

BAB I

PENDAHULUAN

Bab satu menyajikan inti penelitian yang mencakup latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penulisan tesis.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Resiliensi merupakan kemampuan yang menggambarkan ketercapaian proses dan hasil adaptasi individu terhadap situasi yang menantang sehingga kembali bangkit dari keterpurukan dan frustrasi (Howard&Johnshon, 2000; Ledesma, 2014; Aburn, Gott, & Hoare, 2016). Pola kehidupan baru dalam dunia pendidikan ini menimbulkan pro dan kontra di kalangan orangtua, peserta didik, guru, serta sekolah/lembaga pendidikan. Setiap individu dituntut untuk bisa beradaptasi terhadap situasi yang terjadi saat ini dengan mempersiapkan diri, baik secara mental dan fisik. Kesulitan-kesulitan yang tidak dapat diatasi akan membahayakan keberlangsungan pendidikan peserta didik (Hart, 2012). Kapasitas individu untuk merespon setiap kesulitan akademik yang dihadapi disebut dengan resiliensi akademik.

Menurut Cassidy (2016), resiliensi akademik merupakan ketahanan atau kapasitas individu secara afektif, kognitif, dan perilaku untuk mengatasi kesulitan akademik yang dihadapinya dalam dunia pendidikan. Reivich & Shatte (2002), mengungkapkan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan mengendalikan dalam hal dorongan serta keinginan, dan juga tekanan-tekanan yang muncul dari dalam diri individu berdasarkan pengalaman terhadap respon yang ada pada saat permasalahan muncul. Sedangkan Connor dan Davidson (2003), menyatakan bahwa resiliensi dapat juga dipandang sebagai pengukuran mengenai kemampuan *coping stress* yang dianggap sukses. Resiliensi ini menggambarkan bagaimana ketangguhan yang ada dalam diri seseorang. Karakteristik individu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi adalah mereka yang telah berhasil melakukan penyesuaian dan beradaptasi terhadap kesulitan yang sedang dihadapinya. Karakteristik individu yang

resilien secara personal, mampu dan fleksibel terhadap adanya perubahan, memiliki pengaturan emosi yang baik, memiliki daya tahan terhadap stress, memiliki kelekatan hubungan yang baik dengan orang lain, dan dapat mengatur dirinya sendiri (Reivich & Shatte, 2002). Menurut Connor & Davidson (2003), memaparkan dengan jelas karakter yang dimiliki individu yang resilien meliputi kompetensi personal serta standar yang tinggi dan kegigihan, stress sebagai sumber kekuatan, penerimaan yang positif, memiliki kendali diri dan juga pengaruh spiritual. Melalui karakteristik yang dimiliki, individu yang resilien adalah mereka yang mampu merespon dengan cepat terhadap kesulitan yang dihadapinya.

Resiliensi akademik ditunjukkan oleh peserta didik yang mampu mempertahankan prestasi dan prestasi akademik yang tinggi, terlepas dari pengaruh kesulitan yang dapat mengakibatkan *underachievement* atau kegagalan (Martin & Marsh, 2009). Sekolah merupakan tempat dimana kesulitan, kemunduran, dan tantangan sebagai suatu realitas yang konsisten dalam kehidupan sehari-hari peserta didik (Martin & Marsh, 2009). Akibatnya, resiliensi akademik merupakan faktor kunci dalam hasil peserta didik jangka pendek dan jangka panjang. Setiap peserta didik akan mengalami suatu bentuk stres, kesulitan atau kesulitan yang harus mereka atasi pada suatu saat ketika mereka belajar di universitas (Martin & Marsh, 2006). Kemampuan peserta didik untuk beradaptasi dengan kesulitan ditentukan oleh resiliensi akademik yang mereka tunjukkan dalam keadaan tertentu (Noltemeyer & Bush, 2013). Meskipun penting untuk berfokus pada pengalaman dan tanggapan peserta didik terhadap kesulitan akademik utama, hal itu tidak boleh mengorbankan pemahaman bagaimana peserta didik yang hanya mengalami kesulitan akademik tingkat rendah beradaptasi. Mengingat berbagai kesulitan yang mungkin dihadapi peserta didik (misalnya tekanan keuangan, masalah kesehatan, perbedaan budaya atau hambatan bahasa), tidak setiap peserta didik akan mengalami jenis kesulitan yang sama atau memerlukan tingkat resiliensi yang sama untuk mengatasi tantangan tersebut. Pengetahuan yang diperoleh dari memahami perbedaan kesulitan antara kelompok rentan akan berkontribusi pada pengembangan pendekatan

pencegahan dan intervensi yang disesuaikan untuk meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan menumbuhkan ketahanan pada setiap individu.

Dalam kondisi saat ini, resiliensi akademik dapat membantu peserta didik beradaptasi dalam perubahan. Hal ini tampak dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kumalasari & Akmal, 2020) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi akademik yang baik dapat meningkatkan kesiapan belajar dalam kondisi apapun dan mencapai kepuasan. Hal yang sama juga diperoleh pada peserta didik di Korea, dimana tingkat kepuasan peserta didik terhadap pembelajaran berkorelasi positif dengan resiliensi akademik (Noh, 2017; Hwang & Shin, 2018; Kim & Lee, 2020). Sebuah penelitian yang melibatkan 6 (enam) orang mahasiswa didik program studi Doktor Psikologi Universitas Airlangga mengungkapkan bahwa seorang individu yang resilien akan mampu dengan cepat dalam menyesuaikan dirinya terhadap beragam hal negatif yang dialaminya dan hal tersebut kemungkinan akan menghambatnya (Hendriani, 2017).

Akan tetapi, fakta saat ini masih ditemukan adanya peserta didik yang mempunyai resiliensi akademik rendah. Hal tersebut terungkap pada penelitian Neal (2017) yang menunjukkan bahwa remaja asuh yang memiliki tingkat prestasi akademik yang rendah mempunyai resiliensi akademik yang rendah. Selanjutnya, berdasarkan penelitian Poerwanto & Prihastiwati (2017) mengungkap bahwa peserta didik SMP di Surabaya memiliki resiliensi akademik yang rendah. Penelitian-penelitian terdahulu telah banyak menunjukkan bahwa tantangan, hambatan dan bahkan tuntutan dalam akademik selalu hadir dalam setiap keseharian peserta didik (Dwyer & Cummings, 2001). Sebagian besar peserta didik mengalami tantangan akademis, kemunduran, dan kecemasan dari kehidupan sehari-hari di sekolah (Martin, Colmar, Davey, & Marsh, 2010). Peserta didik mengalami kesulitan yang tinggi pada setiap semester pembelajaran (Robotham, 2008), mendapatkan perasaan tertekan terhadap beban tugas yang diberikan guru di sekolah kesulitan mempersiapkan ulangan sehari-hari (Karagiannopoulou & Kamtsios, 2016), perasaan cemas dan takut gagal pada ujian yang akan dihadapi (Gibbons, 2015; Kamtsios & Karagiannopoulou 2015) rendah

manajemen waktu dalam belajar (Robotham, 2008), rendah motivasi belajar (Tyrrel, 1992), dan merasakan kejenuhan dalam belajar di sekolah (Gibbons, 2015).

Remaja awal di salah satu SMP Negeri di Kota Bandung sebagian besar menunjukkan resiliensi akademik dengan tingkat sedang sebanyak 214 orang, 76,70% yang berarti bahwa remaja awal cukup mampu mengelola perasaan dan pikirannya. Apabila mendapatkan hambatan dalam akademik, peserta didik cukup mampu memecahkan permasalahannya secara kreatif-imajinatif dan dapat mencari bantuan yang tepat. Peserta didik juga cukup mampu mengelola perasaan, emosi, kecemasan dan pikiran - pikiran negatif. Peserta didik juga tidak pernah mengalami perasaan takut gagal seperti kekhawatiran dan kecemasan akan usaha yang telah dilakukan. Selain itu peserta didik cukup memiliki motivasi untuk menggapai keberhasilan akademik, sedangkan sebagian kecil sebesar 7,89% memiliki kategori rendah dan 15,41% memiliki kategori tinggi. Kategori tinggi memiliki makna bahwa peserta didik mampu bertahan menghadapi situasi sulit yang berkaitan dengan aktivitas akademik, sedangkan dalam kategori rendah peserta didik kurang mampu menghadapi situasi sulit tersebut.

Kondisi resiliensi akademik ini diperkuat dengan adanya hasil wawancara dengan guru BK dan pengamatan terhadap peserta didik kelas VIII salah satu SMPN Bandung. Ditemukan peserta didik yang kesulitan dalam menyesuaikan diri terutama di awal memulai kembali tatap muka, dengan kondisi belajar yang mana mereka terbiasa dengan belajar di rumah kemudian saat ini mulai berlangsung pembelajaran tatap muka sehingga banyak diantara mereka yang mengeluhkan pembelajaran dan tugas yang diberikan oleh guru, senantiasa diingatkan tugas oleh guru bukan hanya satu dua kali tetapi tetap tidak mengumpulkan tugasnya, cemas setiap menghadapi ujian tapi tidak bertindak apapun, memiliki perasaan yang tidak disenangi oleh teman sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan yang berakibat rendahnya tingkat kehadiran, bersikap acuh terhadap lingkungan sekitar, kurang memiliki *role model* dalam meningkatkan semangat belajar, memiliki hubungan yang kurang baik dengan orang tua yang ditunjukkan dengan sering

menutupi masalah, banyak peserta didik yang menunjukkan keceriaan namun melalui beberapa tulisan menggambarkan bahwa dirinya mengalami hambatan hal ini mengindikasikan bahwa peserta didik tersebut belum memiliki kompetensi sosial dengan baik.

Sangat penting bagi peserta didik di sekolah untuk tidak hanya memahami kesulitan akademis yang dihadapi namun yang utama adalah cara adaptif yang harus peserta didik pahami dan lakukan (Martin, dkk., 2010; Martin & Marsh, 2006, 2008, 2009). Komponen penting harus dimiliki peserta didik adalah terletak pada kemampuan resiliensi akademik dalam menghadapi tantangan akademik. Resiliensi akademik menyediakan kerangka kerja terhadap peserta didik untuk bereaksi terhadap tantangan yang ada dengan cara yakin terhadap sendiri dengan menunjukkan ketekunan, tetap berjuang meskipun menghadapi kondisi sulit serta memiliki orientasi (*perseverance*), sadar akan kemampuan diri sehingga dapat mengetahui bantuan apa yang dibutuhkan, siapa yang dapat membantunya dan sejauh apa membuntuhkan bantuan tersebut (*reflecting and adaptive help seeking*) dan mengembangkan kemampuan untuk merespon kondisi sulit dengan emosi positif (*negative affect and emotional response*) (Cassidy, 2016).

Konsep resiliensi akademik termasuk dalam konteks psikologi positif (Martin & Marsh, 2008; 2009). Psikologi positif mendorong perkembangan kualitas positif mengenai kesejahteraan, optimisme, kebahagiaan, dan tekad, baik pada tingkat individu maupun di dalam kelompok. Psikologi positif berhipotesis bahwa individu memiliki kemampuan untuk berkembang dan mencapai pertumbuhan psikologis melalui interaksi yang memberi kesempatan untuk mengatasi aspek kehidupan yang belum adaptif (Martin & Marsh, 2009).

Penelitian mengenai resiliensi akademik sudah banyak dilakukan, ada penelitian tingkat dunia resiliensi akademik sudah dipublikasikan sejak tahun 1990-an, yaitu penelitian dari (Gordon, 1995) yang mengungkap tentang perbedaan dari peserta didik sekolah menengah yang mencapai resiliensi akademik dengan yang tidak. Di dalam jurnalnya juga terdapat ulasan bahwa penelitian tentang resiliensi akademik sudah dilakukan sejak tahun 1970-an

dan khusus resiliensi pada remaja dalam setting pendidikan dimulai pada tahun 1991. Penelitian resiliensi akademik terus berlanjut hingga sekarang, yang dapat dilihat dari penelitian De Feyter, et.al (2020) dan Frisby, et.al. (2020). Desain penelitian yang dilakukan juga sudah berkembang yang pada awalnya banyak melakukan penelitian komparatif (Gordon, 1995; Ong, et.al, 2006)), kemudian berubah banyak yang melakukan penelitian korelasi (Agasisti & Longobardi, 2017; Cassidy, 2015;Hwang & Shin, 2018), dan akhir-akhir ini banyak yang meneliti dengan desain pengembangan model teori SEM (Fiorilli, et al., 2020;Meneghel, et.al., 2019; Trigueros, et.al., 2020).

Penelitian resiliensi akademik telah banyak diteliti pada tingkat Menengah atas dan Perguruan Tinggi (Martin & Marsh, 2009;Sopian, 2019; Harahap, et.al, 2020; Khadijah, et.al, 2021;Hamzah, 2022). Pada penelitian ini berusaha mengetahui tingkat resiliensi akademik dengan subjek remaja awal (usia sekolah menengah pertama) dengan menggunakan strategi dalam mengembangkan resiliensi akademik yang masih sangat jarang ditemukan.

Keterbatasan penelitian mengenai resiliensi akademik pada usia remaja mendorong peneliti mengembangkan suatu strategi yang dapat membantu remaja dalam memiliki kemampuan resiliensi akademik yang tinggi. Strategi yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah strategi bimbingan kelompok. Penggunaan srategi bimbingan kelompok berdasarkan pada asumsi yang dikemukakan oleh Surya & Natawidjaja (dalam Rusmana, 2009)) bahwa: 1) bimbingan kelompok lebih bersifat efektif dan efisien; 2) bimbingan kelompok dapat memanfaatkan pengaruh individu atau beberapa orang individu terhadap anggota lainnya; dan 3) dalam bimbingan kelompok terjadi saling tukar pengalaman diantara anggota kelompok yang dapat berpengaruh terhadap perubahan tingkah laku individu. Strategi layanan yang diberikan dalam setting kelompok dipercaya dapat membantu peningkatan resiliensi akademik dan pemahaman peserta didik terhadap konten pembelajaran.

Strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction* merupakan sebuah strategi menggunakan pendekatan *cognitive behavior modification* untuk

mengembangkan resiliensi akademik peserta didik dalam suasana kelompok. Intervensi teknik *self-instruction* dalam penelitian ini diberikan dengan menggunakan setting bimbingan kelompok, Teknik *self-instruction* merupakan salah satu teknik dari teori *cognitive-behavior modification* yang menggunakan pola verbalisasi diri. Teknik *self-instruction* membantu peserta didik untuk mengelola dirinya dengan memberikan instruksi-instruksi positif dan berupaya menghindari instruksi negatif. Tujuan dari *self-instruction* seperti yang diungkapkan oleh Meichenbaum & Goodman (Hughes, 1985) adalah untuk meningkatkan individu dengan mengembangkan “*learning set*” yang digunakan untuk memunculkan kontrol dirinya.

Teknik *self-instruction* merupakan teknik yang tepat untuk menangani masalah emosional dan masalah perilaku, karena *self-instruction* dirancang untuk memberikan individu strategi pemecahan masalah yang dapat diaplikasikan terhadap perilakunya sendiri Bryant & Budd (2017); Hughes, 1985). Bughental (1978) menemukan hasil bahwa *self-instruction* memberikan keuntungan jangka panjang dalam peningkatan persepsi anak terhadap kemampuannya untuk mengontrol performa akademiknya sendiri.

Pemaparan mengenai teknik *self-instruction* dari beberapa ahli memberikan pengerucutan definisi teknik *self-instruction* dalam penelitian ini. Teknik *self-instruction* diartikan sebagai teknik verbalisasi diri yang digunakan untuk merubah verbalisasi diri peserta didik yang negatif digantikan oleh verbalisasi diri yang positif yang dapat meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Penggunaan teknik *self-instruction* dalam meningkatkan resiliensi akademik peserta didik bertujuan untuk restrukturisasi kognitif peserta didik melalui perubahan pola verbalisasi diri (*self-statement*) yang positif sehingga akan menghasilkan perilaku yang adaptif. Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan untuk menguji efikasi bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Sebagian peserta didik memiliki pengalaman belajar yang kurang menguntungkan bagi perkembangan mereka, bahkan setiap individu pernah mengalami berbagai kejadian yang kurang menyenangkan tetapi tidak dapat dihindarkan. Begitu pula setiap individu pernah mengalami kegagalan dan masa – masa yang dihadapi dengan kesulitan. Masa lalu memang tidak dapat diubah, tetapi pengaruh negatif masa lalu dapat dikurangi atau bahkan dihilangkan. Untuk tujuan tersebut resiliensi individu perlu dikembangkan. Pengembangan resiliensi sangat bermanfaat sebagai bekal dalam menghadapi kondisi sulit yang tidak dapat dihindarkan. Setiap peserta didik memiliki kekuatan dalam diri untuk mampu menyelesaikan setiap kesulitan atau permasalahan yang dialaminya khususnya yang berkaitan dengan aktivitas akademik.

Beberapa dari hasil studi penelitian mengenai resiliensi akademik mengatakan bahwa beberapa individu tetap baik-baik saja meskipun telah mengalami situasi yang beresiko, sementara beberapa individu lainnya gagal beradaptasi dan terperosok dalam kegagalan akademik atau resiko yang lebih berat lagi (Schoon, 2006, hlm. 9). Sedangkan hasil penelitian lain mengungkapkan bahwa rendahnya tingkat resiliensi dalam diri individu akan menimbulkan kerentanan terhadap resiko dari kegagalan akademis. Tak sedikit diantaranya muncul permasalahan dimana peserta didik memiliki kecenderungan gagal dalam masa studinya karena diawali dengan rasa kecemasan sehingga berakibat tidak masuk sekolah dengan rentang waktu yang lama.

Dalam mengembangkan resiliensi akademik peserta didik untuk siap menghadapi tekan dan permasalahan – permasalahan akademik memerlukan sebuah upaya bantuan. Sebagai bagian integral dalam pendidikan, bimbingan dan konseling memegang peranan penting dalam membantu peserta didik mengatasi berbagai permasalahan pribadi yang dapat menghambat perkembangan peserta didik. Dalam beberapa penelitian bimbingan kelompok terbukti dapat membantu mengoptimalkan dan meningkatkan atau mengembangkan potensi peserta didik, seperti yang sudah dilakukan oleh Pribadi (2018) bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* dapat mengembangkan seluruh aspek resiliensi remaja. Kemudian Fikriyah (2023) bimbingan kelompok dengan teknik group

exercise dapat meningkatkan kemandirian belajar. Merujuk pada beberapa hasil penelitian di atas, dinamika kelompok dapat membantu peserta didik untuk mengembangkan potensi yang ada pada peserta didik, termasuk kemampuan dalam bertahan menghadapi masalah – masalah akademik (resiliensi akademik). Salah satu layanan yang dapat digunakan dalam bimbingan dan konseling adalah bimbingan kelompok. Sesuai dengan yang dijelaskan oleh Rusmana (2009, hlm. 13) bimbingan kelompok adalah sebagai “suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi”.

Dari beberapa peneliti yang sudah menggunakan bimbingan kelompok untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya, maka dari itu saya dalam penelitian ini juga akan menggunakan bimbingan kelompok untuk membantu peserta didik mengembangkan resiliensi akademik dengan menggunakan salah satu teknik yang ada dalam bimbingan kelompok yaitu teknik *self instruction*.

Berdasarkan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian berfokus pada pertanyaan apakah bimbingan kelompok teknik *self instruction* memiliki efikasi untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik.

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian bertujuan menguji pendekatan bimbingan kelompok teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik, lebih khususnya penelitian ini melihat besaran efikasi bimbingan kelompok teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII di salah satu SMP Negeri Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat secara teoretis maupun praktis

1.4.1 Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi program studi bimbingan dan konseling khususnya

tentang gambaran resiliensi akademik peserta didik dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada guru bimbingan dan konseling/konselor mengenai gambaran resiliensi akademik peserta didik dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling.

1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian sejenis.

1.5 Struktur Organisasi Penulisan Tesis

Struktur organisasi tesis memuat isian secara rinci yang disajikan secara berurutan dari mulai Bab 1 sampai dengan Bab V.

BAB I memaparkan Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi.

BAB II memaparkan Konsep Resiliensi Akademik meliputi: pengertian resiliensi akademik, karakteristik, ciri-ciri peserta didik resilien, faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik, juga dipaparkan mengenai konsep strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*

BAB III memaparkan Metode Penelitian. Bab ini berisi tentang alur penelitian yang meliputi: pendekatan penelitian (desain penelitian, partisipan, populasi, dan sampel, serta prosedur penelitian), instrumen yang digunakan, tahapan pengumpulan data, dan langkah-langkah analisis data.

BAB IV memaparkan Hasil Penelitian dan Pembahasan. Bab ini menyampaikan dua hal, yaitu: temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data serta pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

BAB V memaparkan Kesimpulan dan Rekomendasi hasil penelitian