

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bagian ini disajikan uraian mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan tesis

1.1 Latar Belakang

Dalam dunia pendidikan, tantangan akademik yang dihadapi oleh peserta didik semakin kompleks seiring dengan meningkatnya tuntutan kurikulum dan ekspektasi prestasi. Peserta didik tidak hanya diharapkan untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi, tetapi juga untuk menghadapi tekanan yang datang dari berbagai aspek, termasuk tekanan dari keluarga, teman sebaya, serta diri mereka sendiri. Tekanan ini seringkali memunculkan berbagai masalah, seperti stres, kecemasan, penurunan motivasi belajar, bahkan putus sekolah. Tantangan ini dapat memengaruhi tingkat resiliensi akademik peserta didik, yaitu kemampuan mereka untuk mengatasi tekanan, kegagalan, serta kesulitan akademik, dan tetap berkinerja tinggi meskipun ada hambatan. Oleh karena itu, pengembangan resiliensi akademik menjadi salah satu fokus penting dalam upaya mendukung keberhasilan peserta didik di sekolah.

Resiliensi akademik adalah kemampuan peserta didik untuk bertahan dan bangkit kembali dari kesulitan yang dihadapi dalam lingkungan akademik. Peserta didik yang memiliki resiliensi akademik mampu mengatasi kegagalan, tetap termotivasi, dan berusaha keras meskipun menghadapi berbagai hambatan. Namun, tidak semua peserta didik memiliki resiliensi akademik yang memadai, dan banyak dari mereka yang akhirnya mengalami penurunan prestasi atau bahkan menyerah pada tekanan akademik. Untuk itu, diperlukan intervensi yang dapat membantu peserta didik mengembangkan resiliensi akademik mereka.

Fenomena masalah resiliensi akademik mencakup berbagai tantangan yang dihadapi oleh peserta didik dalam menjaga ketahanan dan daya juang mereka dalam lingkungan akademik seperti banyak peserta didik yang ragu akan kemampuan

sendiri terutama ketika dihadapkan pada tugas-tugas yang sulit; peserta didik merasa bahwa mereka tidak memiliki kendali atas hasil belajar mereka yang bisa disebabkan oleh tekanan eksternal seperti harapan orang tua, guru, dan teman sebaya; banyak peserta didik yang mengalami kecemasan berlebih terkait dengan performa akademik seperti takut gagal, takut mengecewakan orang tua, dan cemas tentang masa depan; beberapa peserta didik mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, baik karena kurangnya motivasi, dukungan, atau keterampilan untuk mengatasi masalah. Hal ini dapat menghambat kemajuan akademik mereka. Fenomena-fenomena ini menunjukkan bahwa resiliensi akademik adalah aspek penting yang perlu diperhatikan oleh pendidik dan orang tua untuk membantu peserta didik mencapai potensi penuh mereka dalam lingkungan belajar.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 765 peserta didik kelas XI SMA Negeri di Kota Cimahi, diperoleh hasil bahwa gambaran resiliensi akademik peserta didik sebesar 28,10% (215 peserta didik) berada dalam kategori rendah, 53,3% (408 peserta didik) dalam kategori sedang, dan 18,6% (142 peserta didik) dalam kategori tinggi. Hasil studi pendahuluan ini mengindikasikan bahwa masih banyak peserta didik yang rentan mengalami tekanan akademik dan belum mampu mengatasi tantangan yang dihadapi, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi akademik mereka secara keseluruhan.

Resiliensi akademik sangat penting bagi keberhasilan peserta didik dalam dunia pendidikan. Menurut Martin & Marsh (2006), resiliensi akademik membantu peserta didik mengatasi stres, tekanan, dan tantangan yang datang dari lingkungan akademik. Peserta didik yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi lebih mampu mengatasi kegagalan dan tetap termotivasi untuk mencapai tujuan mereka. Peserta didik yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi ditandai dengan memiliki keyakinan diri yang baik, kemampuan mengelola stress dan emosi, memiliki kemampuan pemecahan masalah, memiliki ketahanan mental (*mental toughness*), memiliki optimisme dan sikap positif, dan memiliki komitmen dan persistensi.

Untuk mengatasi masalah ini, bimbingan kelompok berbasis teori hardiness dianggap sebagai pendekatan yang efektif. Teori hardiness, yang diperkenalkan oleh Kobasa (1979), menekankan pentingnya komitmen, kontrol, dan tantangan dalam menghadapi stres. Bimbingan berbasis hardiness bertujuan untuk membantu

peserta didik mengembangkan sikap mental yang tangguh, sehingga mereka dapat menghadapi tekanan akademik dengan lebih baik dan meningkatkan resiliensi akademik mereka.

Kerangka konsep teoritik *hardiness* menurut Kobasa & Maddi (1984) terdapat tiga sikap kunci yang membantu individu mengatasi stres dan tantangan dalam kehidupan, yaitu: komitmen, kendali, dan tantangan. Komitmen mencakup bagaimana seseorang melihat tujuan hidup dan memiliki keterlibatan terhadap tugas-tugas dan aktivitas sehari-hari. Kendali berkaitan dengan sejauh mana seseorang merasa memiliki kendali atas hidupnya. Tantangan melibatkan cara seseorang melihat perubahan dan tantangan dalam hidup.

Hardiness dalam konteks bimbingan dan konseling di sekolah menekankan pada pencegahan yang bertujuan untuk membantu individu mengembangkan ketahanan mental, meningkatkan cara menanggapi stres, dan menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Proses melatih *hardiness* dapat dilakukan dengan konseling sebagai pencegahan tersier yang berkaitan dengan kerusakan emosional dan melalui bimbingan sebagai pencegahan sekunder dapat melibatkan pembicaraan tentang nilai-nilai, tujuan hidup, pemahaman diri, serta strategi konkret untuk menghadapi situasi-situasi sulit di masa mendatang.

Penelitian mengenai pengembangan resiliensi akademik menggunakan teori *hardiness* dalam 10 tahun terakhir masih sangat minim. Hasil meta analisis Eschleman dkk (2010) menunjukkan bahwa *hardiness* merupakan faktor prediktor yang kuat untuk berbagai bentuk resiliensi, termasuk resiliensi akademik. *Hardiness* membantu peserta didik untuk tetap fokus, bertahan dalam menghadapi kesulitan, dan memanfaatkan tantangan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang.

Penelitian Maddi dkk (2012) menemukan bahwa *hardiness* berhubungan positif dengan pengembangan resiliensi akademik melalui konstruksi makna eksistensial dalam hidup peserta didik. Peserta didik yang menunjukkan tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tantangan akademik dengan cara yang lebih konstruktif, meningkatkan resiliensi mereka.

Selanjutnya penelitian Kobasa dkk (2013) menunjukkan bahwa *hardiness* tidak hanya berkontribusi pada kesehatan fisik tetapi juga pada ketahanan akademik. Peserta didik yang memiliki tingkat *hardiness* yang lebih tinggi mampu mengatasi stres akademik dengan lebih baik, yang kemudian memperkuat resiliensi akademik mereka.

Penelitian Bartone dkk (2013) menunjukkan bahwa *hardiness* secara signifikan memprediksi adaptasi terhadap stres, yang dapat diaplikasikan pada konteks akademik. Peserta didik yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih besar dalam mengatasi tantangan akademik dan meningkatkan resiliensi mereka terhadap stres.

Thompson & Goebert (2014) menemukan bahwa *hardiness* dan kesejahteraan spiritual adalah prediktor penting bagi kesehatan mental dan resiliensi akademik peserta didik. Peserta didik yang memiliki *hardiness* yang tinggi cenderung memiliki resiliensi akademik yang lebih kuat, yang membantu mereka untuk tetap tenang dan fokus dalam menghadapi tekanan akademik.

Proses bimbingan yang berfokus pada *hardiness*, dapat meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Bimbingan berbasis teori *hardiness* bertujuan untuk membantu individu mengatasi permasalahan berkaitan dengan akademik. Melalui bimbingan berbasis *hardiness* diharapkan akan lebih mampu mengatasi tekanan akademik, menghadapi kegagalan, dan tetap berkinerja tinggi di lingkungan pendidikan. Maddi (2015) merekomendasikan mengembangkan resiliensi akademik peserta didik dengan *hardiness* baik dalam pembelajaran secara umum di sekolah dan melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Lebih lanjut, resiliensi akademik merupakan sikap yang menunjukkan *hardiness* peserta didik terhadap kegagalan akademik dan ciri kepribadian, yang secara jelas dapat membedakan kemampuan belajar peserta didik dalam menghindari tantangan akademik dan mengejar tantangan akademik.

Pentingnya penggunaan *hardiness* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik dapat dilihat dari aspek yang berhubungan dengan keberhasilan dan kesejahteraan peserta didik di lingkungan pendidikan. Meningkatkan resiliensi peserta didik dapat membantu menciptakan lingkungan pembelajaran yang lebih

positif, mendukung pencapaian akademik yang lebih baik, dan mengembangkan resiliensi yang diperlukan untuk menghadapi tantangan masa depan. Resiliensi adalah investasi dalam perkembangan holistik peserta didik, tidak hanya dalam aspek akademik tetapi juga kesejahteraan mental dan keberhasilan hidup secara keseluruhan.

Penelitian Dahlberg & Krug (2002) yang mengeksplorasi bagaimana *hardiness* dapat mempengaruhi resiliensi individu dalam konteks pendidikan. Selain itu, Maddi (2004) memberikan pemahaman mendalam tentang *hardiness* dan aplikasinya dalam meningkatkan resiliensi atau ketahanan terhadap stres, termasuk dalam konteks akademik. Penelitian Conner & Norman (2005) mengkaji bagaimana *hardiness* dan dukungan sosial berkontribusi pada pengembangan *resiliensi* terhadap kesulitan dalam bidang akademik.

Penelitian-penelitian ini secara konsisten menunjukkan bahwa *hardiness* adalah faktor penting dalam pengembangan resiliensi akademik. *Hardiness* membantu peserta didik untuk menghadapi stres dan tantangan akademik dengan lebih efektif, meningkatkan kemampuan mereka untuk bertahan dan berhasil dalam lingkungan akademik yang menantang

Bimbingan kelompok berbasis *hardiness* dapat dianggap sebagai suatu pendekatan yang efektif dalam membantu peserta didik mengembangkan resiliensi yang diperlukan untuk menghadapi tekanan akademik dan mencapai tingkat resiliensi akademik yang lebih memadai.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian ditujukan untuk mengidentifikasi serta mengeksplorasi lebih jauh bagaimana tingkat *hardiness* dan resiliensi akademik peserta didik tingkat SMA. Pada konteks penelitian, penting untuk mengidentifikasi, mengukur, serta menganalisis sejauh mana peserta didik SMA memiliki kemampuan resiliensi akademik dan *hardiness* yang diperlukan dalam menghadapi tantangan dan kondisi akademik.

Selanjutnya, penelitian ini mengeksplorasi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan resiliensi akademik peserta didik di SMA. penggunaan

hardiness guna membantu mengembangkan resiliensi akademik peserta didik di Indonesia sangat signifikan. Faktanya, tantangan utama yang dihadapi oleh peserta didik abad ke-21 ini berhubungan dengan kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan globalisasi dan munculnya masa industri baru di seluruh dunia. Ragam tekanan dan hambatan ini dapat mengakibatkan timbulnya stres akademik di kalangan peserta didik. Respon terhadap stres yang dialami oleh peserta didik di sekolah tentu tidak seragam. Perbedaan dalam respons tersebut dapat disebabkan oleh tingkat kesiapan aspek psikologis dan sosial pada peserta didik, yang kemudian mengubah dampak pemicu stress menjadi positif atau negatif.

Kemudian, penelitian ini mengukur dan menilai bagaimana efikasi rancangan program bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* yang digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan resiliensi akademik mampu meningkatkan keberhasilan dan pencapaian akademik peserta didik SMA di Kota Cimahi.. Pendekatan ini menawarkan metode inovatif dalam bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan *hardiness* dan resiliensi akademik pada peserta didik. Evaluasi program bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* melibatkan analisis empiris mengenai bagaimana pendekatan yang dirancang dapat diimplementasikan untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik .

Kajian literatur dan hasil penelitian membuktikan resiliensi akademik kuat kaitannya dengan *hardiness* individu dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Tekanan akademik yang tinggi pada peserta didik dipicu oleh rendahnya resiliensi yang dimiliki peserta didik. *Hardiness* dan resiliensi di anggap kunci dalam menghadapi tantangan dan stress. Peserta didik yang memiliki tingkat *hardiness* dan resiliensi yang tinggi lebih mampu mengatasi rintangan akademik dan menjaga keseimbangan emosional mereka.

Penelitian ini juga mengeksplorasi bagaimana program bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* dapat diimplementasikan secara optimal dalam mengembangkan resiliensi akademik peserta didik. Selanjutnya, proses identifikasi, strategi implementasi program, langkah-langkah praktis yang digunakan serta strategi mengatasi hambatan yang mungkin dialami selama intervensi. Hal ini menjadi penting untuk diperhatikan guna memastikan

pendekatan bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* secara optimal mampu mengembangkan kemampuan resiliensi akademik peserta didik.

Terakhir, penelitian ini mengkomparasikan antara peserta didik yang menerima intervensi bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* dengan kelompok peserta didik yang tidak menerima intervensi. Kemudian dilakukan proses analisis untuk mengidentifikasi dan mengukur perbedaan kemampuan resiliensi akademik antara kedua kelompok guna menilai hasil intervensi yang dilakukan pada peserta didik SMA, sekaligus hal tersebut diharapkan menjadi bukti empiris mengenai efektivitas program bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* dapat diimplementasikan untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik.

Berdasarkan paparan latar belakang penelitian dan identifikasi masalah, rumusan masalah penelitian adalah apakah bimbingan kelompok berbasis *hardiness* berefikasi dalam mengembangkan resiliensi akademik peserta didik di SMA Negeri 4 Cimahi? Rumusan masalah tersebut, diturunkan menjadi pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Seperti apa Profil resiliensi akademik peserta didik SMA ?
2. Bagaimana efektivitas program bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik di SMAN 4 Cimahi?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah menguji efektivitas bimbingan kelompok berbasis teori *hardiness* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian dapat memperkaya literatur tentang efektivitas bimbingan kelompok berbasis *hardiness* dalam mengembangkan resiliensi akademik peserta didik.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi acuan bagi guru bimbingan konseling, pendidik, dan pihak sekolah dalam merancang program intervensi yang lebih efektif untuk memperkuat resiliensi akademik peserta didik

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Tesis ini memuat lima bab, yaitu:

Bab I memuat pendahuluan yang mencakup berbagai elemen penting dari penelitian. Didalamnya terdapat latar belakang penelitian, yang menjelaskan justifikasi dan pentingnya masalah yang akan diteliti. Bagian ini juga mencakup identifikasi dan perumusan masalah, yang menjelaskan variabel-variabel penelitian dan bagaimana variabel-variabel tersebut saling berhubungan. Tujuan penelitian menguraikan hasil yang diharapkan dari penelitian ini, sedangkan manfaat penelitian menggambarkan aplikasi praktis dari temuan penelitian bagi para pihak yang bertanggungjawab terkait dengan masalah yang diteliti. Terakhir, bab ini juga memaparkan kerangka organisasi tesis, yang memberikan gambaran tentang bagaimana tesis disusun dan dikembangkan secara keseluruhan.

Bab II berfungsi sebagai kajian pustaka atau konsep teori dan menggambarkan hasil penelitian sebelumnya. Tinjauan pustaka memainkan peran penting dengan memberikan landasan teori yang diperlukan untuk menetapkan pertanyaan penelitian, tujuan, dan hipotesis.

Bab III menyajikan pemaparan terperinci mengenai metode penelitian yang digunakan, mencakup beberapa aspek penting seperti: Desain Penelitian, Populasi dan Sampel, Instrumen Penelitian, dan Analisis Data.

Bab IV mempresentasikan temuan hasil penelitian dan diskusi, Inti dari bab ini adalah memberikan penjelasan rinci mengenai bagaimana data yang diperoleh diproses dan dianalisis, serta wawasan yang dihasilkan dari analisis tersebut.

Bab V terdiri dari kesimpulan dan rekomendasi. Bab ini menyajikan penafsiran dan esensi yang diberikan oleh peneliti berdasarkan analisis temuan penelitian. Kesimpulan merangkum hasil-hasil utama dan implikasinya, sementara rekomendasi memberikan saran konkret untuk praktik, kebijakan, atau penelitian lebih lanjut berdasarkan temuan penelitian