

BAB I

PENDAHULUAN

Pendahuluan berisi mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur penulisan skripsi.

1.1 Latar Belakang Masalah

Idealnya, setiap individu memiliki potensi untuk bangkit kembali setelah mengalami kejadian yang rumit dalam kehidupannya. Kemampuan ini disebut dengan resiliensi, yaitu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi terhadap masalah atau kejadian yang berat dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002). Penerapan konsep resiliensi dalam konteks akademik disebut dengan resiliensi akademik yang merupakan kemampuan untuk menghadapi kemunduran, tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam lingkungan akademik secara efektif (Martin & Marsh, 2006). Resiliensi akademik merupakan hasil dari upaya individu atas kendali sendiri sehingga individu dapat mengajari dirinya untuk menjadi pribadi yang resilien (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi akademik berperan penting bagi peserta didik sebagai salah satu atribut psikologis untuk mempertahankan pencapaian motivasi yang tinggi dan kinerja belajar guna mendukung keberhasilan di sekolah (Alva, 1991). Selain itu, dengan resiliensi akademik, peserta didik belajar untuk berpikir kritis ketika terlibat dalam konflik, mengembangkan solusi yang kreatif, terus berusaha meskipun gagal serta menemukan pengetahuan dan makna dari kegagalan yang dialaminya (Dweck, 2006; Duckworth, 2013). Resiliensi akademik membuat peserta didik tampak gigih, memberikan perhatian yang penuh, menunjukkan keterampilan kepemimpinan, mampu bekerja sama secara baik dengan teman, terlibat dalam tugas di sekolah, lebih antusias, energik, lebih termotivasi, dan lebih percaya diri (OECD, 2011).

Resiliensi akademik selaras dengan beberapa tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1992), yaitu: 1) mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya; 2) mencapai peran sosial pria dan wanita; 3) menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif; 4) mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita; 5) memperoleh perangkat

nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi; serta 6) mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab. Resiliensi akademik juga selaras dengan aspek kematangan intelektual, kematangan emosi, kesadaran tanggung jawab sosial, pengembangan diri, serta kematangan hubungan dengan teman sebaya yang terdapat pada Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD). Resiliensi akademik juga sejalan dengan Profil Pelajar Pancasila, yaitu mandiri, kreatif, dan bernalar kritis.

Peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan remaja awal yang berusia 12-15 tahun dan menempati masa usia sekolah menengah yang ditandai dengan memiliki sifat-sifat negatif, seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, dan pesimistik (Yusuf, 2017). Kelas VIII merupakan masa peralihan dari kelas VII menuju kelas IX. Transisi ke sekolah menengah sering kali melibatkan peningkatan kesulitan akademis di seluruh mata pelajaran. Peningkatan beban kerja ini dapat menyebabkan stres, yang berpotensi berdampak pada kinerja dalam mata pelajaran (Goldstein, et al., 2015). Selain itu, peserta didik kelas VIII rentan mengalami perilaku yang menunjukkan ketidakberdayaan akademik, seperti mengatakan “Saya tidak bisa”, tidak memperhatikan instruksi guru, tidak meminta bantuan meskipun diperlukan, menebak atau menjawab secara asal-asalan tanpa benar-benar berusaha, tidak menunjukkan kebanggaan terhadap keberhasilan, tampak bosan, tidak tertarik terhadap pembelajaran, tidak responsif terhadap dorongan dari guru untuk mencoba, mudah putus asa, dan tidak dengan sukarela menjawab pertanyaan guru (Santrock, 2019). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa peserta didik harus aman dan sehat secara emosional untuk berpartisipasi secara penuh dalam pendidikan (WHO, 1996).

Proses peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) mencapai tugas perkembangan khususnya dalam aktivitas belajar di sekolah penuh dengan tantangan dan seringkali dihadapkan dengan kegagalan saat tidak mencapai tujuan, harapan, atau cita-cita mereka yang tidak realistis dan di luar kemampuan dirinya (Hurlock, 1992). Kegagalan ini disertai dengan perasaan tidak berdaya, rendah diri, dan bahkan menyerah serta menyalahkan orang lain atas kegagalan yang dialaminya (Hurlock, 1992). Berdasarkan laporan dari survei OECD (2015),

kecemasan yang berkaitan dengan tugas sekolah, pekerjaan rumah, dan ujian berdampak negatif pada kinerja akademik peserta didik dalam sains, matematika, dan membaca. Saat pencapaian yang diperoleh peserta didik pada bidang atau mata pelajaran yang dianggap kurang, di situlah timbul perasaan tidak berdaya dan tidak puas terhadap diri sendiri (Hurlock, 1992). Ketidakberdayaan yang dipelajari muncul ketika peserta didik berusaha belajar untuk mendapatkan nilai yang lebih baik, tetapi ia selalu gagal (Cabeza Lorient, 2017).

Ketidakberdayaan yang dipelajari (*learned helplessness*) merupakan fenomena psikologis dimana seseorang terus-menerus menghadapi situasi yang menyakitkan dan tidak dapat dikendalikan, padahal ia dapat menghindari atau mengatasinya dengan kemampuan sendiri (Nolen-Hoeksema, et al., 1986). Ketidakberdayaan di sekolah didefinisikan sebagai kondisi psikologis di mana peserta didik merasa tidak memiliki kendali atas hasil yang berhubungan dengan sekolah (Raufelder, et al., 2018). Berdasarkan studi pendahuluan pada saat peneliti melaksanakan Program Penguatan Profesional Kependidikan (P3K), ditemukan karakteristik peserta didik yang menunjukkan ketidakberdayaan akademik di SMP Laboratorium-Percontohan UPI, yaitu peserta didik yang tidak masuk sekolah selama sehari-hari dengan faktor penyebab yang diprediksi di antaranya: 1) peserta didik tersebut menghindari untuk masuk sekolah saat dirinya harus menjadi dirigen di depan kelas untuk menyanyikan lagu Indonesia Raya ketika pembiasaan pagi; 2) peserta didik menghindari beberapa mata pelajaran yang tidak disukai; 3) peserta didik menghindari bekerja dalam kelompok di kelasnya karena merasa tidak berguna; 4) peserta didik lebih suka bermain *game online* hingga larut malam dibandingkan dengan pergi ke sekolah meskipun orang tua sudah berusaha membujuknya. Hal ini sesuai dengan tanda individu mengalami ketidakberdayaan, yaitu ditandai dengan: 1) penghindaran terhadap kompetisi; 2) kekhawatiran akan kompetensi individu; 3) strategi belajar yang tidak efektif; 4) usaha yang buruk; 5) emosi negatif; 6) berhenti berusaha karena merasa tidak ada gunanya; 7) cenderung menyalahkan diri sendiri dalam segala hal; 8) menggeneralisasi sebuah hal negatif ke dalam setiap aspek kehidupan (Elliott & Dweck, 1988; Seligman & Maier, 1967).

Ketidakberdayaan yang dipelajari (*learned helplessness*) menjadi area yang aktif dikaji dalam penelitian yang telah berkembang sejak tahun 1972, termasuk dalam bidang pendidikan (Cabeza Loriente, 2017). Perkembangan penelitian ini telah memahami bahwa ketidakberdayaan yang dipelajari (*learned helplessness*) dapat menyebabkan defisit yang dapat dianggap sebagai gangguan mental, seperti kecemasan, fobia, ketakutan, apatis, dan depresi (Cabeza Loriente, 2017). Terdapat tiga jenis defisit yang berimplikasi pada proses pembelajaran di masa depan (Abramson, et al., 1978) di antaranya: (1) Defisit motivasi: individu merasa bahwa apa pun usaha yang dilakukan tidak akan berdampak pada rangsangan yang tidak menyenangkan (*aversive stimuli*) sehingga tidak ada motivasi untuk melakukan tindakan atas kemauan sendiri untuk melarikan diri; (2) Defisit kognitif atau pembelajaran: Melalui ketidakberdayaan yang dipelajari, individu belajar tentang non-kontingensi, yaitu individu belajar bahwa antara tindakan dan konsekuensi tidak ada hubungannya. Karena pengetahuan awal ini, lebih sulit bagi individu untuk belajar kontingensi dalam situasi lainnya; (3) Defisit emosional: Perasaan bahwa individu tidak memiliki kendali dapat menyebabkan kecemasan, ketakutan, apatis, fobia, dan pada akhirnya depresi.

Semakin naiknya tingkat kelas peserta didik, ketidakberdayaan yang dipelajari pun semakin meningkat serta peserta didik yang berada di tingkat senior secara signifikan memiliki ketidakberdayaan yang dipelajari lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat kelas yang lebih rendah (Wang & Zhang, 2013). Beberapa penelitian telah menghubungkan ketidakberdayaan yang dipelajari dengan berbagai variabel lainnya. Kecemasan menghadapi ujian berhubungan positif dengan ketidakberdayaan yang dipelajari di sekolah (Raufelder, et al., 2018). Reaksi fisik dan emosional yang kuat yang dihasilkan dari kecemasan ujian dikaitkan dengan peningkatan perasaan ketidakberdayaan di sekolah. Selain itu, ketidakberdayaan yang dipelajari remaja juga dipengaruhi oleh tekanan orang tua dan guru mengenai prestasi akademik (Elkadri, 2016). Penelitian lainnya juga telah meneliti antara ketidakberdayaan yang dipelajari dengan depresi (Valas, 2001). Ketidakberdayaan berhubungan signifikan dengan rendahnya ekspektasi belajar dan rendahnya harga diri serta berhubungan tidak langsung dengan depresi. Selain

itu, ketidakberdayaan kemungkinan besar merupakan hambatan serius terhadap pembelajaran yang efektif (Valas, 2001).

Ketidakberdayaan yang dipelajari di sekolah salah satunya disebabkan oleh permasalahan akademik yang tidak mampu dikendalikan dan tidak mampu melakukan *coping* secara sehat karena tidak memiliki resiliensi (Poerwanto & Prihastiwi, 2017). Rendahnya kemampuan resiliensi akademik didukung oleh hasil Daftar Cek Masalah (DCM) pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Ungaran yang dilakukan oleh Khomsah, et al. (2018) bahwa 50% mengalami masalah penyesuaian sekolah, 65% mengalami masalah kurikulum, dan 90% mengalami masalah kebiasaan belajar. Dari permasalahan akademik tersebut, peserta didik menunjukkan perilaku selalu membuat gaduh dikelas dan sering melanggar peraturan di sekolah yaitu membolos dan merokok di sekolah. Peserta didik dihadapkan pada kondisi dimana dirinya tidak dapat melewati hambatan sehingga menyebabkan dirinya mundur, menyerah, dan putus asa (Zulfikar, et al., 2020). Oleh karena itu, peserta didik membutuhkan resiliensi akademik untuk mampu bertahan (*perservere*) dan beradaptasi (*adapt*) terhadap masalah atau kejadian berat yang dialami dalam aktivitas belajar (Reivich & Shatte, 2002).

Resiliensi dapat mengubah kesulitan menjadi tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, dan ketidakberdayaan menjadi kekuatan (Reivich & Shatte, 2002). Saat peserta didik meningkatkan resiliensi, ia akan dapat menghadapi sebagian besar peristiwa yang tidak terkendali. Dengan resiliensi akademik peserta didik mampu menghadapi kemunduran (*setbacks*), tantangan (*challenge*), dan tekanan (*pressure*) di lingkungan akademik secara efektif (Martin & Marsh, 2006). Resiliensi memegang peran penting menuju sukses dan mencapai kepuasan hidup atas hasil penelitian yang dilakukan lebih dari lima puluh tahun (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi akademik bukan atribut psikologis yang tetap, melainkan sebagai proses yang dapat diubah dan dibentuk secara alami oleh interaksi secara terus menerus antara potensi peserta didik dengan lingkungan di luar dirinya (Waxman, et al., 2008; Gu & Day, 2007). Premis yang mendasari hal ini adalah bahwa resiliensi akademik dapat dibina dan ditingkatkan melalui intervensi yang meningkatkan

pembelajaran, mengembangkan bakat dan kompetensi, dan melindungi atau membantu peserta didik dari kesulitan lingkungan (Wang, et al., 1997).

Salah satu intervensi dalam bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan resiliensi akademik adalah melalui bimbingan belajar (Ginting, 2015). Bimbingan belajar adalah pemberian bantuan yang mengarahkan peserta didik untuk mampu menacri jalan keluar atas masalah akademik seperti pemilihan jurusan, cara menyelesaikan tugas, mencari dan menggunakan sumber belajar, merencanakan pendidikan lanjutan, dan cara belajar (Yusuf & Nurihsan, 2014). Interaksi dengan lingkungan memberikan pengaruh yang besar yang memungkinkan akan meningkatkan kesejahteraan individu meskipun menghadapi kesulitan (Ungar, 2012). Studi literatur oleh Angeles (2021) mengemukakan bahwa program intervensi resiliensi akademik berbasis modul, efektif dalam meningkatkan resiliensi dan meningkatkan kinerja akademik. Program intervensi resiliensi berbasis modul terbukti efektif dalam menumbuhkan faktor pelindung resiliensi seperti kreativitas, *internal locus of control*, konsep diri (*self-concept*), harga diri (*self-esteem*), efikasi diri (*self-efficacy*), otonomi, kesadaran akan tujuan hidup, optimisme, sikap yang baik, rasa humor dan hubungan peserta didik-guru.

Perkembangan penelitian mengenai resiliensi telah dilakukan dengan berbagai metode, di antaranya deskriptif, komparatif, atau korelasional (Mirza & Arif, 2018). Penelitian mengenai studi eksperimental yang menguji bagaimana resiliensi dapat ditingkatkan masih sangat sedikit (Obradovic, 2010). Penelitian tentang intervensi untuk menciptakan resiliensi menjadi semakin penting seiring dengan semakin banyaknya bukti yang dihasilkan dari penelitian dasar dan data eksperimental bahwa proses resiliensi dapat diidentifikasi dan diubah serta metode intervensi sangat penting untuk menguji teori resiliensi (Masten, 2012). Berdasarkan hasil temuan pada beberapa penelitian terdahulu, pemberian intervensi, baik yang berbasis sekolah maupun melalui layanan bimbingan dan konseling telah menunjukkan keefektifan dalam membantu mengembangkan resiliensi akademik peserta didik. Namun, program bimbingan belajar yang telah dikembangkan terbatas pada sampel penelitian yang masih sedikit dan belum representatif (Ginting, 2015; Puspitasari, 2020; Purba & Harahap, 2023). Selain itu,

program yang telah dikembangkan untuk meningkatkan resiliensi dilakukan dalam *setting* kelompok, bersifat kuratif, dan berfokus pada peserta didik yang berisiko, seperti peserta didik terdampak konflik, memiliki sosial-ekonomi rendah, memiliki kesehatan yang buruk, memiliki pengalaman negatif dalam kehidupan, dan memiliki masalah akademik (Gillham, et al., 2007; Ager, et al., 2011; Irfan Arif & Mirza, 2017; Rich, et al., 2022). Berdasarkan hasil temuan terdahulu, penelitian ini difokuskan pada pengembangan program bimbingan belajar melalui pendekatan kuantitatif untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII Sekolah Menengah Pertama (SMP).

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Peserta didik kelas VIII Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan remaja yang memiliki rentang usia 12-15 tahun yang menempati fase remaja awal dan masa usia sekolah menengah yang ditandai dengan memiliki sifat-sifat negatif, seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, dan pesimistik. Proses peserta didik mencapai tugas perkembangan khususnya dalam aktivitas belajar di sekolah penuh dengan tantangan dan seringkali dihadapkan dengan kegagalan yang disertai dengan perasaan tidak berdaya, rendah diri, dan bahkan menyerah serta menyalahkan orang lain atas kegagalan yang dialaminya. Ketidakberdayaan di sekolah adalah kondisi psikologis di mana peserta didik merasa tidak memiliki kendali atas hasil yang berhubungan dengan sekolah.

Individu membutuhkan resiliensi akademik untuk bertahan dan beradaptasi terhadap kesulitan, kegagalan, dan ketidakberdayaan dalam proses belajar di sekolah. Resiliensi akademik dapat dibina dan ditingkatkan melalui intervensi yang meningkatkan pembelajaran, mengembangkan bakat dan kompetensi, dan melindungi atau membantu peserta didik dari kesulitan lingkungan. Salah satu intervensi dalam bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan resiliensi akademik adalah melalui bimbingan belajar. Bimbingan belajar dikembangkan sebagai implementasi untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII melalui proses pembentukan antara potensi peserta didik melalui aspek-aspek resiliensi akademik dengan lingkungan di luar dirinya.

Berdasarkan permasalahan umum yang diuraikan di atas, maka dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- a. Bagaimana profil resiliensi akademik peserta didik kelas VIII di SMP Laboratorium-Percontohan UPI?
- b. Bagaimana program bimbingan belajar untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII di SMP Laboratorium-Percontohan UPI?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian mendeskripsikan mengenai arah pelaksanaan penelitian yang akan dicapai berdasarkan kebutuhan peneliti yang mencakup variabel, hubungannya, partisipan, dan lokasi penelitian. Tujuan dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Mendeskripsikan profil resiliensi akademik peserta didik kelas VIII di SMP Laboratorium-Percontohan UPI.
- b. Memperoleh program bimbingan belajar untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII di SMP Laboratorium-Percontohan UPI.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian mendeskripsikan mengenai kontribusi hasil penelitian terhadap perkembangan teori maupun praktik di lapangan. Manfaat dari penelitian ini, yaitu:

- a. Manfaat Teoretis
Hasil penelitian ini berkontribusi untuk memperluas ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya Pengembangan Program Bimbingan Belajar untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik.
- b. Manfaat Praktis
 - 1) Hasil penelitian ini memberikan informasi mengenai gambaran resiliensi akademik peserta didik yang dapat digunakan sebagai data analisis kebutuhan (*need assessment*) bagi guru bimbingan dan konseling dalam membuat program bimbingan dan konseling.
 - 2) Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan resiliensi akademik pada peserta didik.

1.5 Struktur Penulisan Skripsi

Struktur penulisan skripsi ini meliputi lima bab, yang terdiri dari Bab I merupakan pendahuluan yang berisi mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II merupakan kajian pustaka yang membahas mengenai konsep resiliensi akademik yang meliputi definisi resiliensi, definisi akademik, definisi resiliensi akademik, sumber resiliensi, karakteristik individu yang memiliki resiliensi, aspek-aspek resiliensi akademik, faktor-faktor resiliensi akademik, dan alat ukur resiliensi akademik, konsep bimbingan belajar yang meliputi definisi program bimbingan dan konseling, definisi bimbingan belajar, tujuan bimbingan belajar, fungsi bimbingan belajar, dan struktur bimbingan belajar; dan penelitian terdahulu yang relevan. Bab III merupakan metode penelitian yang membahas mengenai paradigma dan pendekatan penelitian, metode dan desain penelitian, partisipan penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel penelitian, pengembangan instrumen, penyusunan program bimbingan belajar, prosedur penelitian dan teknik analisis data. Bab IV merupakan hasil penelitian dan pembahasan yang menguraikan mengenai profil resiliensi akademik peserta didik dan program bimbingan belajar untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Bab V merupakan penutup yang meliputi simpulan dan implikasi serta rekomendasi hasil penelitian.