

BAB I

PENDAHULUAN

Bab satu merupakan pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi penelitian, dan sistematika tesis.

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan salah satu masa perkembangan manusia di antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai dengan adanya beberapa perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Pada remaja awal, emosi merupakan salah satu aspek diri yang mengalami perubahan yang sangat menonjol. Perubahan dan perkembangan aspek emosi pada masa remaja berpengaruh pada kemampuan remaja dalam menghadapi tuntutan atau harapan sosial, menyelesaikan masalah, membuat keputusan dan kemampuan membangun hubungan dengan orang lain. Pada saat menghadapi tuntutan dan masalah, remaja cenderung bersikap melarikan diri, menghindari masalah, dan mencari dukungan sosial.

Sikap melarikan diri, menghindar, dan mencari dukungan merupakan beberapa jenis strategi *coping* yang berfokus pada emosi. Blanchard-Fields, Robinson, dan Ebata (dalam Santrock, 2003, hlm. 567) mengatakan remaja awal cenderung menggunakan strategi *emotion focused coping* dibanding menggunakan strategi *problem focused coping*.

Masa remaja juga dikenal sebagai masa badai dan tekanan. Masa badai dan tekanan terjadi tidak hanya disebabkan perubahan fisik, tetapi juga adanya tekanan sosial. Pada masa remaja, seseorang akan berusaha menyesuaikan diri dengan kondisi dan harapan sosial yang baru. Harapan masyarakat, kematangan individu, dan nilai-nilai yang dipegang oleh setiap individu merupakan dasar dari tugas perkembangan. Nurhudaya (dalam Supriatna, 2011, hlm. 119) menyatakan

Tugas perkembangan merupakan suatu atau seperangkat kompetensi yang harus dimiliki seseorang dalam setiap fase perkembangan, yang timbul dari

tuntutan lingkungan (masyarakat, keluarga, lingkungan sosial, dan sebagainya), perkembangan fisik (kematangan organ-organ fisik), dan aspirasi, cita-cita atau karakteristik pribadi masing-masing individu. Keterampilan-keterampilan itu harus dimiliki atau dicapai oleh seseorang agar ia “menjadi seorang manusia” atau dapat “mempertahankan dirinya sebagai manusia”, atau untuk dapat menjalani kehidupannya.

Sehubungan dengan tugas perkembangan, Havigurst (dalam Hurlock, 1992, hlm. 10) menyatakan salah satu tugas perkembangan yang perlu dilaksanakan dalam masa remaja, yaitu mencapai kemandirian emosional dari orangtua, artinya remaja memiliki kemampuan dalam menentukan hidup sendiri dan bertanggungjawab atas setiap keputusan yang diambil. Sejalan dengan Havigurst, ASCA (Alexandria, 2004) menambahkan terdapat tiga kompetensi yang diharapkan dimiliki oleh remaja pada bidang pribadi sosial, yaitu a) remaja memperoleh pengetahuan, sikap, dan keterampilan interpersonal untuk membantu memahami dan menghargai diri sendiri dan orang lain; b) remaja akan membuat pilihan, menetapkan tujuan, dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk menetapkan tujuan; c) remaja akan memahami pentingnya memiliki keterampilan keselamatan dan bertahan.

Salah satu hambatan bagi upaya remaja mencapai kemandirian, yaitu sikap *overprotective* orangtua. Santrock (2003, hlm. 188) mengatakan keinginan remaja untuk mandiri dan bertanggungjawab akan hidupnya sendiri menyebabkan kebingungan dan konflik bagi banyak orangtua. Pada umumnya orangtua ingin remaja tetap mendengarkan nasihat, menghabiskan waktu luang dengan keluarga, taat, patuh, tidak melakukan kenakalan, dan melakukan tindakan yang benar, namun bagi remaja aktivitas di luar rumah dan memperluas pergaulan dengan banyak teman akan membantu proses menemukan jati diri, memperoleh pengakuan dari teman sebaya maupun masyarakat, bereksperimen, dan belajar penyesuaian diri. Sikap *overprotective* orangtua membuat remaja tergantung dengan orangtua, akibatnya remaja tidak memiliki kompetensi dalam menghadapi tuntutan sosial, menyelesaikan masalah, dan mengambil keputusan.

Konflik tidak hanya terjadi pada remaja yang tinggal dengan orangtua. Remaja yang tinggal di panti asuhan atau Rumah Perlindungan Sosial Asuhan Anak (RPSAA) sering mengalami konflik dengan pekerja sosial. Pekerja sosial

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

merupakan orangtua asuh bagi seluruh anak asuh yang tinggal di RPSAA. Segala keputusan dan kebijakan yang dibuat oleh pekerja sosial merupakan salah satu contoh bentuk sikap tanggungjawab pekerja sosial dalam menjaga dan melindungi anak asuh. Sikap menjaga dan melindungi anak asuh terkadang berlebihan. Pekerja sosial memiliki kecenderungan untuk mengatasi masalah anak asuh bahkan menentukan dan membuat keputusan bagi anak asuh. Di sisi lain terdapat pekerja sosial yang kurang peduli terhadap perkembangan anak asuh. Ketidakpedulian pekerja sosial membuat anak asuh merasa tidak dicintai dan disayangi, sehingga muncul gangguan emosional dan kenakalan remaja. Sikap pekerja sosial yang sangat melindungi anak asuh mengakibatkan anak asuh tidak dapat belajar untuk menghadapi masalah dan membuat keputusan, sedangkan sikap pekerja sosial yang tidak peduli terhadap anak asuh membuat remaja tidak memahami cara untuk bertanggungjawab pada setiap perilakunya. Kemampuan remaja di RPSAA dalam menghadapi tuntutan, menyelesaikan masalah, dan membuat keputusan berkaitan dengan keterampilan *coping*.

Coping merupakan salah satu keterampilan hidup yang sudah dimiliki semua individu sejak lahir. Murphy (dalam Safaria dan Saputra, 2009, hlm. 97) menjelaskan *coping* merupakan usaha untuk mengatasi situasi baru yang berpotensi untuk menimbulkan ancaman, tantangan dan bahkan menimbulkan frustrasi. Upaya untuk mengatasi situasi baru terbagi menjadi dua bagian, yaitu berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dan berfokus pada masalah (*problem focused coping*). *Coping* yang berfokus pada emosi merupakan upaya untuk mengurangi tekanan dengan cara mengelola emosi yang muncul. *Coping* yang berfokus pada masalah merupakan upaya untuk menyelesaikan atau menghadapi situasi-situasi yang menantang, mengancam atau menekan.

Berkaitan dengan pola asuh dan keterampilan *coping* pada remaja, hasil penelitian Zimmer-Gembeck dan Locke (2007, hlm. 1) tentang “*The Socialization of Adolescent Coping Behaviours: Relationships With Families And Teachers*”, menunjukkan remaja dengan hubungan keluarga yang positif menggunakan strategi penyelesaian masalah yang lebih aktif untuk mengatasi masalah di rumah dan sekolah. Hubungan yang baik dengan guru dapat diprediksikan akan membuat remaja memiliki perilaku strategi penyelesaian masalah yang aktif di sekolah.

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

Berdasarkan penelitian Zimmer-Gembeck dan Locke, hendaknya pekerja sosial memiliki hubungan yang baik dengan anak asuh, sehingga anak asuh memiliki keterampilan dalam menyelesaikan dan mengatasi masalah dalam kehidupan sehari-hari.

Remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung merupakan anak-anak yang berasal dari seluruh kabupaten atau kota di Provinsi Jawa Barat. Remaja di RPSAA Ciumbuleuit Bandung merupakan anak yatim, anak yatim piatu, anak piatu, anak yang berasal dari keluarga *broken home*, dan anak yang sebagian besar berasal dari keluarga pra sejahtera. UU No. 4 Tahun 1979 tentang kesejahteraan anak menjelaskan orangtua merupakan lingkungan pertama dan utama yang bertanggungjawab terhadap kesejahteraan anak baik fisik, mental, spiritual maupun sosial. Keterbatasan secara ekonomi merupakan salah satu faktor yang menyebabkan orangtua tidak mampu memenuhi kebutuhan anak, sehingga anak tidak memperoleh kesejahteraan dalam hidup. Setiap negara memiliki ketentuan tersendiri dalam indeks kesejahteraan anak. Amerika Serikat menentukan *Child Well Being Index*, terdiri dari: “*material well-being, health, safety/behavioral concerns, productive activity (educational attainments), place in community (participation in schooling or work institutions), social relationships (with family and peers), and emotional/spiritual well-being*” (BAPPENAS, <http://bappenas.go.id>).

Sehubungan dengan kesejahteraan anak, RPSAA Ciumbuleuit Bandung membuat lima kegiatan bimbingan sebagai upaya membantu remaja di RPSAA memperoleh kesejahteraan, antara lain: bimbingan fisik, bimbingan mental spiritual dan budi pekerti, bimbingan sosial, bimbingan keterampilan dan jiwa kewirausahaan, dan bimbingan belajar. Kelima kegiatan bimbingan yang dilakukan RPSAA Ciumbuleuit Bandung belum memenuhi dan membantu remaja dalam memperoleh kesejahteraan akibatnya muncul beberapa masalah pada remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung.

Berdasarkan informasi dari pekerja sosial di RPSAA Ciumbuleuit Bandung, diketahui beberapa remaja sering bertindak agresif, kurang disiplin, kurang mampu mengatur waktu, dan beberapa remaja putri suka berdiam diri di kamar saat memiliki masalah, sedangkan beberapa remaja laki-laki suka merokok. Hasil

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

penelitian Munawaroh (2014) terhadap remaja yang berada di Rumah Perlindungan Asuhan Anak Ciumbuleuit Bandung menunjukkan tingkat resiliensi remaja putra berada pada dua kategori, yaitu sebanyak 28,6% remaja putra memiliki tingkat resiliensi yang rendah dan sebanyak 71,4% memiliki resiliensi sedang. Tingkat resiliensi remaja putri berada pada tiga kategori, yaitu sebanyak 14,3% memiliki resiliensi rendah, 42,9% berada pada kategori sedang, dan 42,9% berada pada kategori tinggi.

Sehubungan dengan resiliensi, Jew & Green (dalam Davey, Eaker, Walters, 2003, hlm. 351) dalam penelitian mengenai perbedaan resiliensi dan *coping* pada remaja yang beresiko dan tidak beresiko menunjukkan remaja yang beresiko lebih resilien, tetapi tidak memiliki *coping* yang lebih baik daripada remaja yang tidak beresiko. Davey, Eaker, Walters menambahkan hasil penelitian Jew dan Green menunjukkan “...*there might be within-person differences in adolescents that determine if coping is an important factor in resilience*”.

Permasalahan-permasalahan yang ditunjukkan oleh remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung menggambarkan ketidakcakapan remaja SMP dalam menghadapi tuntutan dan masalah. Sehubungan dengan kemampuan dalam menghadapi masalah, Frydenberg dan Lewis (dalam Geldard dan Geldard, 2011, hlm. 90) mengungkapkan terdapat tiga gaya remaja dalam menghadapi masalah, yaitu pertama, menyelesaikan masalah. Gaya menyelesaikan masalah digambarkan dengan perilaku seperti mencari dukungan sosial, fokus pada penyelesaian masalah, mencari pengalihan yang membuat rileks (katarsis), membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya, mencari penerimaan, dan bersikap positif. Kedua, mencari dukungan orang lain. Mencari dukungan orang lain berarti meminta bantuan dari teman sebaya, orang dewasa atau profesional untuk mendapatkan dukungan sosial dan spiritual.

Ketiga, mengatasi masalah yang non-produktif. Cara mengatasi masalah yang tidak produktif ditandai dengan rasa gelisah, mencari penerimaan, berpikir yang tidak bermanfaat, tidak berusaha mengatasi masalah, mengabaikan masalah, menyimpan masalah untuk diri sendiri, dan menyalahkan diri sendiri. Berdasarkan pendapat Frydenberg dan Lewis, dapat diketahui sikap-sikap yang tunjukkan remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung menggambarkan remaja SMP di

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

RPSAA Ciumbuleuit Bandung cenderung mengatasi masalah dengan cara non produktif.

Ketidakkakapan dalam *coping* pada remaja di RPSAA Ciumbuleuit Bandung juga dapat menyebabkan munculnya berbagai masalah, seperti ketidakmampuan dalam menjalani kehidupan, kesulitan dalam merumuskan masa depan, dan stres. Compas (dalam Zimmer-Gembeck dan Skinner, 2008, hlm. 3) menjelaskan stressor yang dialami oleh remaja berhubungan dengan kesehatan mental dan masalah-masalah perilaku termasuk depresi dan kecemasan, serta perilaku eksternalisasi seperti agresi dan perilaku anti sosial. Zimmer-Gembeck dan Skinner (2008, hlm. 3) menambahkan *distress* pada remaja terjadi karena remaja merasa tidak mampu memenuhi harapan dari lingkungan. Selain itu, kurangnya penghargaan atas usaha dan penerimaan akan membuat remaja semakin tertekan. Penerimaan dan penghargaan yang kurang dari lingkungan membuat remaja SMP di RPSAA memiliki *self esteem* dan *self efficacy* yang rendah. Lazarus dan Folkman (1984, hlm. 159-164) menyatakan keyakinan positif dan dukungan sosial berpengaruh pada keterampilan *coping* remaja.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan *coping*, yaitu melaksanakan pelatihan keterampilan *coping*. Beberapa penelitian yang dilakukan oleh ahli (Forman, Linney, Brondino (1990); Khadiravan dan Kumar (2012); dan Tiarani (2012)) menunjukkan pelatihan keterampilan *coping* efektif untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja. Tiarani (2012) melakukan penelitian mengenai efektifitas *role playing* untuk meningkatkan keterampilan *coping* adaptif pada siswa SMP. Hasil penelitian menunjukkan teknik *role playing* efektif untuk keterampilan *coping* adaptif pada siswa SMP, namun Tiarani menyarankan peneliti lain dapat melakukan uji keefektifan pelatihan pada subyek lain yang memiliki karakteristik berbeda. Sejalan dengan Tiarani, Khadiravan dan Kumar (2012) dalam penelitian tentang “*Enhancing Stress Coping Skills Among College Students*” menyarankan peneliti selanjutnya dapat mengumpulkan data dan melakukan penelitian pada subyek yang memiliki perbedaan kondisi demografis, seperti usia dan status ekonomi, sehingga dapat lebih menggambarkan tentang *coping* mahasiswa di Universitas.

Dua penelitian terdahulu menunjukkan pelatihan keterampilan *coping* perlu untuk dilakukan pada *setting* dan subyek yang berbeda. Ditinjau dari permasalahan remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung dan penelitian terdahulu, maka perlu disusun dan dilaksanakan program pelatihan keterampilan *coping* bagi remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung. Apabila remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung memiliki kecakapan dalam *coping*, maka remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung dapat mengatasi dan menghadapi setiap tuntutan dan masalah dalam kehidupan sehari-hari.

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu upaya pedagogis yang bertujuan untuk memfasilitasi perkembangan individu dari kondisi apa adanya kepada kondisi bagaimana seharusnya dengan potensi yang dimilikinya (Kartadinata, 2011, hlm. 30). Bimbingan dan Konseling memiliki peran dalam membantu remaja memperoleh berbagai keterampilan yang dibutuhkan untuk bertahan hidup dan mengembangkan diri dengan optimal. Upaya bantuan yang dilakukan Bimbingan dan Konseling merupakan proses yang berkesinambungan dan disusun secara sistematis agar bantuan yang diberikan kepada remaja dapat terarah pada tujuan yang diharapkan.

Sejalan dengan pendapat Kartadinata, Rusmana (2009, hlm. 12) mengatakan salah satu tujuan bimbingan, yaitu untuk perbaikan kehidupan orang yang dibimbing khususnya kemampuan untuk mengatur kehidupan sendiri, mengembangkan dan memperluas pandangan, menetapkan pilihan, mengambil keputusan, memikul beban kehidupan, menyesuaikan diri, dan mengembangkan kemampuan. Berbagai kemampuan dalam diri perlu dikembangkan karena sejalan dengan perkembangan jaman, setiap individu dituntut untuk semakin produktif, kreatif, cerdas dan memiliki kepribadian yang baik. Selain kemampuan yang disebutkan Rusmana, salah satu keterampilan yang perlu dikembangkan sejak dini agar mampu menghadapi tantangan dalam setiap perkembangan jaman, yaitu keterampilan *coping*.

Bimbingan dan Konseling diharapkan mampu mengembangkan keterampilan *coping* remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung agar dapat mengelola hidupnya dengan lebih produktif. Keterampilan *coping* yang tidak dikembangkan dengan baik dikhawatirkan memunculkan berbagai kenakalan

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

dikalangan remaja. Kartono (2013, hlm. 8) mengatakan kenakalan remaja dapat diminimalisir bahkan dihindari dengan cara membekali remaja dengan keterampilan seperti kemampuan dalam menangani masalah, mengelola emosi, dan membuat keputusan.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Coping merupakan suatu keterampilan yang dipelajari melalui observasi dan pengalaman dalam kehidupan sehari-hari. Strategi *coping* dibagi menjadi dua, yaitu *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Sarafino dan Smith (2012, hlm. 83) menjelaskan *emotion-focused coping* bertujuan untuk mengelola respon emosional pada situasi-situasi yang menekan. Setiap individu dapat mengatur respon-respon emosional mereka melalui pendekatan *behavioral* dan kognitif. *Problem-focused coping* bertujuan untuk mengurangi tuntutan-tuntutan dari situasi yang menekan atau memperluas sumber daya yang berhubungan dengan situasi menekan tersebut. Cox, dkk. (dalam Frydenbergh, 1997, hlm. 33) menjelaskan beberapa peneliti menemukan strategi dikelompokkan pada tiga pola *coping*, yaitu menyelesaikan masalah, *coping* yang tidak produktif, dan rekomendasi dari sesama. Pola menyelesaikan masalah merupakan pola yang fungsional atau produktif. Strategi *coping* yang tidak produktif merupakan pola disfungsional.

Coping skills merupakan salah satu *life skills* yang perlu dilatihkan. Frydenberg (1997, hlm. 196) menjelaskan “..., *teaching for coping is teaching life skills to enhance psychosocial competence*”. *Coping skills* merupakan potensi dasar yang dimiliki setiap orang sejak awal perkembangan. Keterampilan *coping* perlu untuk dikembangkan secara terus menerus sepanjang rentang kehidupan agar setiap individu mampu bertahan hidup dan menghadapi setiap tekanan, tuntutan, dan tantangan yang akan dihadapi pada setiap tahap perkembangan. Forman (dalam Frydenberg, 1997, hlm. 196) menyarankan *coping skills training* berisi kegiatan yang dapat meningkatkan asertifitas, kemampuan memecahkan masalah, *self instruction*, relaksasi, kemampuan komunikasi interpersonal, dan *behavioral self-control*.

Pelatihan (*training*) merupakan salah satu upaya pengembangan sumber daya manusia guna membantu individu menjadi pribadi yang semakin efektif (Afiatin, Sonjaya, Pertiwi, 2013, hlm. 13). Pelatihan bersifat pencegahan dan pengembangan. Fungsi pelatihan sama dengan fungsi layanan dasar dalam bimbingan dan konseling. Layanan dasar bimbingan merupakan layanan yang bertujuan untuk membantu seluruh peserta didik dalam mengembangkan perilaku efektif dan keterampilan-keterampilan hidupnya yang mengacu pada tugas-tugas perkembangan peserta didik (Nurihsan, 2011, hlm. 45).

Bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan yang dapat digunakan untuk membantu remaja dalam mengembangkan diri ataupun mengatasi masalah baik dalam bidang pribadi, sosial, akademik, ataupun karir. Sukardi dan Kusmawati (2008, hlm. 78) menyatakan

Pelayanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing/konselor) dan/atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan/atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan/atau tindakan tertentu.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dengan berbagai jenis kegiatan. Sukardi (2008, hlm. 64-65) menyatakan beberapa kegiatan yang dapat dilakukan dalam pelayanan bimbingan kelompok antara lain *home room* berfungsi untuk penyampaian informasi dan pengembangan, psikodrama berfungsi untuk terapi masalah-masalah psikologis, dan sosiodrama berfungsi untuk terapi bagi masalah-masalah konflik sosial.

Bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan dalam penelitian menggunakan teknik *group exercises* yang dipelopori oleh Jacob, dkk. Jacob, dkk. (2012, hlm. 222) menjelaskan melalui latihan (*exercises*) seseorang diberikan kesempatan untuk belajar melalui pengalaman. Latihan juga dapat digunakan sebagai alternatif pendekatan guna menggali isu-isu melalui kegiatan-kegiatan. Kegiatan yang dilakukan dalam *group exercises* antara lain: *written, movement,*

rounds, dyad and triad, creative props, art and crafts, fantasy, common reading, feedback, trust, experiential, moral dilemma, group decision, dan touching.

Jauhari (2014) menyatakan program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Barat. Khiyarusoleh (2011) dalam penelitian tentang efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik permainan dalam mengurangi perilaku menyimpang siswa, teknik permainan yang digunakan berdasarkan *group exercises* yang dipelopori oleh Jacob, dkk. Penelitian menyatakan bimbingan kelompok melalui teknik permainan efektif dalam mengurangi perilaku menyimpang siswa. Berdasarkan penelitian terdahulu, disimpulkan teknik *group exercises* efektif untuk memberikan pengalaman belajar bagi remaja daripada hanya memberikan ceramah.

Berdasarkan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian, yaitu:

1. Bagaimana implementasi program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di Rumah Perlindungan Sosial Asuhan Anak (RPSAA) Ciumbuleuit Bandung?
2. Apakah program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* efektif untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di Rumah Perlindungan Sosial Asuhan Anak (RPSAA) Ciumbuleuit Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian, yaitu 1) menggambarkan implementasi program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di Rumah Perlindungan Sosial Asuhan Anak (RPSAA) Ciumbuleuit Bandung; 2) menggambarkan secara empirik efektivitas program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di Rumah Perlindungan Sosial Asuhan Anak (RPSAA) Ciumbuleuit Bandung.

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan bermanfaat secara teoretis dan praktis.

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan aplikasi ilmu Bimbingan dan Konseling khususnya pengembangan program layanan bimbingan kelompok di komunitas termasuk RPSAA untuk meningkatkan keterampilan *coping* remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pekerja Sosial di RPSAA Ciumbuleuit Bandung. Hasil penelitian dapat dijadikan masukan bagi pengembangan program bimbingan kelompok di RPSAA sebagai upaya pengembangan dan penanggulangan masalah pada remaja di RPSAA khususnya dalam upaya mengembangkan dan meningkatkan keterampilan *coping* remaja. Hasil penelitian juga dapat menambah wawasan pekerja sosial tentang bimbingan kelompok dan keterampilan *coping* pada remaja, sehingga pekerja sosial dapat mengembangkan kualitas pribadi agar dapat melaksanakan bimbingan kelompok guna meningkatkan keterampilan *coping* remaja di RPSAA.
- b. Bagi Peneliti Selanjutnya. Hasil penelitian dapat dijadikan masukan bagi penelitian selanjutnya dalam penggunaan metode penelitian, jenis layanan atau intervensi yang digunakan, subyek penelitian, dan *setting* lembaga yang akan dilakukan pada penelitian selanjutnya.

E. Asumsi Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan, dipaparkan asumsi yang dijadikan titik tolak penelitian sebagai berikut.

1. *Coping* merupakan upaya perubahan kognitif dan perilaku secara terus menerus untuk mengelola tuntutan-tuntutan internal dan eksternal yang dinilai sebagai beban atau sumber daya yang berlebih dalam diri seseorang (Lazarus dan Folkman, 1984, hlm. 141).
2. *Coping strategies* merupakan suatu tindakan (behavioral) atau kognitif yang sering digunakan individu dalam menghadapi setiap situasi (Compas dalam Frydenberg, 1997, hlm. 34).

Laurentia Dian Arvita, 2015

PROGRAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK GROUP EXERCISES UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN COPING PADA REMAJA

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

3. *Coping skills training* berisi kegiatan yang dapat meningkatkan asertifitas, kemampuan memecahkan masalah, *self instruction*, relaksasi, kemampuan komunikasi interpersonal, dan *behavioral self-control* (Forman dalam Frydenberg, 1997, hlm. 196).
4. Bimbingan kelompok merupakan 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 (Rusmana, 2009, hlm. 13)
5. Latihan (*exercises*) digunakan untuk membantu setiap individu belajar melalui pengalaman. Latihan dapat digunakan sebagai alternatif pendekatan guna menggali isu-isu melalui kegiatan-kegiatan. Teknik *group exercises* cukup efektif untuk memberikan pengalaman belajar bagi anggota daripada hanya memberikan para anggota ceramah atau diskusi (Jocob, dkk, 2012, hlm. 222).

F. Sistematika Tesis

Bab satu merupakan pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi penelitian, dan sistematika tesis. Bab dua merupakan kajian teoretis yang menguraikan tentang keterampilan *coping*, bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises*, program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja, penelitian terdahulu yang relevan, dan kerangka pemikiran penelitian. Bab tiga merupakan metode penelitian yang menguraikan tentang pendekatan dan metode penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, pengembangan instrumen penelitian, uji validitas dan reliabilitas instrumen, teknik analisis data, pengembangan program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung, dan hipotesis penelitian.

Bab empat merupakan hasil penelitian dan pembahasan yang menguraikan tentang implementasi program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung, hasil uji empiris efektivitas program layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan keterampilan *coping* pada remaja SMP di RPSAA Ciumbuleuit Bandung, pembahasan hasil penelitian, dan keterbatasan penelitian. Bab lima merupakan kesimpulan dan rekomendasi yang menguraikan tentang kesimpulan penelitian dan rekomendasi bagi pekerja sosial di RPSAA Ciumbuleuit Bandung dan peneliti selanjutnya.