mempelajari tingkah laku yang realistis, bertanggung jawab dan mengembangkan identitas keberhasilan serta membantu konseli dalam membuat pertimbangan-pertimbangan nilai tentang tingkah lakunya sendiri dan dalam merencanakan tindakan perubahan (Corey, 2016).

Konsep realitas bertujuan untuk menolong peserta didik agar mampu mengurus dirinya sendiri dan dapat menentukan perilaku dalam bentuk nyata, mendorong konseli agar berani bertanggung jawab serta memikul segala resiko yang ada, sesuai dengan kemampuan dan keinginan dalam perkembangan dan pertumbuhan, mengembangkan rencana-rencana nyata dan realistik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Individu yang bertanggung jawab serta dapat menghadapi berbagai hambatan dan resiko hidup yang dialami digambarkan sebagai resiliensi. Martin & Marsh (2006) mengartikan resiliensi akademik sebagai kemampuan peserta didik untuk bertahan pada kondisi yang sulit, bangkit dari keterpurukan, mampu mengatasi kesulitan, dan dapat beradaptasi secara positif terhadap tekanan dan tuntutan akademik.

Peserta didik yang dapat mengatasi kesulitan akademik, bertahan pada kondisi dan tuntutan akademik yang sulit serta bangkit terhadap keterpurukan digambarkan sebagai peserta didik yang bertanggung jawab terhadap dirinya khususnya terhadap kehidupan akademik. Konseling realitas digunakan oleh peneliti karena tujuan dari penggunaan konseling realitas bertujuan agar individu dapat bertanggung jawab terhadap diri sendiri. Latipun (2006) mengemukakan tujuan konseling realitas agar memfasilitasi individu mampu mencapai kehidupan dengan *success identity*, untuk itu individu harus bertanggung jawab dan memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di paparkan, rumusan masalah pada penelitian adalah “apakah konseling realitas dapat meningkatkan resiliensi

akademik peserta didik?”. Secara khusus rumusan masalah penelitian dapat dijabarkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana profil resiliensi akademik peserta didik di Subang?
2. Bagaimana rancangan program konseling realitas dalam meningkatkan resiliensi akademik peserta didik di Subang?
3. Apakah konseling realitas memiliki efikasi untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik pada kategori tidak resilien di Subang?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yaitu memperoleh data empirik sebagai berikut.

1. Profil resiliensi akademik peserta didik di Subang.
2. Rancangan program konseling realitas untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik di Subang.
3. Efikasi konseling realitas untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik pada kategori tidak resilien di Subang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian terdiri dari manfaat teoretis dan praktis.

#### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Secara teoretis penelitian dapat menambah wawasan keilmuan dan penelitian dalam bimbingan dan konseling khususnya konseling realitas untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik di SMA atau sederajat.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Manfaat praktis penelitian, yaitu sebagai berikut.

- 1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor, penelitian diharapkan dapat dijadikan alternatif upaya konseling untuk mengembangkan resiliensi akademik bagi peserta didik.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan referensi tentang konseling realitas untuk mengembangkan resiliensi akademik kepada peserta didik pada kategori tidak resilien.

### **1.5 Struktur Penulisan Tesis**

Tesis disusun berdasarkan sistematika penulisan yang terdiri dari 5 bab sebagai berikut:



BAB I bagian pendahuluan tesis terdiri dari 5 struktur meliputi latar belakang penelitian, kondisi real permasalahan penelitian dan perkembangan kajian pendekatan dalam bimbingan dan konseling, identifikasi rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, yang terakhir ada struktur organisasi penulisan yang menjelaskan secara singkat dari setiap bagian tesis.

BAB II merupakan kajian teoritis yang menguraikan keterbaruan teori dalam kajian bimbingan dan konseling serta teori yang terkait tentang konteks dan ruang lingkup penelitian. Kajian teoritis terdiri dari: pertama penjelasan teoritis tentang perkembangan konseling kelompok realitas. Kedua pemaparan berbagai hasil penelitian terdahulu.

BAB III merupakan bagian dari metodologi penelitian sebagai langkah yang digunakan peneliti meliputi pendekatan desain populasi, sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian menjelaskan tahapan penelitian secara keseluruhan dan terperinci, analisis data yang menjelaskan prosedur analisis terhadap data yang akan diperoleh oleh peneliti.

BAB IV memaparkan mengenai temuan penelitian dan pembahasan berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, pembahasan hasil pengolahan data dan analisis data didasari oleh kajian teoritis yang telah dibuat oleh peneliti guna menjawab rumusan penelitian.

BAB V berisi tentang kesimpulan, implikasi dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan dari hasil penelitian.