

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab pendahuluan ini dipaparkan mengenai latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, definisi konseptual masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan tesis.

1.1 Latar Belakang Masalah

Coronavirus merupakan salah satu virus yang dapat menyebabkan penyakit infeksi saluran pernafasan seperti flu hingga penyakit yang sangat serius sampai mematikan seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* serta *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)* yang kita kenal dengan sindrom pernafasan akut berat. *Coronavirus* merupakan jenis virus yang menyerang pernafasan yang ditemukan pertama di Wuhan, China. Sehingga virus *coronavirus* ini menyebabkan penyakit pernafasan akut Covid-19 (*Coronavirus Disease-2019*).

Sejak Desember 2019, seluruh dunia dikagetkan dengan teridentifikasinya penyebaran virus *Covid-19* yang bermula berada didaerah Wuhan, China sehingga kesehatan menjadi prioritas utama bagi dunia karena kecepatan penularan virus Covid-19 ini terhitung sangat cepat. Pada awal bulan Maret tahun 2020 Indonesia bahkan mulai mendeteksi adanya masyarakat yang terkena virus Covid-19, sehingga sejak itu pemerintah menghimbau untuk menerapkan *physical distancing* untuk kehidupan sehari-hari, menerapkan pembelajaran secara jarak jauh yang dilakukan dalam jaringan (daring) tidak lagi ada pembelajaran secara tatap muka.

Di Indonesia, sejak bulan Maret 2020 hingga 13 Maret 2023 sudah tercatat adanya 160.950 masyarakat Indonesia yang meninggal karena terpapar Covid-19, bahkan per tanggal 13 Maret 2023 masih ada sekitar 3.240 kasus aktif yang masih terpapar Covid-19 dari jumlah 6.739.289 kasus Covid-19 yang telah terkonfirmasi dari awal virus Covid-19 terdeteksi di Indonesia. (Covid-19.go.id). Sehingga menurut data dari perkembangan situasi Covid-19 di Indonesia terdapat 6.575.099 yang telah terpapar Covid-19 kemudian telah dinyatakan sembuh. Menurut studi literatur, individu yang telah sembuh dari virus Covid-19 ini dapat dikatakan sebagai penyintas Covid-19 yang mana penyintas virus Covid-19 ini rentan

mengalami gangguan dalam kesehatan mental, Adapun gangguan kesehatan mental yang dimaksud diantaranya kecemasan, depresi, *post traumatic stress disorder*, serta insomnia. (Ma et al., 2020). Adapun kesehatan mental yang terjadi biasanya dikarenakan adanya peristiwa atau perubahan yang cukup besar pada kehidupan tersebut. Peristiwa traumatis juga merupakan salah satu penyebab adanya gangguan kesehatan mental.

Peristiwa traumatis merupakan suatu peristiwa yang dapat terjadi kepada siapapun. Salah satu masalah psikologis yang dapat terjadi ketika seseorang mengalami peristiwa traumatis ialah stress pasca trauma. Menurut Townsend (2016), *post traumatic stress disorder* merupakan insiden yang disebabkan dari peristiwa ataupun bencana seperti peristiwa kecelakaan, bencana alam, perang, dan lain sebagainya yang dapat mengakibatkan gangguan kecemasan dan gangguan integritas diri. Adapun menurut Smith & Segal (2008), *post traumatic stress disorder* ialah gangguan pada manusia yang terbentuk dari suatu peristiwa yang membuat traumatis atau yang mengancam keselamatan seseorang ataupun membuat rasa tidak berdaya muncul.

Individu yang merasakan gangguan stress pasca trauma kemudian melakukan pengembangan gangguannya secara terus menerus setelah mengalami peristiwa yang traumatis menunjukkan beberapa tanda yang muncul seperti gejala mengalami kembali peristiwa yang menyebabkan dirinya ..Peristiwa traumatis merupakan suatu peristiwa yang dapat terjadi kepada siapapun. Salah satu masalah psikologis yang dapat terjadi ketika seseorang mengalami peristiwa traumatis ialah stress pasca trauma. Menurut Townsend (2016), *post traumatic stress disorder* (PTSD) merupakan insiden yang disebabkan oleh bencana atau peristiwa seperti kecelakaan, bencana alam, perang, keadaan yang dapat menimbulkan gangguan kecemasan dan gangguan integritas diri. Adapun menurut Smith dan Segal (2008), PTSD merupakan gangguan yang dapat terbentuk dari peristiwa traumatis yang mengancam keselamatan seseorang atau membuat seseorang merasa tidak berdaya.

seperti kecelakaan, bencana alam, perang, yang dapat mengakibatkan gangguan kecemasan dan gangguan integritas diri. Menurut Smith dan Segal (2008), *post traumatic stress disorder* merupakan gangguan yang dapat terbentuk

Nurul Azkiyah, 2024

KONSELING KELOMPOK DENGAN PLAY THERAPY UNTUK MENURUNKAN

GEJALA POST TRAUMATIC STRESS DISORDER PESERTA DIDIK PASCA COVID-19

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dari suatu peristiwa traumatis yang mengancam keselamatan seseorang atau membuat seseorang merasa tidak berdaya.

Konseling kelompok menurut Nurihsan (Kunanto, 2013, hlm. 7) ialah bantuan yang diberikan kepada individu-individu dalam *setting* kelompok yang bersifat pencegahan lalu penyembuhan serta diarahkan untuk mencapai perkembangan serta pertumbuhannya. Peserta didik juga dapat memanfaatkan konseling kelompok menjadi wadah untuk mengungkapkan ketakutan ataupun kesedihan yang dimilikinya. Terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan untuk layanan konseling kelompok, salah satunya Teknik *play therapy*.

Play therapy (terapi bermain) menurut Chalidah (2005) ialah Teknik pendekatan sistematis yang dilakukan dengan kegiatan dalam bentuk terapi bermain sebagai tempat untuk mengekspresikan perasaan peserta didik yang memiliki fungsi untuk mengurangi hambatan yang dirasakan oleh peserta didik dengan cara yang menyenangkan.

Terapi bermain ini dapat membantu menciptakan suasana yang menyenangkan serta hangat dalam prosesnya. Peserta didik yang mengikuti terapi bermain ini dapat terhindar dari perasaan atau suasana yang canggung, kaku, nervous, tegang dan lain sebagainya.

Dari latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, penulis berencana akan melakukan penelitian mengenai konseling kelompok dengan terapi bermain untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder pasca covid-19*.

1.2 Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Berlandaskan identifikasi masalah yang telah dipaparkan pada latar belakang, rumusan pada penelitian ini ialah “bagaimana konseling kelompok dengan *play therapy* untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik pasca covid-19”. Penelitian ini berusaha menguji efektivitas konseling kelompok dengan *play therapy* untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik pasca covid-19. Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirancang, maka pertanyaan penelitian dijabarkan sebagai berikut.

- a. Bagaimana profil *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI pasca Covid-19?

Nurul Azkiyah, 2024

**KONSELING KELOMPOK DENGAN PLAY THERAPY UNTUK MENURUNKAN
GEJALA POST TRAUMATIC STRESS DISORDER PESERTA DIDIK PASCA COVID-19
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu**

- b. Bagaimana rumusan hipotetik konseling kelompok dengan teknik *play therapy* untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI *pasca Covid-19*?
- c. Bagaimana efektifitas dari konseling kelompok dengan teknik *play therapy* untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI *pasca covid-19*?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini terbagi menjadi dua bagian yakni tujuan umum serta tujuan khusus.

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah menghasilkan konseling kelompok dengan teknik *play therapy* yang efektif untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI *pasca covid-19*.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini ialah memperoleh data empirik mengenai;

- a) Profil *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI.
- b) Rumusan hipotetik konseling kelompok dengan teknik *play therapy* untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI *pasca Covid-19*.
- c) Efektivitas konseling kelompok dengan teknik *play therapy* untuk menurunkan gejala *post traumatic stress disorder* peserta didik SMA Laboratorium Percontohan UPI Kampus Cibiru Kelas XI *pasca Covid-19*.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua bagian yakni manfaat teoritis serta manfaat praktis

a. Manfaat Teoritis

Secara teoretis penelitian ini bermanfaat sebagai salah satu rujukan untuk perkembangan ilmu bimbingan dan konseling dalam menangani *post traumatic stress disorder* dengan konseling kelompok melalui teknik *play therapy*.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini ialah konseling kelompok melalui *play therapy* yang telah teruji efektif dapat menjadi salah satu pedoman bagi praktisi bimbingan dan konseling di jenjang sekolah dalam menangani *post traumatic stress disorder* peserta didik.

1.5 Sistematika Penulisan Tesis

Penulisan tesis mengenai *Konseling Kelompok dengan Play Therapy untuk Menurunkan Gejala Post traumatic stress disorder Peserta Didik Pasca Covid-19* berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2021 sehingga tersusun terbagi menjadi lima bab diantaranya;

- a. Bagian Awal terdiri dari: halaman judul, lalu halaman pengesahan, halaman pernyataan keaslian tesis, serta abstrak, kemudian kata pengantar, halaman ucapan terima kasih, lalu daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, dan daftar lampiran.
- b. Bagian Isi. Terdiri dari;
 - a) BAB I : Pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, lalu identifikasi dan rumusan masalah, lalu definisi konseptual masalah penelitian, lalu tujuan penelitian, lalu manfaat penelitian serta sistematika penulisan tesis.
 - b) BAB II : Kajian Teori yang berisi pemaparan teori yang membahas mengenai konsep pada bidang ilmu yang dikaji, lalu penelitian terdahulu serta hasil temuannya, lalu kerangka pemikiran, lalu asumsi dan hipotesis.
 - c) BAB III : Metode Penelitian yang berisi pendekatan penelitian yang terbagi dari metode penelitian, desain penelitian, lokasi dan subjek

penelitian, lalu instrument penelitian, serta teknik pengumpulan data dan analisisnya.

- d) BAB IV : Temuan dan Pembahasan yang berisi temuan dari hasil penelitian dengan menggunakan dasar teoritik yang dibahas pada BAB II serta temuan penelitian yang berupa hasil pengolahan atau analisis data dan pembahasan mengenai analisis temuan dari penelitian.
- e) BAB V : Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi yang terdiri dari pemaknaan hasil dari analisis dari temuan penelitian yang dipaparkan dalam bentuk kesimpulan serta rekomendasi bagi peneliti dan bagi guru bimbingan dan konseling.
- f) Bagian Akhir yang terdiri dari daftar pustaka serta lampiran-lampiran.