

BAB I

PENDAHULUAN

Pada BAB ini memaparkan mengenai pentingnya harapan pada remaja, kondisi harapan remaja di lapangan yang menjadi wilayah garapan bimbingan dan konseling pada latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian baik secara keilmuan/teoretik maupun secara praktik serta sistematika penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

Menurut surut pandang psikologi, harapan merupakan konstruk yang penting dalam diri manusia. Pentingnya harapan dalam kehidupan individu dapat dijelaskan melalui pandangan beberapa tokoh. Menurut Paulo Freire (dalam Andrews, 2010, hlm. 323) tanpa harapan, tidak ada cara lain untuk dapat mulai berpikir tentang pendidikan. Selanjutnya Snyder (1994) dalam *Cambridge Journal of Education* mendeklarasikan harapan sebagai fondasi utama dalam pendidikan dan seluruh proses yang berkaitan dengan harapan dapat dikategorikan sebagai pengalaman manusia dan saat ini studi tentang harapan telah menjadi bidang yang sangat luas untuk diteliti. Kemudian Darren Webb (2013) menggambarkan harapan sebagai tema pokok dari keberadaan manusia, yaitu harapan sebagai kondisi mental manusia yang paling utama serta kondisi yang memimpin dalam aksi kehidupan (tindakan) manusia. Sementara itu, Peterson dan Seligman (2004) memaparkan bahwa harapan merupakan keyakinan individu tentang rencana sukses yang dapat dihasilkan untuk mencapai tujuan. Harapan memungkinkan seseorang untuk mengatasi situasi krisis dengan mengharapakan hasil yang positif. Melalui pengharapan pada hasil yang positif, individu termotivasi untuk berupaya atau berusaha maksimal untuk mengupayakan hasil yang diinginkan (Peterson dan Seligman, 2004).

Konsep mengenai harapan telah banyak dibahas di berbagai tempat dan melintasi ruang dan waktu. Penelitian awal tentang harapan lebih difokuskan pada penyakit, baik medis maupun kejiwaan. Lopez dan Snyder (2003)

menyatakan bahwa kehilangan harapan (keputusasaan) telah ditemukan berkorelasi dengan berkurangnya kepuasan hidup. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa hilangnya harapan (*hopelessness*) merupakan prediktor yang lebih akurat pada kasus bunuh diri dibandingkan penyebab depresi (Chamodraka, dkk., 2008). Berbagai temuan yang ada, konsep keputusasaan (*hopelessness*) telah berubah menjadi variabel populer dalam penelitian psikoterapi. Terlepas dari penelitian tentang *hopelessness*, paradigma tradisional psikologi yang berkonsentrasi memperbaiki aspek psikologis negative manusia, menyadarkan berbagai pihak bahwa kekuatan positif dari harapan dalam psikoterapi masih kurang diperhatikan (Seligman, 2004). Urgensi harapan untuk individu sebagai kekuatan hidup dinamis telah menarik perhatian para peneliti dan profesional dari berbagai disiplin ilmu selama lebih dari tiga dekade (Farran, Herth, & Popovich, 1995; Chamodraka, 2008).

Ketika individu memiliki harapan, artinya ia memiliki sesuatu yang dituju dan keinginan untuk mencapai tujuan tersebut. Sehingga dengan harapan, manusia akan terus berusaha menggapai keinginan dan mimpi, individu bisa melakukan apa yang diinginkan, individu juga bisa menunggu sepanjang apapun itu jika masih ada harapan dalam hati. Individu dengan tingkat harapan tinggi akan terlibat sepenuhnya dan memiliki energi dalam aktivitas mereka untuk mencapai tujuan. Individu tersebut memiliki keinginan kuat untuk mencoba berbagai solusi/jalan/cara/strategi untuk mencapai tujuan dengan menggunakan konsentrasi dan perasaan mereka.

Selama tahun 1960 sampai 1970-an, para psikolog dan psikiater bersepakat bahwa pada prinsipnya harapan didasarkan pada ekspektasi positif untuk pencapaian tujuan. Selama ini, Jerome Frank dan Ezra Stotland menjelaskan pentingnya harapan bagi kesehatan mental (Frank, 1968; Stotland & Kobler, 1964). Penelitian lain menunjukkan bahwa individu yang memiliki harapan tinggi memiliki kecemasan yang lebih rendah karena mereka dipenuhi dengan energi mental dan ide-ide mengenai pencapaian tujuan sehingga membuat mereka terhindar dari depresi (Amanda E Hunsaker, dkk., 2014). Selanjutnya penelitian mengenai harapan mulai berkembang dan dikaitkan

dengan faktor budaya yang kemudian merambah ke berbagai budaya. Averill et al (1990) yang melakukan penelitian tentang makna harapan di Korea dan Amerika Serikat; penelitian Mattos (2009) tentang peran harapan dalam praktek pengajaran di Brazil; dan penelitian Cherrington (2013) dengan subyek pemuda di Afrika Selatan. Penelitian harapan yang berkaitan dengan pendidikan dilakukan oleh Snyder dkk. (1999) yang menyatakan harapan diketahui juga sangat erat berkaitan dengan kesuksesan akademik pada siswa di perguruan tinggi (Snyder, Cheavens, & Michael, 1999); pencapaian prestasi akademik (Adela Yarcheski; Noreen E. Mahon, 2014) dan hasil prestasi di bidang olah raga pada atlet (Snyder, 2000). Berbagai penelitian terbatas yang dilakukan untuk melihat hubungan antara harapan dengan berbagai variabel diantaranya, harapan diketahui berkorelasi dengan *psychological adjustment* pada individu (Joanna O. Shadlow dkk, 2014); kesehatan fisik (Kaethe Weingarten, 2010); harapan pada penelitian lain memberikan kontribusi dalam kesehatan individu (Dorota, 2015). Harapan diketahui memiliki korelasi yang positif dengan kepuasan hidup, dukungan dari keluarga dan teman, serta optimis (Lisa M. Edwards, 2007; Adela Yarcheski dan Noreen E. Mahon, 2014).

Berbagai penelitian yang telah dilakukan oleh banyak peneliti di bidang psikiatri maupun psikologi, hanya ditemukan satu penelitian yang berkaitan dengan harapan pada remaja (Esteves dkk., 2013). Penelitian-penelitian terdahulu membahas variabel harapan dalam banyak ruang lingkup, kebanyakan pada bidang medis dan kesehatan terutama pada pasien yang menderita penyakit kronis dan korelasinya dengan variabel-variabel psikologis lain dan dilakukan pada subjek orang dewasa. Sehingga penelitian difokuskan untuk meneliti harapan pada bidang akademik dengan subjek remaja, lebih khusus remaja Sekolah Menengah Atas (SMA) yang mana mereka dihadapkan pada pengambilan keputusan yang besar dalam hidupnya pasca lulus SMA.

Salah satu tujuan pendidikan sekolah menengah SMA adalah menyiapkan siswa untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang Perguruan Tinggi. Disamping itu, sesuai dengan tujuan pendidikan secara umum yang dimuat dalam UU Nomor 20 Tahun 2003 pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional, tujuan

pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Pembangunan karakter tersebut dapat mencakup kekuatan harapan dalam menghadapi persaingan. Tujuannya agar siswa memiliki daya saing dalam menghadapi kehidupan pasca lulus dari SMA, mempunyai tujuan yang jelas dan realistis serta dapat menentukan berbagai cara maupun strategi sesuai dengan kemampuannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pengembangan harapan tersebut khususnya dalam bidang akademik di SMAN 23 Garut belum banyak dilakukan, sehingga diperlukan penguatan harapan bagi para siswa secara terencana melalui kajian teori dan intervensi yang komprehensif.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan selama 3 tahun terakhir yang telah dilakukan di SMAN 23 Garut, siswa yang melanjutkan studi ke tingkat Perguruan Tinggi baik negeri maupun swasta masih minim, yaitu sekitar 10-15% pada setiap angkatannya. Sebagian besar setelah lulus SMA, siswa memilih untuk langsung bekerja dengan mengikuti saudaranya yang bekerja di luar kota ataupun mencari lowongan kerja secara mandiri sementara mereka belum memiliki kemampuan (*softskill* maupun *hardskill*) yang mumpuni dalam pekerjaannya karena tidak dibekali secara mendalam di sekolah, membantu pekerjaan orang tua untuk menggarap lahan pertanian, atau memilih untuk menikah di usia muda daripada melanjutkan studi atau mengejar karir dan masa depan impiannya.

Rendahnya minat siswa dalam melanjutkan studi ke tingkat pendidikan yang lebih tinggi dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yang paling tinggi adalah; 1) merasa kurang mampu dalam hal finansial untuk melanjutkan studi; 2) orang tua cenderung lebih mendukung untuk digunakan sebagai modal usaha daripada untuk melanjutkan studi; 3) tingginya angka pernikahan dini yang belum mampu secara mental dan finansial karena baru lulus SMA bahkan masih ada yang berstatus sebagai pelajar dan belum memiliki penghasilan; 4) keyakinan masyarakat yang masih menganggap bahwa kuliah tidak akan

menjamin seseorang menjadi sukses; 5) siswa merasa tidak mampu menyelesaikan studi di tingkat Perguruan Tinggi karena menurut mereka pelajaran di SMA sudah dirasa sulit dimana hal ini berkaitan dengan rendahnya optimisme dalam diri siswa; 6) anggapan bahwa mereka tidak akan mampu bersaing dengan sekolah lain terlebih pada seleksi SNMPTN maupun SBMPTN yang berkaitan dengan rendahnya daya saing siswa, dan 7) Tidak ada keinginan dari dalam diri siswa untuk melanjutkan studi ke Perguruan Tinggi, serta beberapa faktor lainnya.

Disamping rendahnya minat siswa dalam melanjutkan studi ke jenjang Perguruan Tinggi siswa juga menunjukkan beberapa gejala yang menjadi indikasi rendahnya tingkat harapan, khususnya harapan akademik pada siswa, diantaranya: 1) Ketelibatn siswa dalam situasi sekolah masih rendah, hal ini dapat dilihat dari banyaknya siswa yang membolos ketika pelajaran berlangsung, siswa banyak yang kesiangan namun lebih memilih untuk tidak masuk sama sekali di jam pelajaran pertama, upaya untuk mengerjakan tugas-tugas mata pelajaran yang masih minim dimana hal ini berkaitan dengan motivasi. 2) Keterlibatan terhadap kondisi lingkungan (sekolah maupun pertemanan) yang masih tinggi di kalangan para siswa, seperti cenderung menyalahkan fasilitas sekolah dalam kekurangmampuannya mengejar ketertinggalan pelajaran, ketergantungan terhadap teman sebaya yang lebih dominan yang membawa pengaruh negatif menunjukkan bahwa mereka kurang mempunyai kontrol terhadap diri mereka sendiri. 3) Kekhawatiran tidak akan mendapatkan masa depan yang lebih baik, ditunjukkan dengan anggapan bahwa saya anak seorang petani, sulit untuk bisa kuliah. 4) Banyak kasus pernikahan dini yang terjadi di kalangan siswa, baik begitu dia lulus SMA maupun ketika statusnya masih pelajar, dan masih banyak lagi gejala-gejala lainnya.

Gejala yang ditunjukkan oleh remaja di sekolah apabila ditinjau dari sudut pandang harapan itu sendiri, mereka belum memiliki perencanaan mengenai masa depan yang jelas, hal ini menandakan bahwa siswa belum memiliki tujuan pasti yang ingin diraihny di masa depan. Banyaknya kekhawatiran bahwa mereka tidak bisa mendapatkan masa depan yang lebih baik dikarenakan

berbagai faktor adalah indikasi bahwa remaja dihantui oleh ketakutan karena tidak tahu apa yang perlu mereka lakukan untuk mencapai tujuannya. Hal ini menunjukkan mereka belum bisa menemukan strategi-strategi yang bisa dilakukan untuk mencapai tujuannya. Sementara itu, rendahnya motivasi dan keterlibatan remaja pada situasi sekolah dapat mengarah pada kurangnya daya tahan dan optimisme pada remaja sehingga mereka belum dapat mempertahankan motivasi dan konsisten melaksanakan strategi yang disusun sebelumnya maupun mencari strategi untuk meraih masa depan impiannya.

Secara keseluruhan, beberapa gejala yang telah disebutkan mengarah pada rendahnya tingkat harapan remaja di sekolah tersebut, khususnya harapan pada bidang akademik. Rendahnya harapan akademik pada siswa merupakan salah satu variabel psikologis yang menjadi garapan dalam layanan bimbingan dan konseling sekolah yaitu dalam bidang akademik dan pribadi-sosial yang mana bidang akademik berhubungan dengan permasalahan siswa berkaitan dengan pembelajaran/akademik sementara bidang pribadi-sosial berkaitan dengan permasalahan siswa dengan dirinya sendiri maupun hubungannya dengan orang lain. Sehingga diperlukan intervensi untuk mengembangkan tingkat harapan akademik siswa. Intervensi yang dapat dilakukan salah satunya adalah layanan konseling secara individual yang terintegrasi dalam program bimbingan dan konseling komprehensif. Adanya intervensi yang terintegrasi dalam layanan bimbingan dan konseling komprehensif ini diharapkan dapat meningkatkan harapan akademik pada remaja secara menyeluruh, terutama pada remaja yang masih memiliki harapan akademik yang relatif rendah.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Harapan sebagai konsep dalam ilmu psikologi telah mulai dikenal dan dikembangkan pada tahun 1950. Harapan ini berkembang dari psikologi positif yang dipelopori oleh Seligman. Seligman (2004) lebih unggul dalam menjelaskan karakter baik yang mengarahkan individu pada pencapaian tujuan atau *trait* positif yang ditunjukkan dalam bentuk pikiran, perasaan dan tingkah laku. Kemudian harapan sendiri menjadi fokus pengembangan oleh C. R Snyder

dan Shane J. Lopez (2002) dan kemudian berkembang di kalangan psikolog dan psikiater. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa harapan merupakan prediktor yang kuat dalam proses penyembuhan. Harapan merupakan salah satu kunci dalam kehidupan individu, tidak terkecuali pada remaja. Aspek prestasi akademik banyak diteliti dan dikembangkan oleh pendidik dan psikolog. Variabel prestasi belajar yang berkorelasi kuat dengan harapan merupakan aspek yang sangat dinamis dan unik untuk diteliti.

Pengembangan harapan dapat terbagi dalam dua ranah, yaitu dalam setting rumah dan sekolah. Pengembangan harapan dalam setting rumah banyak diarahkan melalui konsep naratif dan peningkatan partisipasi orang tua dalam mendampingi anak dengan keterlibatan teman sebaya. Pengembangan harapan melalui intervensi di sekolah dilakukan dengan melibatkan guru sebagai instrument yang penting. Selain itu pengembangan harapan di sekolah dilakukan dengan integrasi pada kurikulum misalnya dalam mata pelajaran dan secara lebih khusus dilakukan melalui layanan Bimbingan dan Konseling terintegrasi yang komprehensif. Peningkatan harapan akademik di sekolah dilakukan dengan mengacu pada perkembangan teori dan hasil penelitian berorientasi pada solusi. Siswa SMA merupakan individu yang sedang mempersiapkan karir dan kehidupan di masa yang akan datang, perlu didorong untuk dapat menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh untuk menguatkan harapan bagi kehidupan pada tahap selanjutnya.

Berbagai penelitian eksperimen yang telah dilakukan oleh para peneliti untuk meningkatkan harapan individu yang dikaitkan dengan variabel lain. Pengembangan harapan selanjutnya melibatkan berbagai pendekatan konseling yang disesuaikan dengan kemampuan peneliti serta kebutuhan penelitian. Pendekatan yang dapat digunakan dalam mengembangkan harapan di antaranya: 1) *Choice Based Reality Therapy*, 2) *Cognitive Behaviour Therapy*, 3) *Narrative Therapy*, 4) Pendekatan *Hope Therapy*, 5) Pendekatan *Problem Solving Therapy* dalam mengembangkan harapan khususnya pada kasus-kasus depresi, 6) Pendekatan *Solution Focused Therapy* serta 7) Penggunaan *Feminist Therapy* (Hartanto, 2019, hlm. 9).

Program layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif memuat berbagai komponen dalam pelaksanaannya, konseling individual adalah salah satu komponen atau strategi yang dapat dilakukan dalam penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling yang profesional mengenai permasalahan-permasalahan yang sifatnya individual. Banyak teknik maupun pendekatan yang dapat digunakan dalam pelaksanaan konseling individual, mengingat bahwa permasalahan serta karakteristik pada setiap individu adalah unik maka perlu menyesuaikan dengan keunikan-keunikan individu tersebut. Salah satu strategi konseling yang menjunjung keunikan serta potensi individu adalah konseling yang memfokuskan untuk mencari solusi dari setiap permasalahan yang dialami sehingga dinilai lebih efektif dari segi waktu, maka dari itu dinamakan konseling singkat berfokus pada solusi (*Solution Focused Brief Counseling*). Proses konseling berfokus solusi menuntut individu untuk bertanggung jawab atas dirinya, individu dapat membangun keterampilan untuk memfokuskan diri pada nilai-nilai dan kekuatan yang dipercaya dapat membantu mencapai tujuannya.

SFBC memiliki beberapa teknik yang dapat membantu individu dalam meningkatkan harapan akademik. Setelah menentukan tujuan dengan jelas, remaja dapat diarahkan untuk mencari cara dalam bentuk strategi yang dapat mereka lakukan (*pathway thinking*) serta mempertahankan motivasi untuk terus melakukan strategi tersebut hingga mencapai tujuannya (*agency thinking*). Menurut Nichols, prinsip SFBC percaya bahwa individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk berperilaku secara efektif dalam menyelesaikan masalahnya, hanya saja selama ini kemampuan tersebut tertutupi oleh adanya anggapan negatif. Individu diarahkan untuk lebih memperhatikan kelebihan yang dimiliki agar tidak terpengaruh pada kegagalan yang dialaminya (Nichols, 2010). Sehingga dengan SFBC, siswa difokuskan pada pencarian solusi-solusi sebagai cara untuk menemukan strategi-strategi untuk mencapai tujuannya, bukan terfokus pada masalah apa yang sedang dihadapi. Adapun eksplorasi terhadap latar belakang masalah, hanya cukup sebagai identifikasi untuk menemukan

pengecualian-pengecualian yang nantinya dapat ditemukan solusi-solusi untuk keluar dari permasalahannya.

Berdasarkan paparan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah strategi SFBC dapat meningkatkan harapan akademik pada remaja?”. Secara rinci rumusan masalah penelitian tersebut dapat dijabarkan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana profil harapan akademik siswa kelas XI SMAN 23 Garut Tahun Akademik 2021/2022?
2. Bagaimana proses pelaksanaan intervensi dengan pendekatan SFBC dalam meningkatkan harapan akademik siswa?
3. Apa saja komponen harapan akademik yang berubah melalui intervensi dengan menggunakan strategi SFBC?
4. Bagaimana gambaran efektivitas SFBC dalam meningkatkan harapan akademik siswa?

C. Tujuan Penelitian

Harapan merupakan salah satu kekuatan utama dalam diri individu untuk mengaktualisasikan dirinya menjadi pribadi yang optimal, sehingga harapan ini perlu untuk dikembangkan melalui berbagai strategi yang sesuai. Tujuan utama dari penelitian adalah untuk mengetahui sejauh mana strategi SFBC efektif dalam meningkatkan harapan akademik pada remaja. Tujuan tersebut dapat dijabarkan melalui tujuan khusus sebagai berikut.

1. Memperoleh data empirik mengenai profil harapan akademik siswa kelas XI SMAN 23 Garut Tahun Akademik 2021/2022.
2. Melaksanakan program intervensi dengan strategi SFBC untuk meningkatkan harapan akademik siswa.
3. Memperoleh informasi perubahan komponen harapan akademik yang berkembang melalui strategi SFBC.
4. Memperoleh gambaran mengenai efektivitas strategi SFBC dalam meningkatkan harapan akademik siswa.

D. Manfaat/Signifikansi Penelitian

Secara umum penelitian ini mempunyai dua manfaat, yakni manfaat yang sifatnya teoritis dan manfaat yang bersifat praktis. Secara lebih rinci manfaat yang dimaksud adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Keilmuan/Teoretik

Manfaat yang diharapkan melalui penelitian ini adalah mengembangkan kerangka teori mengenai harapan dari psikologi positif serta memperkaya temuan mengenai pengembangan teknik-teknik konseling dengan pendekatan SFBC untuk meningkatkan harapan akademik pada remaja.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi kelembagaan khususnya dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yaitu menghasilkan panduan dan publikasi serta rujukan ilmiah dalam peningkatan harapan akademik pada remaja. Selain itu dapat memperkaya pengetahuan dan praktik dalam penerapan teknik-teknik konseling untuk diterapkan dalam pengembangan program bimbingan dan konseling secara keseluruhan.

b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menambah dan memperkaya sumber-sumber pengetahuan mengenai pengembangan program, serta teknik dan metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan pelayanan bimbingan dan konseling yang profesional. Selain itu hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau sumber rujukan pada penelitian-penelitian selanjutnya pada fokus pengembangan program bimbingan dan konseling.

E. Sistematika Penelitian

Sistematika penelitian ini terdiri dari 5 BAB, yang secara garis besar dapat dijelaskan sebagai berikut.

BAB 1 Pendahuluan, berisi tentang penjelasan mengenai 1) Latar belakang penelitian; 2) Identifikasi dan rumusan masalah penelitian; 3) Tujuan penelitian; 4) Manfaat penelitian; dan 5) Sistematika penelitian.

BAB II Konsep Harapan dan *Solution Focused Brief Counseling*, berisi pemaparan mengenai 1) Konsep harapan, komponen harapan dan faktor yang mempengaruhi harapan. 2) Konsep mengenai *Solution Focused Brief Counseling* prinsip, hakikat dan tujuan, tahapan dan teknik SFBC. 3) Harapan Akademik pada Remaja. 4) Kerangka berpikir dan 5) Hipotesis penelitian.

BAB III Metode Penelitian, membahas mengenai metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan campuran yang di dalamnya mencakup: 1) Desain penelitian; 2) Partisipan; 3) Populasi dan sampel; 4) Prosedur penelitian; 5) instrument penelitian; dan 6) Analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, mencakup: 1) Profil tingkat harapan siswa kelas XI SMAN 23 Garut Tahun Akademik 2021/2022; 2) Pemberian layanan konseling dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling*; 3) Keefektifan layanan untuk meningkatkan harapan akademik siswa; 4) Temuan-temuan penelitian, serta 5) Keterbatasan penelitian. Bab V Penutup, di dalamnya berisi mengenai: 1) Kesimpulan dari hasil penelitian, 2) Implikasi, dan 3) Saran atau rekomendasi bagi layanan bimbingan dan konseling, pengembangan ilmu bimbingan dan konseling serta bagi penelitian selanjutnya.