

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Perkembangan kualitas pendidikan kian hari kian pesat. Semakin banyaknya sistem sekolah berbentuk *boarding school* merupakan salah satu upaya meningkatkan kualitas pendidikan. *Boarding school* dapat diartikan sebagai sekolah yang menyediakan asrama untuk tempat tinggal dan tempat mendidik para peserta didiknya selama kurun waktu tertentu. Para peserta didik mendapatkan pendidikan karakter yang cukup kuat dalam *setting* sekolah asrama (*boarding school* atau Pondok Pesantren). Peserta didik dikader agar dapat menjadi pribadi yang mandiri atau tidak bergantung pada orang tua serta disiplin dengan sistem masing-masing sekolah. Menurut Urban (2007) , perbedaan yang paling signifikan antara *day-school* dan *boarding school* ada pada implikasi dalam fasilitas dan organisasi. Perbedaan tersebut yang kemudian berpengaruh terhadap proses dan hasil pendidikan serta kepada kehidupan para peserta didik.

*Final Report* yang dilakukan oleh Urban (2007) mengklasifikasikan efektivitas *boarding school* ke dalam beberapa aspek. Pertama, dalam aspek kualitas dan hasil dari proses pendidikan, *boarding school* menyelenggarakan pembelajaran lingkungan yang lebih baik. *Boarding school* memiliki pendidik yang berkualitas serta fasilitas sekolah yang baik. Durasi pembelajaran pun lebih panjang. *Monitoring* dan pembinaan serta bimbingan juga lebih *full-time*. Faktor-faktor tersebut dapat berpengaruh baik kepada proses pendidikan. Kedua, *boarding school* juga berdampak baik kepada aspek pendidikan religius. *Boarding school* dapat menciptakan atmosfer religius, terutama di luar jam pembelajaran dan dalam aktivitas asrama. Ketiga, dalam aspek perkembangan pribadi dan sosial peserta didik, *boarding school* dapat menumbuhkan jiwa empati, sikap mandiri, kepercayaan-diri, tanggung jawab, serta sikap disiplin. *Boarding school* juga memfasilitasi peserta didik untuk menumbuhkan jiwa *leadership* dalam kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler.

Di samping kelebihan-kelebihan tersebut, terdapat beberapa permasalahan dalam sistem *boarding school*. Laiser dan Makwa (2016) meneliti tentang pengaruh

*boarding school* terhadap remaja: studi kasus 2 *boarding school* di Hai District, Kilimanjaro, Tanzania, dan menemukan beberapa kekurangan *boarding school*. Pertama, *boarding school* dapat menyebabkan berbagai macam pengalaman traumatik bagi peserta didik yang dipaksa untuk masuk *boarding school*. Pengalaman traumatik dapat berdampak pada performa akademik peserta didik yang tidak optimal. Selain itu, peserta didik juga dapat mengalami kesulitan dalam beraktivitas dan berinteraksi dengan orang lain akibat dari ketidakstabilan emosi dan ‘merasa sendirian’. *Boarding school* juga menjadi alasan kurangnya partisipasi orang tua dalam mendidik anak karena *boarding school* dianggap sudah cukup untuk mendidik anak, sehingga, kurangnya perhatian orang tua kepada peserta didik. Penelitian tersebut juga menemukan keadaan peserta didik yang merasa putus asa yang kemudian mengadaptasi kepribadian yang keliru, dan berbagai masalah lainnya.

Dari berbagai permasalahan yang dikemukakan oleh Laiser dan Makewa (2016) salah satu masalah yang timbul di sekolah asrama adalah *homesickness*. *Homesickness* adalah istilah yang menggambarkan perasaan rindu rumah saat menetap di tempat yang jauh dari rumah, orang tua, dan keluarga dalam kurun waktu yang tidak sebentar. Fisher dan Hood (1987) mendefinisikan *Homesickness* dapat menjadi masalah kognitif-motivasi-emosional yang kompleks berfokus pada “kehilangan rumah”. Artinya, *homesickness* berpotensi untuk menimbulkan masalah kognitif – seperti terhambatnya proses perkembangan akademik, masalah motivasi – seperti berkurangnya motivasi berprestasi, dan masalah emosional – seperti merasa sedih setiap melakukan pekerjaan apapun.

*Homesickness* kerap menjadi subjek penelitian sekolah internasional di negara lain. *Homesickness* menjadi fenomena umum; 50% di Belanda dan 80% di Inggris (Stroebe, Vliet, & Hewstone, 2002). Hasil penelitian pada mahasiswa Italia (Scopellity & Tiberio, 2010) menemukan perbedaan perasaan *homesick* antara mahasiswa residen dan non residen, dengan 74% mahasiswa non residen melaporkan merasa *homesick* dalam 4 minggu terakhir. Penelitian tersebut membuktikan bahwa “transisi” tempat tinggal dapat menyebabkan perasaan *homesickness*.

Menurut Hamaideh (2011), transisi tempat tinggal dapat menyebabkan disfungsi psikologis yang telah dibuktikan oleh hasil penelitian Witsa (2015) yang menemukan adanya hubungan antara *homesickness* dan kemandirian remaja awal (299 peserta didik) MTs Al – Fadlilayah Darussalam Kota Ciamis. Semakin tinggi nilai *homesickness*, maka semakin rendah kemandirian para peserta didik. Daar el-Qolam Islamic Boarding School menghadapi masalah serupa. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui survey kepada 177 peserta didik Kelas VII Daar el-Qolam Islamic Boarding School yang berlokasi di Kabupaten Tangerang dengan menggunakan *Homesickness Questionnaire* oleh Archer yang telah lulus *expert judgment* dalam penelitian Oktavia (2019), diketahui bahwa sebagian besar peserta didik (sebanyak 85,2%) merasakan kesedihan ketika memikirkan rumah serta merindukan keluarga dan lingkungan di tempat asalnya. Peserta didik merasa tidak nyaman di asrama, sering memikirkan rumah, ingin pindah sekolah, memiliki masalah dengan teman sebaya, tidak konsentrasi belajar, dan sering menangis. Meskipun permasalahan tersebut adalah masalah yang umum terjadi pada peserta didik di sekolah asrama, namun tetap menghambat optimalisasi perkembangan peserta didik.

*Homesickness* adalah isu yang amat penting untuk menjadi perhatian dalam proses pendidikan remaja. Remaja merupakan tahap perkembangan individu yang memiliki durasi tersingkat, namun penuh dengan tantangan. Hall (dikutip oleh Santrock, 2011) menganalogikannya seperti “topan dan badai” (*stress-and-storm*), masa pergolakan individu dengan dirinya dalam menemukan jati dirinya. Menurut Erik Erikson (dikutip oleh Santrock, 2011), masa remaja adalah masa dimana individu memasuki tahap “*Identity versus Identity Confusion*” (identitas versus kebingungan identitas). Remaja memilih peran yang ingin diambil, mencari keunikannya, dan memutuskan tujuan hidupnya. Remaja mulai membentuk konsep diri. *Remaja yang mengalami homesickness menampilkan reaksi negatif seperti murung, menarik diri dari lingkungan sosial dan kegiatan, bahkan yang paling ekstrem adalah percobaan melarikan diri* (Yasmin, Zulkarnain, & Daula, 2017). Hasil penelitian Burt (dikutip oleh Stroebe, Vliet, & Hewstone, 2002) menemukan *homesickness* sebagai masalah yang menyebabkan kegagalan kognitif, penurunan konsentrasi, penurunan kualitas kerja, serta meningkatkan kecemasan. Dengan

menurunnya konsentrasi, kualitas beraktivitas, serta meningkatnya kecemasan, remaja terhambat dalam membentuk identitas jati dirinya. Alih-alih sibuk merancang cita-cita, perencanaan kehidupan masa depan, atau memotivasi diri agar menjadi pribadi yang berprestasi, remaja yang mengalami *homesickness* berpotensi selalu berpikir negatif terhadap lingkungan asrama. Remaja dapat mengalami kebingungan atau bahkan kehilangan peran, sebagaimana kondisi yang disebutkan oleh Erikson; *role confusion*.

Bimbingan dan konseling menjadi intervensi yang sangat diperlukan oleh remaja dalam mengendalikan rasa *homesickness*. Intervensi yang sudah digunakan dalam menangani masalah *homesickness* adalah *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam riset Saravanna dkk. (2017) pada mahasiswa internasional di Malaysia. Hasil penelitian menunjukkan reduksi *homesickness* yang signifikan pada mahasiswa yang mendapatkan intervensi *brief individual CBT* untuk depresi. Namun, setelah dilakukan *follow-up assessment* (6 bulan dari intervensi), nilai *homesickness* kembali meningkat. Dapat disimpulkan, *homesickness* tidak hanya timbul satu kali tetapi berpotensi terjadi kembali meskipun individu sudah mendapatkan intervensi. Oleh karena itu, *brief CBT* lebih direkomendasikan daripada *long-period CBT* untuk mereduksi *homesickness*.

Selain riset Saravanna dkk. yang mengungkapkan intervensi untuk menangani *homesickness*, hasil penelitian Wenita (2017) juga menemukan strategi koping siswa Kelas X SMA Pangudi Luhur Van Lith yang mengalami *homesickness*. Partisipan memilih strategi koping *problem focused* khususnya pada saat-saat tertekan seperti masalah di bidang akademik dan konflik dengan teman. Strategi *problem focused coping* yang dilakukan partisipan di antaranya adalah *planfull problem solving*. Dengan demikian, strategi *planfull problem solving* dapat mereduksi *homesickness* peserta didik.

Temuan riset Saravanna dkk. (2017) dan Wenita (2017) dapat disimpulkan, *intervensi yang bersifat brief dipandang tepat untuk membantu peserta didik mengoptimalkan strategi problem solving dalam mereduksi homesickness*. Pendekatan konseling yang bersifat *brief* dan membimbing konseli untuk berfokus pada *problem solving* adalah *Solution Focused Brief Counseling*. Sebagai pendekatan konseling *postmodern*, SFBC merupakan intervensi terapeutik berbasis

kekuatan yang ditemukan atas keyakinan bahwa individu memiliki pengetahuan dan solusi untuk setiap masalah (Jones, et al., 2009).

SFBC bersifat *brief* yang maknanya langsung dan menggunakan waktu yang efisien (*here and now*). SFBC juga bersifat fokus pada solusi (*solution-focused*). Konseli diintervensi untuk berfokus pada solusi, upaya-upaya yang bisa dilakukan saat ini untuk menyelesaikan masalah yang sedang terjadi, dan perencanaan konseli dalam menghadapi masalah yang dihadapi. *Homesickness* merupakan kondisi psikologis yang dapat menghambat optimalisasi perkembangan peserta didik. *Homesickness* membuatnya kehilangan fokus untuk menyadari potensi yang dimilikinya yang perlu diasah dan dikembangkan. SFBC dapat menuntun peserta didik untuk tidak berlarut-larut dalam *homesickness* yang hanya membuatnya tertinggal dalam proses pendidikan dan perkembangan dan berfokus pada *apa yang bisa diubah?*.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan, dipandang penting untuk mengungkapkan gejala-gejala psikologis yang mengindikasikan *homesickness* pada remaja di sekolah asrama, serta sangat penting untuk merancang intervensi yang bersifat *brief* yang dapat membantu remaja dalam mereduksi *homesickness*. Oleh karena itu, penelitian dimaksudkan menghasilkan rancangan *Solution-Focused Brief Counseling* untuk mereduksi *homesickness* remaja di sekolah asrama.

## 1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Remaja mengalami konflik dengan dirinya sendiri dalam menghadapi perubahan yang signifikan dan pesat. Analogi badai dan topan yang terjadi dalam pribadinya mencakup emosi yang tidak stabil, kebingungan peran, membandingkan dirinya dengan yang lain, memiliki ambisi yang tidak realistis, dan masalah lainnya yang dapat menghambat optimalisasi perkembangan.

Remaja di sekolah asrama/pondok pesantren juga mengalami masalah yang umum terjadi pada remaja lain, seperti masalah hubungan dengan teman sebaya, masih belum bisa memahami dan menerima karakter teman-teman baru dari berbagai daerah, kesulitan beradaptasi dengan kultur pesantren, kesulitan untuk mengubah kebiasaan di rumah dan di pesantren, dan masalah remaja lainnya yang

dispesifikasi oleh Archer ke dalam dua inti masalah; memikirkan rumah dan kesulitan menyesuaikan diri (Archer, Ireland, Amos, Broad, & Currid, 1998).

Para pendidik sangat perlu memerhatikan kondisi psikologis para peserta didik agar proses pendidikan berlangsung secara efektif. Bimbingan dan konseling merupakan layanan pemberian bantuan untuk menuntun peserta didik dalam mengoptimalkan perkembangannya baik dari aspek psikologis, fisiologis, sosi-emosi, kognitif, dan psikomotorik. *Homesickness* adalah salah satu masalah psikologis peserta didik yang perlu diselesaikan segera. *Homesickness* yang tidak segera diselesaikan dapat menyebabkan masalah kognitif-motivasi-emosional yang kompleks sebagaimana yang dinyatakan Fisher (1989).

*Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada solusi. Melalui SFBC, peserta didik dibimbing untuk membangun solusinya secara mandiri. Arofah & Nawantara (2018; Boarding Schools, Why Not?, 2007) mengungkapkan bahwa SFBC merupakan pendekatan yang sangat kuat, praktis, dan terbukti dapat mengubah positif individu, kelompok, dan organisasi. SFBC dapat menjadi solusi alternatif untuk membantu peserta didik membangun solusi dalam mengurangi atau menyelesaikan masalah *homesickness*.

Berdasarkan identifikasi masalah, rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut.

- 1.2.1. Bagaimana gejala-gejala *homesickness* yang ditunjukkan peserta didik Kelas VII Daar el-Qolam *Islamic Boarding School*?
- 1.2.2. Bagaimana faktor personal berperan dalam berkembangnya *homesickness* pada peserta didik Kelas VII Daar el-Qolam *Islamic Boarding School*?
- 1.2.3. Bagaimana rancangan *Solution Focused Brief Counseling* untuk mengurangi *homesickness* peserta didik Kelas VII di Daar el-Qolam *Islamic Boarding School*?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian terdahulu mengenai *homesickness* dilakukan untuk memperkaya literasi *homesickness*. Beberapa penelitian berfokus pada korelasi *homesickness* dengan beberapa variabel, seperti *self-efficacy*, *peak performance*, depresi, prestasi

akademik, dan lain-lain. Penelitian lainnya berfokus pada penerapan solusi alternatif untuk mereduksi *homesickness* seperti *Cognitive Behavioral Therapy*.

Penelitian ini bertujuan dan berfokus untuk mendeskripsikan gejala-gejala dan faktor kognitif yang menyebabkan berkembangnya *homesickness* peserta didik Kelas VII Daar el-Qolam *Islamic Boarding School*, faktor personal yang menyebabkannya, serta menghasilkan rancangan konseling pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* untuk mereduksi *homesickness* peserta didik Kelas VII Daar el-Qolam *Islamic Boarding School*.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian dapat memberikan manfaat baik untuk peneliti, guru bimbingan dan konseling/konselor, serta peneliti selanjutnya. Berikut manfaat penelitian.

### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Secara teoritis manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian adalah untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai *homesickness*, serta memberikan kontribusi terhadap keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya dalam pengembangan diri peserta didik dalam mereduksi *homesickness* melalui *Solution-Focused Brief Counseling*.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### 1) Bagi Guru BK/Konselor

Hasil penelitian dapat memberikan informasi sebagai bahan acuan bagi guru BK/konselor dalam mengenal gejala-gejala dan faktor kognitif *homesickness* yang dialami peserta didik, serta sebagai alternatif layanan konseling dengan strategi *Solution-Focused Brief Counseling* untuk membantu peserta didik yang mengalami *homesickness*.

#### 2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan dan menyempurnakan penelitian mengenai *homesickness* yang dialami remaja di sekolah asrama/pesantren sampai pada pelaksanaan *Solution-Focused Brief Counseling*

## **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Penelitian terdiri dari 5 bab sebagai berikut.

Bab I merupakan pendahuluan yang menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah yang menjadi fokus penelitian, tujuan penelitian, serta manfaat teoritis dan praktis dari penelitian ini.

Konsep-konsep dasar tentang *homesickness* dan *Solution-Focused Brief Counseling* serta penelitian terdahulu yang mengkaji *homesickness* dan penggunaan SFBC yang ditemukan dalam penelitian terdahulu dikemukakan di Bab II.

Bab III menjelaskan secara rinci metode penelitian yang mencakup desain penelitian yang digunakan, partisipan dan tempat penelitian, langkah-langkah pengumpulan data, serta pengembangan instrumen.

Deskripsi hasil temuan penelitian dan analisis data diolah dan diuraikan di Bab IV. Bab IV juga membahas keterbatasan penelitian.

Bab V mengutarakan kesimpulan penelitian serta rekomendasi atau saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian



