

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian serta struktur operasional penulisan laporan penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kesuksesan akademik merupakan dambaan bagi setiap siswa, orang tua dan pendidik. Kesuksesan akademik diawali dari kesuksesan-kesuksesan kecil terhadap segala tantangan dan hambatan keseharian untuk mampu menciptakan dan mencapai kesuksesan besar. Perencanaan dalam setiap kegiatan akademik, komitmen terhadap setiap pelaksanaan perencanaan akademik, memahami segala tantangan dan memiliki solusi dalam setiap hambatan akademik, juga utamanya keyakinan diri untuk berhasil dalam setiap kegiatan akademik, merupakan harapan ideal bagi setiap siswa maupun pendidik di setiap lingkungan pendidikan formal maupun non formal.

Pada sudut pandang berorientasi aset dalam konteks psikologi positif lahir konsep *academic buoyancy* (Martin & Marsh, 2006). *Academic buoyancy* merupakan kemampuan yang diperuntukan bagi siswa yang memiliki pengalaman khas dari: nilai kinerja akademik yang buruk, kecemasan terhadap akademik yang khas dari tekanan harian, ancaman terhadap kepercayaan diri sebagai akibat dari mendapatkan nilai yang buruk di sekolah, kepercayaan terhadap kemampuan diri rendah, motivasi belajar rendah, keterlibatan akademik yang rendah dan kinerja yang tidak maksimal pada pengerjaan tugas-tugas sekolah (Martin & Marsh, 2007).

Komponen penting dalam beradaptasi pada tantangan akademik terletak pada kemampuan siswa untuk menjadi apung (*buoyancy*) dalam menghadapi tantangan akademik sehari-hari. Konsep *academic buoyancy* muncul dari penelitian *academic resilience* untuk dapat membedakan orientasi antara sudut pandang psikopatologi dan sudut pandang pada pengembangan psikologi positif. Penelitian tentang *academic buoyancy* lebih berfokus pada sejauh mana siswa

dapat memenuhi perjuangan dan tantangan akademis sehari-hari yang dihadapi kebanyakan siswa di sekolah (Martin & Marsh, 2008).

Academic buoyancy merupakan kemampuan individu untuk dapat menghadapi penurunan akademis dan tantangan akademis sehari-hari yang khas dalam kehidupan di sekolah. Individu yang memiliki *academic buoyancy* memiliki keyakinan dan kepercayaan diri untuk menyelesaikan tugas (*confidence*), kemampuan membuat perencanaan (*coordination*), komitmen diri dalam penyelesaian tugas (*commitment*), kemampuan untuk dapat memahami masalah, juga mencari solusi dari permasalahan (*compusure*), dan keyakinan mengontrol diri untuk dapat berhasil mengerjakan tugas (*control*) (Marsh & Martin, 2007; Marsh & Martin, 2008).

Siswa yang masuk dalam kategori remaja merupakan suatu usia yang rentan, dan mengalami tantangan yang sangat beresiko, karena pada usia ini remaja berada pada masa transisi, remaja membutuhkan dukungan dan bimbingan dari orang-orang disekitarnya, alasan yang rasional dan juga model dalam pengembangan dirinya. Remaja masa kini menghadapi tuntutan dan harapan, bukan hanya pada kehidupan pribadi, sosial maupun orientasi karirnya namun juga pada akademiknya, sedemikian juga hambatan, tantangan dan godaan, yang tampaknya lebih banyak dan kompleks dibandingkan dengan remaja generasi yang lalu (Santrok, 2003, hlm. 17).

Proses mencapai kesuksesan akademik memiliki perjuangan juga tantangan bagi setiap siswa remaja di sekolah. Sebagian besar siswa mengalami tantangan akademis, kemunduran, bahkan kekhawatiran yang tinggi terhadap akademik yang sebagian besar tumbuh dan terjadi dalam kehidupan sehari-hari di sekolah (Martin, Colmar, Davey, & Marsh, 2010). Ketika siswa memasuki usia remaja, tengah menginjak usia 16-18 tahun, sangat penting untuk tidak hanya memahami kesulitan akademis yang siswa alami dan hadapi, namun juga cara adaptif yang harus siswa pahami dan hadapi (Martin, 2010; Martin & Marsh, 2006, 2008, 2009).

Penelitian-penelitian terdahulu telah banyak menunjukkan bahwa tantangan, hambatan dan bahkan tuntutan dalam akademik selalu hadir dalam setiap keseharian siswa (Dwyer & Cummings, 2001). Sebagian besar siswa

mengalami tantangan akademis, kemunduran, dan kecemasan dari kehidupan sehari-hari di sekolah (Martin, Colmar, Davey, & Marsh, 2010). Siswa 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), bahkan bagi siswa Sekolah Menengah Atas untuk memasuki Perguruan Tinggi dan menghadapi *test* ujian menjadi sumber ketegangan dan tantangan paling berat untuk dialami siswa (McGowen, Gardner, & Fletcher, 2006; Gibbons, Dempster, & Moutray, 2008; Heikkila, Lonka, Niemine, & Niemivitra, 2012; Gibbons, 2015).

Acuan hasil empirik tersebut memiliki kondisi yang sama pada hasil studi pendahuluan terhadap 129 siswa SMA Negeri 6 Bandung dalam mengetahui tingkat ketangguhan akademik. Ketangguhan akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 6 Bandung memiliki rata-rata skor 23 dari nilai skor ideal yaitu skor 36 berdasarkan *Academic Hardiness Scall* (AHS). Masing-masing aspek memiliki presentase 66,5% untuk aspek komitmen, 22,7% untuk aspek kontrol diri dalam akademik, dan 25,6% untuk aspek tantangan akademik. Selain itu, hasil instrumen daftar cek masalah pada masalah akademis dan pertanyaan terbuka yang diberikan kepada 180 siswa didapatkan persentase paling tinggi yaitu merasa memiliki banyak tugas sebesar 83,6%, dan merasa jenuh dalam belajar 82 %. Hasil tersebut mengarahkan pada rendahnya kemampuan siswa dalam menghadapi penurunan akademik yang berasal dari diri sendiri dan tantangan akademik yang berasal dari luar diri siswa.

Sangat penting bagi siswa di sekolah untuk tidak hanya memahami kesulitan akademis yang dihadapi namun yang utama adalah cara adaptif yang harus siswa pahami dan lakukan (Martin, dkk., 2010; Martin & Marsh, 2006, 2008, 2009). Komponen penting dalam beradaptasi terletak pada kemampuan siswa untuk menjadi apung (*buoyancy*) dalam menghadapi tantangan akademis.

Academic buoyancy menyediakan kerangka kerja terhadap siswa untuk bereaksi terhadap tantangan akademis sehari-hari di sekolah dengan cara yakin pada dirinya sendiri agar dapat memahami pelajaran, mengerjakan tugas dan ulangan harian dengan nilai maksimal (*self-efficacy*), mampu membuat perencanaan dalam belajar, mengerjakan tugas-tugas, dan target nilai ulangan harian (*planning*), melakukan upaya-upaya maksimal dalam memahami pelajaran, mengerjakan tugas-tugas dan ulangan harian (*persistence*), tidak mudah merasa cemas ketika dihadapkan pada tugas dan ulangan harian yang sulit (*low of anxiety*), dan memahami faktor-faktor keberhasilan atau kegagalannya dalam akademik (*control*) (Martin & Marsh, 2006; 2008; 2009). Hubungan positif antara kelima proses tersebut yang digunakan pada *academic buoyancy* untuk dapat meningkatkan *confidence*, *coordination*, *commitment*, *compusure*, dan *control* sehingga mengarahkan individu pada kesuksesan akademik di setiap harinya (Indreicaa, Cazanb, & Truta, 2011).

Konsep *academic buoyancy* 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, 2008).

Academic buoyancy telah banyak diteliti pada tingkat Menengah Atas dan Perguruan Tinggi pada bidang pendidikan (Chan, D.W, 2003; Collie, J. & Martin, J., 2014). Pengembangan instrumen *academic buoyancy* juga telah ada pada tingkat menengah (Martin & Marsh, 2008) dan Perguruan Tinggi (Piosang, 2016) sedikitnya penelitian yang telah ada berfokus pada cara siswa menanggapi tantangan akademis dan kemunduran akademis. Konsep *academic buoyancy* ditawarkan sebagai jalur menuju pada area penelitian baru untuk mengeksplorasi perilaku siswa.

Penelitian mengenai *academic buoyancy* telah dilakukan sebelumnya dalam upaya pengembangan pemahaman dan konsep mengenai *academic buoyancy*, juga sebagai upaya untuk membantu individu khususnya remaja untuk

dapat memiliki *academic buoyancy* yang tinggi dan dapat menunjang kemampuan akademik. Penelitian yang selama ini berkembang telah berfokus pada studi korelasi antara *academic buoyancy* dengan aspek-aspek psikologis (Collie, Martin & Armstrong, 2016) serta faktor-faktor lainnya. Berbagai penelitian mengenai *academic buoyancy* lebih banyak pada pengukuran psikometrik untuk menguji validitas dari konsep *academic buoyancy* (Martin & Marsh, 2009), penelitian-penelitian sebelumnya mengarah kepada menguji model *academic buoyancy* yang berhubungan dengan berbagai faktor-faktor dan variabel yang mempengaruhinya.

Penelitian mengenai variabel-variabel yang mempengaruhi *academic buoyancy* berdasarkan latar belakang biografis tidak banyak ditemukan, hanya baru pada pengaruh gender (jenis kelamin laki-laki dan perempuan). Pada penelitian ini berusaha mengetahui variabel determinan *academic buoyancy* berdasarkan latar belakang biografis (jenis kelamin, peminatan dan usia) selain dari berusaha dalam membuat suatu strategi dalam mengembangkan *academic buoyancy* yang masih sangat jarang ditemukan.

Keterbatasan penelitian mengenai *academic buoyancy* pada remaja mendorong peneliti untuk mengembangkan suatu strategi yang dapat membantu remaja dalam memiliki kemampuan *academic buoyancy* yang tinggi. Strategi yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training*. Strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* merupakan sebuah strategi yang menggunakan pendekatan *cognitive behavior modification* untuk mengembangkan *academic buoyancy* siswa dalam suasana kelompok.

Layanan bimbingan dalam suasana kelompok sangat berarti bagi konselor di sekolah untuk mendukung prestasi akademik siswa (Bostick & Anderson, 2009; Bruce, Getch, & Ziomek, 2009; Shi & Steen, 2012). Berbagai penelitian menunjukkan bimbingan kelompok yang digunakan di sekolah berhasil meningkatkan keterampilan sosial-pribadi dan pengembangan akademis (Steen, 2009, 2011). Pendekatan *cognitive behavior modification* diciptakan untuk membantu individu mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku yang tidak sesuai dalam mengembangkan perilaku yang adaptif (Meichenbaum, 1967). Teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* menyediakan

informasi tentang mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi intervensi bagi siswa dalam pengembangan akademik di sekolah (Meichenbaum, 1967).

Bimbingan kelompok teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* terbukti efektif mereduksi dan sebagai langkah preventif terhadap kemunduran akademik (Fontana, Hyra, Godfrey, & Cerhak, 1999), dapat digunakan dalam kontribusi pada tubuh pengetahuan tentang *academic buoyancy*, yang dapat membantu dalam mengembangkan pemahaman yang lebih baik dari variabel-variabel yang mempengaruhi akademik dan pencapaian hasil akademik, seperti keberhasilan dan pemenuhan pekerjaan masa depan (Coetzee & Harry, 2014). Implementasi *academic buoyancy* pada individu adalah individu mampu memiliki sikap optimis, kesehatan fisik dan mental, perkembangan kepribadian, dan *well-being*, (Eccles & Barbel, 2004), ketahanan akademik (*academic resilience*) (Joyrice & Steen, 2014), dan prestasi yang membanggakan, (Maddi, Harvey, Khoshaba, Mostafa Fazel, 2012; Creed, Elizabeth G. Conlon, & Dhaliwal, 2015).

Hasil penelitian mengenai teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* telah dibuktikan berhasil meningkatkan akademik siswa (Nurbaity, 2012, hlm 77), meningkatkan *self efficacy* akademik siswa (Hayati, 2017, hlm. 92), dapat meningkatkan tanggung jawab siswa untuk memberi tanggapan secara tegas berdasarkan situasi yang dihadapi untuk mencari solusi atas permasalahannya secara mandiri (O'Donohue & Fisher, 2009).

Mengingat kritisnya peran yang dimainkan intervensi layanan bimbingan yang dilakukan konselor/guru Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan *academic buoyancy*, penelitian lebih lanjut dibutuhkan mengenai bagaimana strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* mempengaruhi siswa dalam konten, proses dan hasil yang dilakukan oleh seorang konselor/guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 6 Bandung.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Academic buoyancy merupakan salah satu kunci mencapai kesuksesan dalam kehidupan individu. Setiap individu yang memiliki kemampuan *academic buoyancy* selalu memiliki keyakinan pada dirinya sendiri dapat memahami

pelajaran, mengerjakan tugas dan ulangan harian dengan baik (*self-efficacy*), mampu membuat perencanaan dalam belajar, mengerjakan tugas-tugas dan target nilai ulangan harian (*planning*), memiliki kesungguhan dan tidak mudah untuk menyerah ketika dihadapkan pada tugas-tugas, pelajaran dan ulangan harian yang sulit (*persistence*), tidak mudah merasa cemas ketika dihadapkan pada tugas, ulangan atau ujian yang sulit (*low of anxiety*), dan menganggap keberhasilan atau kegagalannya dalam melakukan tugas atau ujian bukan dari pengaruh orang lain atau hal-hal lain yang tidak diketahui (*control*). Hubungan positif antara kelima proses tersebut yang digunakan pada *academic buoyancy* untuk dapat meningkatkan *confidence, coordination, commitment, compusure, dan control* sehingga mengarahkan individu pada kesuksesan akademik disetiap harinya (Martin & Marsh, 2007).

Remaja harus memiliki kemampuan *academic buoyancy* yang tinggi dan berkembang supaya siap dan berhasil dalam menghadapi penurunan dan tantangan akademik selanjutnya. Sebaliknya, apabila remaja tidak dapat memiliki kemampuan *academic buoyancy*, remaja tidak dapat menghadapi segala hambatan, penurunan dan tantangan sehari-hari hasil dari akibat tersebut dapat mengalami masalah akademik dan keadaan psikologis yang mengarah kepada psikopatologi dan tentu akan menghambat pada perkembangan selanjutnya.

Proses meningkatnya *academic buoyancy* bersifat berkesinambungan dan terintegrasi dalam pendidikan yang diberikan kepada siswa, khususnya pada pemberian layanan Bimbingan dan Konseling. Meningkatkan *academic buoyancy* belum menjadi salah satu upaya konselor/guru Bimbingan dan Konseling dalam proses layanan Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan akademik siswa.

Realitas empirik menunjukkan bahwa iklim sekolah tidak selamanya memberikan kenyamanan pada setiap siswa. Adanya tantangan terhadap akademik sebagai tuntutan kompetensi yang harus dimiliki mengakibatkan siswa mengalami kemunduran akademik yang berujung pada sikap kejenuhan pada akademik maupun pencapaian akademik yang rendah.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa remaja di SMA Negeri 6 Bandung baik berdasarkan kuantitatif maupun kualitatif menunjukkan kemampuan akademis yang masih belum optimal, yang ditandai dengan

rendahnya hasil akademik siswa, kurangnya partisipasi pada kejuaran akademik, rendahnya nilai akademik, tingginya tingkat kejenuhan akademik dan rendahnya ketangguhan akademik. Maka perlu diketahui secara detail hasil empirik profil *academic buoyancy* siswa SMA Negeri 6 Bandung beserta data empirik profil *academic buoyancy* siswa berdasarkan latar belakang biografis (jenis kelamin, peminatan dan usia) sebagai bahan analisis pengembangan *academic buoyancy* di SMA Negeri 6 Bandung.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi rendahnya *academic buoyancy* siswa SMA Negeri 6 Bandung yaitu melalui pengembangan strategi untuk mengembangkan *academic buoyancy* siswa berdasarkan data empirik profil *academic buoyancy* siswa SMA Negeri 6 Bandung. Pengembangan strategi untuk mengembangkan *academic buoyancy* siswa di sekolah sangat strategis apabila melalui layanan Bimbingan dan Konseling.

Bimbingan dan Konseling di sekolah saat ini belum terdapat layanan khusus yang berorientasi pada meningkatkan *academic buoyancy*. Sementara di negara-negara maju telah lama dikenal dalam pengembangan-pengembangan penelitian *academic buoyancy* yaitu pengembangan akademik dengan sistem kerja mengembangkan aspek dari *academic buoyancy*. Sekolah dapat diposisikan sebagai tempat untuk mencapai harapan dan sikap ideal dalam mencapai kesuksesan akademik oleh karena itu, seyogyanya memfasilitasi siswa dalam meningkatkan *academic buoyancy* melalui strategi Bimbingan dan Konseling.

Strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* diciptakan bagi konselor sekolah untuk membantu siswa mengeksplorasi pribadi-sosial dan strategi belajar yang dapat mendukung usaha akademis siswa. Teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* menyediakan suasana dan pelatihan dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi perkembangan akademik untuk meningkatkan *self efficacy*, *planning*, *persistence*, *low of anxiety*, dan *control* akademik siswa. Sehingga pada akhirnya siswa diharapkan memiliki kemampuan *academic buoyancy* yang tinggi dan menyelesaikan hambatan dan tantangan

akademik sehari-hari untuk mencapai sukses akademik pada setiap hari yang dijalani siswa.

Penerapan strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* diharapkan dapat menjadi alternatif layanan yang mampu meningkatkan *academic buoyancy* pada remaja. Hasil yang diharapkan dari pelaksanaan strategi layanan ini, yaitu: remaja memiliki kemampuan untuk memiliki *keyakinan* akademik (*self efficacy*), perencanaan akademik (*planning*), melakukan upaya-upaya maksimal dalam menghadapi hambatan dan juga menemukan solusi akademik (*persistence*), mampu mengontrol diri dalam menghadapi kecemasan akademik (*low of anxiety*), dan memahami faktor-faktor yang dapat menyebabkan kesuksesan dan kegagalan akademik (*control*), hingga mampu mencapai prestasi akademik yang membanggakan.

Rumusan masalah utama penelitian ini adalah “apakah strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* dapat mengembangkan *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung?” Rumusan masalah utama tersebut dijabarkan ke dalam beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut ini.

1. Bagaimana profil *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung?
2. Bagaimana profil *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung berdasarkan latar belakang biografis subjek (jenis kelamin, peminatan dan usia)?
3. Bagaimana bentuk strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* dapat mengembangkan *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung?
4. Apakah terdapat perubahan *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung yang menunjukkan perkembangan setelah mengikuti strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training*?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian ini bertujuan untuk memperjelas strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* yang teruji dapat mengembangkan *academic buoyancy* siswa SMA Negeri 6 Bandung.

Secara khusus penelitian ini bertujuan memperoleh:

1. data empirik profil *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung;
2. data empirik profil *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung berdasarkan latar belakang biografis subjek (jenis kelamin, peminatan dan usia);
3. strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* yang secara hipotetik dapat merubah *academic buoyancy* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandung menjadi lebih berkembang;
4. data empirik besaran perubahan *academic buoyancy* siswa setelah mengikuti strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil dari penelitian ini diperolehnya kerangka konseptual tentang *academic buoyancy* siswa yang dapat dijadikan rujukan untuk mengidentifikasi perubahan akademik dan kerangka konseptual bimbingan kelompok teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* yang dapat dijadikan rujukan dalam merancang layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk mengembangkan *academic bouyancy* pada diri siswa. Selain dapat menjadi strategi dalam penanganan kuratif (penyembuhan) juga dapat menjadi teknik dalam penanganan preventif pada kaitanya dengan *academic buoyancy* siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Konselor sekolah atau guru Bimbingan dan Konseling dapat memanfaatkan program strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training* pendekatan *cognitive behavior modification* untuk mengembangkan *academic bouyancy* siswa. Sekolah dapat menjadikan hasil penelitian sebagai acuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman agar siswa SMA Negeri 6 Bandung dapat mengembangkan *academic buoyancy*.

1.5 Stuktur Organisasi Penulisan Tesis

Struktur organisasi tesis terdiri atas lima bab. Bab I adalah pendahuluan, meliputi: 1) latar belakang penelitian; 2) rumusan masalah penelitian; 3) tujuan

penelitian; 4) manfaat penelitian dan 5) struktur organisasi tesis. Bab II adalah kajian pustaka, meliputi: 1) konsep *academic buoyancy*; 2) konsep strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training*; 3) implementasi strategi bimbingan kelompok teknik *self instruction training*. Bab III adalah metode penelitian, meliputi: 1) pendekatan penelitian; 2) desain penelitian; 3) subjek penelitian; 4) instrumen penelitian; 5) prosedur penelitian dan 6) analisis data. Bab IV adalah temuan penelitian dan pembahasan. Bab V adalah simpulan dan rekomendasi.