

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I pendahuluan menguraikan latar belakang masalah penelitian, identifikasi masalah penelitian, perumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta struktur organisasi penelitian.

1.1 Latar Belakang

Pendidikan memiliki peran krusial dalam membentuk karakter dan mempersiapkan peserta didik dalam menghadapi perubahan dan perkembangan kehidupan. Pendidikan bukan hanya menjadi sarana peningkatan keterampilan akademis, tetapi juga harus membekali individu dengan keterampilan hidup, kreativitas, dan kemampuan beradaptasi di era yang terus berkembang. Salah satu upaya pemerintah untuk memastikan seluruh rakyatnya mendapatkan fasilitas untuk mengembangkan keterampilan hidupnya adalah dengan mengeluarkan peraturan melalui Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 yaitu tentang wajib belajar 12 tahun melalui pendidikan formal mulai dari sekolah dasar sampai dengan sekolah menengah akhir. Proses penyelenggaraan pendidikan di sekolah masih terdapat tantangan dan hambatan yang perlu mendapat perhatian lebih terutama bagi para pendidik. Salah satu hambatan yang muncul adalah stress yang dialami oleh peserta didik.

Pada dasarnya, stres merupakan bagian alami dari kehidupan dan tidak dapat dihindarkan oleh manusia di setiap tahapan kehidupannya. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), stres adalah situasi yang muncul sebagai akibat dari kontak dengan lingkungan, khususnya ketika interaksi menghasilkan ketidakcocokan antara persediaan saat ini dan persyaratan atau tuntutan. Lazarus dan Folkman menjelaskan *appraisal* atau penilaian merupakan komponen terpenting dalam menentukan seberapa tinggi tingkat stres yang dirasakan seseorang ketika dihadapkan oleh situasi yang berbahaya dan menekan. *Appraisal* adalah proses evaluasi, interpretasi, dan respons terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi (Olf, Langeland & Gersons, 2005). Proses penilaian menjadi tahap awal bagi individu sebelum menentukan *coping stress* yang akan digunakan dalam mereduksi stress yang dialaminya.

Stres tidak hanya berkonotasi negatif, Selye (1974; Lazarus & Folkman, 1984) mengkategorikan jenis stress berdasarkan efeknya bagi individu yaitu *eustress* dan *distress*. *Eustress* adalah stres yang menciptakan rangsangan dan gairah, sehingga berdampak positif pada orang yang mengalaminya. *Eustress* dapat membantu individu dalam meningkatkan kinerja dan mengakibatkan kesehatan yang lebih baik (Adiningsih, 2023). *Distress* adalah stres yang memiliki dampak negatif pada orang yang mengalaminya, seperti harapan yang tidak menyenangkan / berlebihan dapat menguras energi individu, sehingga lebih mudah menjadi sakit. *Distress* dapat mengakibatkan masalah fisik dan mental, seperti kegagalan tidur, kebisingan, kekurangan konsentrasi, dan masalah emosi, seperti kesakitan, kebencian, dan kegagalan beradaptasi (Adiningsih, 2023). *Distress* kerap terjadi pada individu tanpa pandang usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga dewasa mengalami *distress*.

Peserta didik kelas X SMA termasuk ke dalam fase perkembangan remaja. Pada fase remaja, individu akan mengalami peningkatan kortisol yang signifikan sebagai respon terhadap *distress* dibandingkan dengan saat anak-anak (Stroud, et al., 2009). Reaksi *distress* ditentukan oleh lingkungan dan kondisi kehidupan yang dialami orang (Nasution, 2008). Hasil Riskesdas tahun 2018 di Indonesia mengungkapkan lebih dari 12 juta orang di atas usia 15 tahun mengalami depresi yang merupakan manifestasi dari *distress* yang berkepanjangan. Hasil survei menemukan sekitar 1.800 orang melakukan bunuh diri setiap tahun yang dikarenakan stres berkepanjangan, atau sama dengan 5 orang setiap harinya, 47,7% di antaranya berusia antara 10 dan 39 tahun, yang diklasifikasikan sebagai remaja dan dewasa (Rokom, 2021). *Distress* yang dialami oleh peserta didik SMA seringkali disebabkan oleh beberapa faktor seperti ujian, persahabatan, hubungan keluarga, dan pertimbangan mengenai masa depan.

Distress yang dialami oleh peserta didik jika tidak segera dikelola akan berdampak pada berbagai aspek dalam kehidupannya mulai dari aspek kesehatan, mental, sosial, dan akademiknya. Kiselica et al (1994; Desmita, 2012) menyebutkan dampak *distress* bagi peserta didik tidak hanya pada aspek fisik, psikologis, dan psikososialnya saja melainkan dapat berdampak pula pada akademiknya di sekolah. Menurut Winkleman (1994, Misra & Castillo, 2004), tekanan fisik mengakibatkan

tubuh memiliki lebih sedikit energi, kehilangan nafsu makan, sakit kepala, dan sakit perut. Penelitian lain mengungkapkan peningkatan kecemasan yang terkait dengan gejala *distress* seperti pikiran untuk bunuh diri, pilihan gaya hidup yang buruk, sakit kepala, dan perasaan tidak berdaya, terutama pada peserta didik (Oman, Shapiro, Thoresen & Plante, 2008). Hasil penelitian Barseli et al (2018) menunjukkan adanya hubungan antara hasil belajar dengan tingkat stres peserta didik. Semakin tinggi tingkat stres akademik, semakin rendah hasil belajar peserta didik. Sebaliknya, semakin rendah stres akademik, semakin tinggi hasil belajar peserta didik. Andriani Julia (2019) mengungkap kondisi *distress* dapat menurunkan prestasi akademik peserta didik SMA, dan penurunan prestasi akademik disebabkan oleh adanya penurunan semangat peserta didik untuk belajar. Fenomena *distress* merupakan suatu permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian serius dari pendidik maupun peserta didik sendiri serta penting untuk menyelidiki *coping stress* pada peserta didik.

Istilah *coping* dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (1984) sebagai upaya kognitif dan perilaku individu yang selalu berubah untuk menghadapi tuntutan eksternal dan / atau internal tertentu yang dipandang sebagai beban dalam kehidupan individu. Mengutip dari Dardas dan Ahmad (2015), *coping stress* umumnya didefinisikan sebagai upaya kognitif dan perilaku individu untuk menangani tekanan internal dan eksternal yang diyakini berada di luar kapasitas individu dan untuk menurunkan tingkat kesejahteraan individu. *Coping stress* merupakan kapasitas orang untuk mengendalikan, menerima, mengurangi, dan akhirnya menaklukkan stres yang individu alami dikenal sebagai mengatasi stres. Lazarus dan Folkman (1984) membagi dua jenis *coping* yang dilakukan individu ketika menghadapi situasi stres yaitu: 1) *problem focused coping* (berfokus pada masalah) dan 2) *emotion-focused coping* (berfokus pada emosi). Kedua jenis *coping* yang dikembangkan kemudian berkembang menjadi 8 aspek *coping stress* yang meliputi: *confrontative, seeking social support, planful problem solving, self-control, distancing, positive reappraisal, accepting responsibility, dan escape or avoidance*. Delapan aspek yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman berfungsi sebagai dasar untuk mengembangkan instrumen yang digunakan dalam studi tentang *coping stress*.

Berdasarkan hasil wawancara pada berdasarkan wawancara pada 5 Maret 2024 bersama Ibu TS salah satu guru bimbingan dan konseling di SMA Pasundan 2 Bandung menunjukkan terdapat lebih dari 10 peserta didik yang terindikasi mengalami *distress* disebabkan oleh berbagai macam latar belakang masalah baik berkaitan dengan akademik maupun non akademik. Berdasarkan pengalaman guru BK, dari ketiga tingkatan kelas X lebih sering mendatangi ruang BK untuk melaksanakan konseling individu terkait *distress*. Guru bimbingan dan konseling mengungkapkan lebih dari 5 peserta didik kelas X yang bercerita ingin pindah sekolah karena memiliki masalah dalam aspek sosial terutama hubungan dengan teman sebayanya. Beberapa masalah yang dapat diidentifikasi oleh guru bimbingan dan konseling ialah seperti terjadinya perundungan, pengucilan, serta adanya kelompok-kelompok pertemanan. Menurut Desmita (2012), salah satu penyebab stres akademik yaitu peserta didik tidak mampu memenuhi tuntutan membangun hubungan interpersonal yang baik di sekolah. Penelitian Demma'musu & Alwi (2023) mengungkapkan terdapat hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan tingkat stress akademik pada peserta didik. Tingkat stress peserta didik yang memiliki kedekatan dengan teman sebayanya ialah rendah, sedangkan tingkat stress peserta didik yang tidak memiliki kedekatan dengan teman sebayanya ialah tinggi.

Berdasarkan pengakuan ibu TS, peserta didik yang terindikasi mengalami stress sudah mampu menganalisis strategi penanganan stress dalam menyelesaikan masalahnya. Peserta didik yang mengalami *distress* memiliki strategi penanggulangan stress yang berbeda-beda. Terdapat peserta didik yang menyelesaikan masalah dengan cara berpikir positif dan lebih mendekatkan diri kepada tuhan. Terdapat pula peserta didik yang menyelesaikan masalahnya dengan melakukan aktivitas merokok, tindakan menyakiti dirinya sendiri, dan kerap kali ingin melakukan tindakan bunuh diri.

Selama menangani peserta didik yang teridentifikasi mengalami stress, ibu TS belum menemui kasus di mana peserta didik mengalihkan perhatian dari masalah yang dihadapi; sebaliknya, peserta didik justru sangat terlibat emosional dengan masalah yang dihadapi sehingga kerap kali mendatangi guru BK untuk meminta bantuan. Menghadapi fenomena stress di kalangan peserta didik, Ibu TS mengatakan belum ada layanan khusus yang diberikan kepada peserta didik secara

khusus terkait dengan *coping stress*, namun bagi peserta didik yang memiliki keinginan untuk bunuh diri, guru bimbingan dan konseling di SMA Pasundan 2 Bandung memberikan layanan responsif konseling individual dengan pendekatan yang dikaitkan dengan keagamaan.

Studi pendahuluan juga dilakukan dengan mewawancarai dua peserta didik yaitu B & C, yang merupakan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling. Berdasarkan penuturan peserta didik dalam wawancara, ditemukan terdapat beberapa hal yang menjadi faktor penyebab stress pada peserta didik seperti akademik, keluarga, percintaan, dan pertemanan. Peserta didik B, dengan latar belakang keluarga yang tidak harmonis dan hubungan yang kurang baik dengan orang tua, memiliki *coping stress* yang cenderung merugikan dirinya sendiri, seperti melakukan *self-harm*, dan sering merokok. B juga mengakui ia tidak mendapatkan dukungan dari orang tua dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya, sehingga terbiasa mencari cara sendiri untuk mengatasinya. B memiliki kesulitan dalam mengelola emosi dan perilakunya ketika menghadapi masalah, yang mengakibatkan perilaku agresif seperti melempar barang dan menggunakan kata-kata kasar.

Peserta didik C, dengan latar belakang keluarga yang harmonis dan hubungan yang baik dengan orang tua, memiliki *coping stress* mendekati diri kepada tuhan, pengendalian perilaku dan perasaan, dan selalu berpikir positif. C juga mengaku kerap melakukan *self-harm* namun berusaha untuk tidak mengulangnya lagi karena C sudah dibantu terapi oleh psikolog. C mengatakan orang tuanya kerap mengambil andil dalam membantunya menyelesaikan masalah. Menurut Wolfaardt dkk (2003), pola asuh yang cenderung hangat dan khusus dari orang tua memiliki dampak pada pemilihan *coping strategy* yang akan diterapkan oleh individu. Kombinasi kehangatan dan kontrol yang diperlihatkan oleh orangtua, yang secara bersama-sama mempengaruhi kemampuan adaptasi anak dalam menyelesaikan masalahnya (Pandia, et al., 2015).

Anggi Tiaz Saputri (2020) menemukan sebagian besar peserta didik terindikasi memiliki *coping stress* yang rendah karena peserta didik masih belum menyadari solusi langsung yang tepat untuk masalah yang dihadapi. Peserta didik sering menghindari dan lari dari masalah, menyalahkan diri sendiri, merumuskan masalah

dengan ceroboh, dan tidak memiliki kemampuan untuk melihat makna dari sebuah masalah. Secara lebih khusus, Mutiara (2020) menemukan kecenderungan *emotional focused coping* dan *problem focused coping* berada dalam kategori sedang. Peserta didik yang *coping stress* rendah hingga sedang mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan dan tantangan yang dihadapi. *Coping stress* membantu peserta didik agar lebih mudah untuk menangani *distress* yang dihadapinya sendiri sehingga dapat mencapai kemandirian emosional.

Coping stress merupakan aspek positif dari perkembangan emosional dan kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional dapat dikembangkan melalui pemberian layanan berbasis dinamika kelompok (Maiseptian, 2017). Dinamika kelompok, menurut Jacobs et al (dalam Setyawan, 2022), merupakan interaksi timbal balik yang dimiliki anggota kelompok satu sama lain yang saling mempengaruhi, termasuk interaksi antara pemimpin dan anggota kelompok, yang dipengaruhi oleh perkembangan kelompok dalam bekerja untuk memecahkan suatu permasalahan. Dinamika kelompok dapat digunakan untuk membantu anggota kelompok menyelesaikan masalah pribadi, terutama ketika interaksi kelompok berfokus pada penyelesaian masalah pribadi yang sudah berlangsung lama (Prayitno & Amti, 2015). Dinamika yang terjadi di dalam kelompok memungkinkan setiap anggota kelompok dapat memberikan kontribusi baik secara langsung maupun tidak langsung dalam upaya pemecahan masalah. Guru bimbingan dan konseling berperan membantu peserta didik dalam mengembangkan *coping stress* agar tercapainya prestasi belajar dan perkembangan emosional peserta didik.

Bimbingan dan konseling pada dasarnya merupakan salah satu upaya dalam membantu individu untuk mengatasi masalah pribadi, sosial, akademik, maupun emosional yang sedang dihadapi. Bimbingan adalah tindakan pemberian bantuan dan arahan dalam mencapai perkembangan yang optimal, sementara konseling berfokus pada membantu individu mengatasi masalah pribadi atau emosional (Yusuf & Nurihsan, 2014). Yusuf & Nurihsan (2014) menjelaskan terdapat 4 program layanan bimbingan dan konseling komprehensif yaitu: layanan dasar, layanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Menurut Prayitno dan Amti (2015), bimbingan dan konseling adalah proses pemberian dukungan dan

bantuan oleh konselor kepada orang-orang yang mengalami kesulitan (konseli) untuk membantu konseli membangun keterampilan pemecahan masalah. Hidayat et al (2019) membagi bimbingan dan konseling komprehensif ke dalam empat bidang utama yaitu bidang belajar, bidang pribadi, bidang sosial, dan bidang karir. *Coping stress* merupakan salah satu kajian dalam bidang pribadi yang mana tentu saja berkaitan dengan salah satu tugas perkembangan remaja yaitu mencapai kematangan emosional (Yusuf, 2016). Layanan bimbingan dan konseling berbasis dinamika kelompok yang dapat diberikan oleh guru bimbingan untuk mengembangkan *coping stress* melalui konseling kelompok dan bimbingan kelompok.

Menurut Hasen et al (dalam Lumongga, 2011), layanan konseling kelompok merupakan layanan kuratif yang sangat efektif dalam menangani konflik antar individu dan membantu individu dalam dinamika kelompok untuk mengembangkan kemampuan pribadi individu. Penelitian Salsabilla (2022) menunjukkan adanya perbedaan signifikan atau peningkatan tingkat *coping stress* dengan penerapan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok hanya memfasilitasi peserta didik yang memiliki masalah serupa yang mana melalui layanan konseling kelompok, peserta didik dapat saling mendengarkan, beropini, dan bertukar pendapat terkait stress dan *coping* yang dihadapinya.

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang bersifat preventif dimana sekelompok konseli berkumpul bersama untuk mengikuti interaksi dalam dinamika kelompok (Hasanah et al, 2022). Bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu peserta didik mengembangkan kemampuan atau keterampilan melalui kegiatan yang dilakukan dalam dinamika kelompok secara menyeluruh. Bimbingan kelompok dapat mengajarkan peserta didik bagaimana menyelesaikan perselisihan dan masalah interpersonal lainnya yang mungkin berkembang saat berkomunikasi dengan orang lain dengan cara yang konstruktif. Bimbingan kelompok memungkinkan semua peserta didik untuk menerima bantuan untuk saling mengembangkan kemampuan peserta didik untuk mengelola stres.

Frydenberg et al (2003) menyebutkan terdapat beberapa keterampilan yang perlu dikembangkan oleh individu untuk mengembangkan *coping stress* yang didasarkan pada teori Lazarus dan Folkman (1984), yaitu: optimisme, komunikasi

yang efektif, berpikir kritis, pemecahan masalah, pengambilan keputusan, dan manajemen waktu. Frydenberg kemudian melaksanakan program *exercise* guna mengembangkan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam pengembangan *coping stress*. Program *exercise* yang dilakukan oleh Frydenberg dapat dikembangkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan strategi *group exercises*. Strategi latihan kelompok (*group exercise*) adalah strategi yang dapat diterapkan dalam bimbingan kelompok untuk memastikan layanan yang diberikan berfokus pada aksi, karena metode ini membuat anggota kelompok menjadi aktif, bergerak, dan dinamis (Rusmana, 2019). Bimbingan kelompok dengan strategi *group exercise* memungkinkan peserta didik berlatih menciptakan dinamika kelompok dengan bekerja sama, komunikasi dua arah, mendengarkan, tenggang rasa, dan empati. Strategi *group exercises* terbukti efektif untuk mengembangkan *coping stress* remaja sesuai dengan hasil penelitian Arvita dan Yustiana (2015) yang melakukan intervensi program layanan bimbingan kelompok dengan strategi *group exercises*.

Berdasarkan latar belakang, peneliti tertarik untuk mengembangkan layanan bimbingan kelompok sebagai upaya preventif yang dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan untuk mengembangkan *coping stress* pada peserta didik sehingga seluruh peserta didik dapat mendapatkan layanan yang sama secara menyeluruh berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Profil *Coping Stress* Peserta Didik dan Implikasinya Bagi Bimbingan Kelompok di Sekolah Menengah Atas (Studi Deskriptif Terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Pasundan 2 Bandung)”.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Memasuki usia remaja, peserta didik SMA akan dihadapkan dengan berbagai macam perubahan baik dari segi fisik, kognitif, emosi, maupun sosialnya. Masa remaja merupakan fase peralihan dari masa anak-anak menuju fase dewasa yang mana pada masa remaja, individu akan mengalami perubahan dari berbagai aspek mulai dari aspek fisik, kognitif, emosi, dan sosial. Masa remaja merupakan periode “badai dan tekanan” atau “*storm and stress*” yang mana remaja akan dihadapkan dengan peningkatan ketegangan emosi sebagai akibat dari perubahan fisiknya.

Remaja dihadapkan dengan berbagai macam tekanan yang pada akhirnya menyebabkan *distress*. Hasil Riskesdas pada tahun 2018 di Indonesia menunjukkan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi yang merupakan manifestasi dari *distress* yang berkepanjangan. Hasil penelitian sebanyak 1.800 orang/tahun atau 5 orang/hari melakukan bunuh diri dan 47.7% korban bunuh diri merupakan usia 10-39 tahun yang mana termasuk ke dalam usia remaja dan usia dewasa. *Distress* yang dialami oleh peserta didik seringkali disebabkan oleh beberapa faktor seperti ujian, persahabatan, hubungan keluarga, dan pertimbangan mengenai masa depan.

Fenomena *distress* merupakan suatu permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian serius dari pendidik maupun peserta didik sendiri karena selain berdampak pada fisik dan psikologis, *distress* juga dapat berdampak bagi penurunan prestasi akademik peserta didik di sekolah. Stres akademik yang tinggi membuat hasil belajar peserta didik rendah. Kurangnya kemampuan peserta didik dalam mengelola *distress* dapat menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan dan tantangan yang dihadapi. Memahami teknik *coping stress* yang tepat akan membuat peserta didik dapat lebih mudah untuk menangani stress yang dihadapinya sendiri sehingga dapat mencapai kemandirian emosional. *Coping stress* juga sangat penting untuk dimiliki oleh peserta didik karena fenomena *distress* yang tidak diregulasi dengan segera terbukti dapat berpengaruh pada hasil belajarnya.

Berdasarkan identifikasi masalah maka rumusan masalah dari penelitian ini sebagai berikut.

- 1.2.1 Seperti apa *coping stress* pada peserta didik kelas X SMA Pasundan 2 Bandung tahun ajaran 2023/2024?
- 1.2.2 Bagaimana rancangan layanan bimbingan kelompok berdasarkan profil peserta didik kelas X SMA Pasundan 2 Bandung tahun ajaran 2023/2024?

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan rumusan masalah penelitian, maka ditemukan beberapa batasan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1.3.1 Profil *coping stress* adalah gambaran umum cara peserta didik menghadapi dan mengelola stress berdasarkan teori Lazarus dan Folkman

1.3.2 Rancangan layanan bimbingan kelompok adalah rancangan hipotetik berdasarkan profil *coping stress* untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan *coping stress* melalui layanan bimbingan kelompok.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian secara umum yakni untuk memperoleh profil *coping stress* pada peserta didik dan menghasilkan dasar pertimbangan rancangan rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk peserta didik. Tujuan khusus penelitian ini sebagai berikut.

1.4.1 Memperoleh deskripsi profil *coping stress* pada peserta didik kelas X SMA Pasundan 2 Bandung tahun ajaran 2023/2024.

1.4.2 Menghasilkan rancangan layanan bimbingan kelompok berdasarkan profil *coping stress* peserta didik kelas X SMA Pasundan 2 Bandung tahun ajaran 2023/2024.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan atau manfaat secara praktis dan teoritis, yakni:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah hasil penelitian bagi keilmuan bimbingan dan konseling mengenai bimbingan pribadi yang efektif dalam upaya mengembangkan *coping stress* pada peserta didik kelas.

1.5.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian dapat dijadikan alternatif layanan bagi guru BK dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk mengembangkan *coping stress* peserta didik melalui strategi layanan bimbingan kelompok.

2) Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan rujukan dalam mengembangkan *coping stress* pada peserta didik.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi dalam penelitian ini terdiri dari lima bab dengan beberapa sub bab di dalamnya, yaitu:

BAB I PENDAHULUAN

Bab I membahas tentang latar belakang penelitian diambil, rumusan masalah yang mencakup pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian yang terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis, dan struktur organisasi skripsi.

BAB II COPING STRESS DAN BIMBINGAN KELOMPOK

Bab II membahas kajian teori terkait dengan konsep *coping stress*, dan konsep bimbingan kelompok.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab III terdiri dari desain penelitian yang mencakup paradigma dan pendekatan penelitian, subjek penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Bab IV terdiri dari temuan dan pembahasan yang menjelaskan tentang hasil dari penelitian, pada bab IV menggambarkan profil *coping stress* peserta didik, serta menjelaskan rancangan rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berdasarkan profil *coping stress* peserta didik.

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V yaitu penutup yang menjelaskan tentang kesimpulan penelitian dan rekomendasi yang dapat diberikan. Kesimpulan mengacu pada gambaran komprehensif penelitian ini sesuai dengan profil *coping stress* peserta didik. Rekomendasi untuk penelitian ditujukan untuk banyak pemangku kepentingan terutama yang tercantum pada bagian manfaat penelitian serta peneliti selanjutnya yang memiliki kecenderungan untuk membahas topik terkait *coping stress*.