

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Masa remaja dikatakan sebagai masa transisi, yakni peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Menurut Santrock (2003:24) transisi pada remaja terlihat dari hal-hal seperti lebih bermasalah, kurang bersikap hormat, lebih berfokus pada dirinya sendiri, lebih bersikap agresif, dan lebih berani mengambil resiko. Selanjutnya Santrock juga mengungkapkan bahwa sebagian remaja mampu mengatasi transisi tersebut dengan baik, namun sebagian lainnya bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial sehingga remaja tidak mampu melalui masa transisi dengan baik. Gambaran atas penurunan ini antara lain terlihat dari peningkatan jumlah pernikahan melalui Dispensasi Kawin karena seks pra-nikah (Tribun Jogja Interaktif, 2013), peningkatan jumlah kehamilan pada remaja putri (Subakti, 2013), dan bahkan peningkatan kasus bunuh diri pada remaja (Fitriyani, 2013).

Fenomena-fenomena tersebut menunjukkan ketidakmampuan remaja melalui masa transisi. Dalam kajian psikologi, kemampuan psikologis individu ketika menghadapi kondisi yang kurang menguntungkan ini disebut dengan resiliensi (Masten, 2001). Kebutuhan hubungan yang aman, dukungan cinta dan kepercayaan diri, serta keyakinan pada diri dan dunia mereka sendiri, semua hal itu membangun resiliensi (Grotberg, 2005). Salah satu upaya membangun resiliensi adalah melalui pendidikan pondok pesantren. Sebab di pendidikan Pondok Pesantren, santri dididik untuk memiliki spiritualitas yang baik dan kemudahan memperoleh dukungan sosial melalui teman-teman sebaya yang bersama-sama menempuh pendidikan pesantren. Sebagaimana diungkapkan oleh Hendriyani (2012) bahwa berbagai penelitian tentang resiliensi pada anak, remaja, maupun dewasa menunjukkan adanya hubungan yang positif antara spiritualitas, dukungan sosial, modal/sumberdaya sosial, pendapatan, dan *trait* personal atau keluarga (misal: ketahanan, koherensi,

kompetensi sosial, *self-efficacy*, *attachment* yang normal/aman, atribusi sehat, dan koping), dengan resistensi terhadap faktor-faktor risiko serta berbagai efeknya termasuk perilaku maladaptif.

Kenyataan menunjukkan, di Pondok Pesantren nampak fenomena yang mencerminkan rendahnya resiliensi. Misalnya fenomena yang diungkap Suaramerdeka.com pada Januari 2013 tentang adanya santri remaja yang ditemukan bunuh diri karena nilai ujiannya yang jeblok. Kemudian juga diungkapkan solopos.com tentang santri remaja putri yang bunuh diri diduga dikarenakan masalah percintaan. Fenomena-fenomena tersebut berseberangan dengan kondisi yang seharusnya diciptakan oleh resiliensi santri di lingkungan Pondok Pesantren.

Keprihatinan terhadap fenomena yang terjadi pada santri juga dirasakan oleh pengasuh pondok pesantren “X” di kabupaten Cilacap. Berdasarkan penuturan penanggungjawab Bimbingan dan Konseling di Pondok Pesantren tersebut, pada tahun 2013 saja terhitung telah tujuh santri dikeluarkan dari pondok pesantren dikarenakan dianggap telah tidak mampu beradaptasi dengan peraturan pondok pesantren, ketujuh santri memiliki kesamaan kasus yakni melanggar peraturan pondok pesantren untuk tidak keluar tanpa ijin dan juga peraturan pondok pesantren mengenai hubungan dengan lawan jenis. Pada waktu yang berbeda santri- santri tersebut keluar dari Pondok Pesantren tanpa ijin untuk pergi ke warung internet (warnet) atau tempat lain seperti stasiun dan kantor pos yang sepi untuk menemui lawan jenis yang bukan *mahram* dan melakukan perilaku yang menjurus pada seks pra-nikah, yaitu berpelukan dan berciuman. Jumlah ini meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya mencatat tiga kasus yang berujung dikeluarkannya santri dari Pondok Pesantren dalam kurun waktu satu tahun.

Pada dasarnya setiap individu telah memiliki resiliensi sebagai sumber potensi, sehingga penelitian ini lebih ditujukan pada pengembangan resiliensi individu. Santri Pondok Pesantren “X” yang menjadi subjek dalam penelitian ini merupakan santri dari sebuah Pondok Pesantren terbesar di Kabupaten Cilacap. Pondok pesantren ini memiliki jadwal kegiatan yang begitu padat

sejak bangun tidur di waktu subuh sampai berakhirnya kegiatan pukul 23.00 malam. Di satu sisi Pondok Pesantren memiliki banyak program demi mampu mengantarkan santri menjadi remaja yang prestasi akademiknya bagus, juga memiliki kehidupan religius yang baik, namun di sisi lain menempatkan santri pada kegiatan yang padat dan meningkatkan resiko yang berasal dari tingginya tekanan dan berbagai tantangan yang muncul baik dari kehidupan sosial, akademik maupun pribadinya.

Harapan terhadap santri juga tidak lepas dari kebesaran nama Pondok Pesantren ini sendiri. Nama "X" merupakan nama yang diambil dari salah satu karya seorang ulama yang sangat diidolakan oleh Pengasuh, yaitu Imam Ghozali. Baik melalui pengajian maupun kegiatan lain yang disampaikan di berbagai kesempatan, Pengasuh Pondok Pesantren "X" menyampaikan kepada santri mengenai rasa kagumnya kepada Imam Ghozali juga harapan bahwa santri-santrinya dapat mengikuti jejak Imam Ghozali dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk ketika Imam Ghozali menunjukkan resiliensi yang tinggi dengan mampu melauai kondisi merugikan seperti kemiskinan, dan tidak memiliki orang tua dengan tetap berprestasi (Masyhudi, 2010).

Pondok Pesantren yang menampung 421 santri ini sebagian besar santrinya adalah remaja, hanya sekitar 10% yang telah memasuki usia dewasa. Berdasarkan studi pendahuluan yang merujuk pada skala yang dikembangkan oleh Masten (2001) tentang peristiwa kehidupan yang menimbulkan tekanan. Dilakukan terhadap sampel acak, diperoleh data bahwa persentase terbesar yakni 38% santri mengaku keluarganya mengalami masalah keuangan, selanjutnya 36% santri mengalami adanya kematian anggota keluarganya, 19% pindah tempat tinggal, dan dalam prosentase kecil sisanya mengalami atau anggota keluarganya yang mengalami kecelakaan dan penyakit serius, keluarganya pindah tempat tinggal, orang tuanya berganti pekerjaan dan adanya pertengkaran orang tua. Hasil dari studi pendahuluan tersebut menunjukkan adanya 36% santri yang berada pada level ketidakberuntungan yang tinggi, sedangkan sisanya pada level sedang dan rendah. Kelompok inilah yang akan menjadi sasaran peneliti untuk dikembangkan resiliensinya.

Gambaran umum resiliensi santri diperoleh bahwa sebagian besar santri berada pada kategori sedang, yang artinya santri sebagian besar (85%) memiliki kapasitas yang cukup yang membuat santri tersebut mampu bertahan menghadapi suatu kondisi atau keadaan yang merugikan atau menyengsarakan. Sedangkan sebagian kecil sebesar 10% dan 5% pada kategori tinggi dan rendah. Kategori tinggi artinya santri memiliki kapasitas yang memadai membuat santri tersebut mampu bertahan menghadapi suatu kondisi atau keadaan yang merugikan atau menyengsarakan, sedangkan untuk kategori rendah, pada kondisi serupa kapasitas santri tidak cukup untuk menghadapi kondisi merugikan tersebut. Resiliensi yang rendah membuat santri beresiko mengalami depresi, gangguan kesehatan dan gangguan mental kala kondisi tersebut dihadapkan. Berdasarkan temuan ini, maka santri dengan kategori rendah memerlukan bantuan berupa konseling dengan tujuan pengembangan resiliensi. Gambaran santri yang memiliki kategori rendah disajikan dalam Tabel 1.1.

Tabel 1.1
Indikator Santri dengan Resiliensi Kategori Rendah

	Aspek	Indikator
Resiliensi Kategori Rendah	<i>I have</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Santri merasa tidak memiliki hubungan yang dilandasi kepercayaan. • Santri merasa tidak memiliki struktur dan aturan yang jelas. • Santri merasa tidak memiliki peran teladan di sekitarnya. • Santri merasa tidak mendapatkan dorongan untuk mandiri.
	<i>I am</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Santri merasa tidak menarik dan tidak disayangi. • Santri merasa tidak menyayangi orang lain, juga tidak empatik. • Santri merasa tidak bangga pada dirinya sendiri . • Santri merasa bergantung pada orang lain.

	<i>I can</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Santri merasa tidak mampu mengkomunikasikan keinginan, kemauan dan perasaannya kepada orang lain. • Santri merasa tidak mampu menyelesaikan masalah. • Santri merasa tidak mampu menata perasaan dan keinginannya. • Santri merasa tidak mampu mengukur perasaan dirinya dan orang lain. • Santri merasa tidak mampu mencari hubungan yang penuh kepercayaan.
--	--------------	---

Di beberapa Pondok Pesantren belum terdapat Bimbingan dan Konseling (BK) secara institusional. Begitu pula kondisi di Pondok Pesantren “X” ini, selama ini fungsi BK dijalankan oleh penanggungjawab BK merangkap dewan keamanan dengan menerapkan upaya penanganan. Berdasarkan pengakuan santri, ketika terdapat keluhan dari santri disampaikan kepada pengasuh. Penyampaian keluhan tersebut juga lebih banyak disampaikan secara tidak langsung melalui pengurus pondok pesantren, atau melalui orang tua santri. Meskipun para pengasuh tidak pernah melarang santri untuk menyampaikan apapun keluhan mereka, rasa segan dan malu diakui menjadi penyebab yang membuat mereka enggan untuk menyampaikan secara langsung. Kenyataan ini mendukung asumsi bahwa upaya responsif terhadap pemetaan resiliensi akan memberikan manfaat terhadap santri, karena upaya ini akan membuat santri tangguh dengan mengandalkan resiliensi mereka sendiri. Untuk mengembangkan resiliensi, diperlukan sebuah teknik yang singkat dengan hasil yang tepat. Hal ini berkenaan dengan padatnya aktivitas santri, baik itu di dalam maupun di luar pondok pesantren. Kepadatan aktivitas tersebut membutuhkan konseling yang efisien dari segi waktu, agar aktivitas tidak berlarut larut terganggu. Oleh karenanya, dalam penelitian ini peneliti berasumsi bahwa konseling yang tepat untuk meningkatkan resiliensi santri adalah konseling singkat berfokus solusi.

Konseling singkat berfokus solusi menitikberatkan pada percakapan solusi dan langsung mengarah pada langkah apa yang akan dilakukan konseli di kemudian hari dengan permasalahan yang melekat dalam hidupnya, sehingga sesi menjadi ringkas dan singkat. Konseling ini didasarkan pada asumsi bahwa setiap individu itu ulet, banyak akal, cakap dan memiliki kemampuan untuk mengkonstruksi solusi yang dapat mengubah kehidupan mereka (Corey, 2009: 378).

Dalam konseling singkat berfokus solusi, konseli diajak untuk memfokuskan diri pada solusi, tidak banyak waktu dihabiskan untuk membicarakan permasalahan dan penyebab permasalahan. Meskipun permasalahan perlu diketahui, namun tujuan sesi konseling diarahkan pada identifikasi solusi permasalahan tersebut, sehingga sesi konseling tidak banyak digunakan untuk mengungkap latar belakang penyebab permasalahan tersebut.

Sementara mengenai resiliensi, berbagai penelitian mengenai resiliensi banyak dilakukan, misalnya terkait dengan eratnya konsep konteks yang dihadapi pada pembahasan resiliensi. Henley (2010) mengkaji pengembangan asesmen resiliensi untuk mengukur efektivitas layanan-layanan yang ditawarkan organisasi-organisasi pada konteks budaya yang beragam dalam meningkatkan kompetensi kaum muda dalam mengatur dan menyesuaikan diri pada ketidakberuntungan yang mereka alami. Temuan Henley menyatakan bahwa organisasi-organisasi memberikan layanan-layanan psikososial membantu memperkuat kompetensi kaum muda yang rentan, yang kemudian dapat membantu meningkatkan resiliensi dalam keluarga, tetangga dan komunitas.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Setiap santri memiliki potensi yang bersumber dari dirinya sendiri. Dengan mengembangkan potensi ini santri akan tercegah dari penyimpangan perilaku yang muncul di kemudian hari yang mungkin disebabkan oleh kurangnya kemampuan psikologis santri untuk menghadapi kondisi yang mengancam. Kemampuan psikologis inilah yang disebut dengan resiliensi.

Santri Pondok Pesantren “X” memiliki kegiatan yang padat, yaitu akumulasi dari kegiatan sekolahnya di luar pondok pesantren, dan kegiatan yang dikembangkan oleh pondok pesantren sendiri. Di pondok pesantren, santri juga dituntut untuk dapat hidup bersama dengan ratusan santri lain, juga tanpa didampingi oleh orang tua, serta dengan keterbatasan akses keluar pondok pesantren. Di sinilah tantangan besar santri perlu diimbangi oleh resiliensi yang kuat.

Kebutuhan hubungan yang aman, dukungan cinta dan kepercayaan diri, serta keyakinan pada diri dan dunia santri sendiri, semua hal itu membangun resiliensi (Grothberg, 2005). Dalam rangka meningkatkan resiliensi melalui keyakinan terhadap diri sendiri dan dunia santri sendiri, penelitian ini mengajukan konseling singkat berfokus solusi (*solution-focused brief counseling*). Sebab Konseling singkat berfokus solusi ini memiliki asumsi dasar bahwa setiap individu itu ulet, banyak akal, cakap dan memiliki kemampuan untuk mengkonstruksi solusi yang dapat mengubah kehidupan mereka (Corey, 2009: 378).

Berdasarkan pemaparan di atas maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk rumusan konseling singkat berfokus solusi untuk Mengembangkan resiliensi santri?
2. Apakah penerapan konseling singkat berfokus solusi efektif untuk mengembangkan resiliensi santri?
3. Bagaimana bentuk rumusan hipotetik program konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilaksanakannya penelitian ini sebagai berikut:

1. Menghasilkan rumusan konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri.
2. Mengetahui efektivitas konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri.

3. Menghasilkan rumusan program hipotetik konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Penanggungjawab Bimbingan dan Konseling di Pondok Pesantren “X”.

Sebagai penelitian di bidang Bimbingan dan Konseling, penelitian ini diharapkan juga mendatangkan manfaat bagi Penanggungjawab Bimbingan dan Konseling di Pondok Pesantren “X”. Manfaat tersebut sebagai berikut:

- a. Penanggungjawab Bimbingan dan konseling di Pondok Pesantren “X” menambah pengetahuan mengenai resiliensi dan upaya responsif terhadap temuan adanya santri dengan resiliensi yang rendah.
- b. Penanggungjawab Bimbingan dan konseling di Pondok Pesantren “X” dapat melakukan praktik konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri.

2. Bagi Pengasuh Pondok Pesantren

Penelitian yang dilaksanakan di Pondok Pesantren “X” diharapkan juga akan mendatangkan manfaat jangka panjang bagi pengembangan Pondok Pesantren yakni Pondok Pesantren memiliki layanan responsif terhadap santri berupa penerapan konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai penelitian di bidang Bimbingan dan Konseling, penelitian ini diharapkan juga mendatangkan manfaat bagi peneliti selanjutnya. Manfaat tersebut adalah penambahan pustaka penelitian Bimbingan dan Konseling yang mengangkat tema layanan responsif melalui pengembangan resiliensi melalui konseling singkat berfokus solusi.