

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I membahas tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Harapan dikenal dalam konsep psikologis pertama kali dikenal dan berkembang semenjak tahun 1950. Konsep harapan dikembangkan oleh para psikolog dan psikiater di antaranya; Schachtel, 1959; Schachtel & Menninger, 1959; Mowrer, 1960; Cantril, 1964; Farber, 1968, Melges & Bowlby, 1969; dan Scotland, 1969; Snyder, 2000). Di bidang psikologi, kehilangan harapan (*hopelessness*) berhubungan dengan berkurangnya kepuasan hidup (*life satisfaction*). Konstruk keputusasaan (*hopelessness*) telah berubah menjadi variabel populer dalam penelitian psikoterapi. Terlepas dari utilitas penelitian keputusasaan, paradigma patologis tradisional psikologi yang “berkonsentrasi pada perbaikan kerusakan, kesalahan, penyakit dan kekurangan dalam fungsi manusia”, menyadarkan berbagai pihak bahwa kekuatan positif dari harapan dalam psikoterapi masih kurang diperhatikan (Peterson & Seligman, 2004). Semenjak lebih dari tiga dekade terakhir, harapan menarik perhatian para peneliti dan profesional dari berbagai disiplin ilmu dan diidentifikasi sebagai faktor penting bagi kesehatan mental dan sebagai sebuah kekuatan hidup (Chamodraka, 2008).

Harapan merupakan salah satu bagian dari dimensi kekuatan karakter (*character strength*). Individu yang memiliki harapan adalah individu yang memiliki karakter kekuatan personal yang ditandai dengan memiliki tujuan yang jelas baik sekarang atau masa depan (*goals*), memiliki kemampuan untuk menghasilkan rencana untuk mencapai tujuannya (*pathways thinking*), dan memiliki energi/tekad untuk menjalankan rencana tersebut (*agency thinking*) (Peterson & Seligman, 2004). Kekuatan harapan (*strength of hope*) terbukti memiliki dampak positif terhadap peningkatan performa hasil kerja yang luar biasa. Erikson (Egan, 2011) mengungkapkan “kekuatan harapan merupakan kekuatan fundamental manusia serta menjadi kebaikan paling awal dan tak terpisahkan yang

melekat dalam hidup”. Kekuatan harapan memberikan kontribusi manfaat di bidang kesehatan mental serta mendukung kekuatan individu dalam kehidupan sehari-hari.

Jika dikaitkan dengan kajian Bimbingan dan Konseling, komponen harapan yakni menentukan tujuan (*goals*), dan merancang tindakan untuk mencapai tujuan (*pathways thinking*) merupakan tujuan ke-8 dalam sembilan area perkembangan siswa menurut *American School Counselor Association* yang dijadikan sebagai basis pengembangan seluruh tujuan program bimbingan dan konseling komprehensif. Selanjutnya, harapan juga merupakan elemen kunci keberhasilan dalam merencanakan masa depan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir (ASCA, 2005). Di bidang pribadi, harapan diketahui berkorelasi dengan *psychological adjustment, psychological well-being, subjective well-being* (Muyan-Yılık & Demir, 2020; Cankaya & Denizli, 2020; Bryce et al., 2020). Harapan juga diketahui memengaruhi kepuasan hidup individu (Marques et al., 2013; Santilli et al., 2014). Harapan juga ikut dalam menentukan tingkat depresi seseorang (Lagacé-séguin, 2010; Vacek et al., 2010). Anak dengan harapan yang tinggi memiliki tingkat depresi yang rendah (Folkman, 2010; Z. Li et al., 2018).

Di bidang sosial, harapan berhubungan dengan dukungan dari keluarga (Callina, Johnson, Buckingham, & Lerner, 2014), dukungan dari guru (Ojala, 2015), dan lingkungan serta teman sebaya (Lagacé-séguin, 2010). Di bidang akademik dan karir, pada tingkat pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi harapan memiliki hubungan dengan prestasi akademik (Chen, Huebner, & Tian, 2020; Amundson et al., 2013; Feldman & Dreher, 2012). Harapan dapat mendorong individu untuk menyelesaikan beban akademik, memiliki keyakinan untuk mengatasi masalah ketika mengalami tekanan akademik, serta memperoleh hasil belajar yang tinggi demi tercapainya keberhasilan studi (Rand, Shanahan, Fischer, & Fortney, 2020). Hasil penelitian ini juga Hasil penelitian Misra (Davidson, Feldman, & Margalit, 2012), mengungkapkan berbagai sumber stres siswa bersumber dari beban akademis (misalnya peningkatan beban kelas) dan hubungan interpersonal (misalnya perubahan dalam jejaring sosial dan aktivitas). Orang dengan harapan tinggi cenderung berhasil mengejar tujuan mereka dan mengalami emosi yang lebih positif. Namun sebaliknya orang dengan harapan rendah cenderung lebih kesulitan dalam mengatasi hambatan pencapaian tujuan

mereka dan cenderung mengalami emosi yang lebih negatif (Marques, Lopez, & Pais-Ribeiro, 2011). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut terungkap bahwa harapan merupakan konsep kunci dalam pencapaian tujuan dan keberhasilan hidup (Hartanto, 2017).

Penguatan harapan dapat membantu individu dalam mencapai tugas perkembangan dan memperoleh kesuksesan hidup (Aminah, Ilfiandra, & Saripah, 2020). Perkembangan individu pada tahap remaja menuntut peran dan kontribusi harapan dalam pencapaian berbagai tujuan hidup (Hartanto, 2017). Menumbuhkan dan meningkatkan harapan di masa remaja dapat meningkatkan fungsi saat ini dan masa depan. Upaya yang dapat dilakukan dalam usaha pengembangan harapan adalah dengan membantu individu menentukan tujuan masa depan, membentuk tekad dan keyakinan individu menghadapi hambatan dan rintangan dimasa depan serta merancang langkah yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut.

Fakta terbaru di lapangan, krisis pandemi COVID-19 menimbulkan kerusakan di berbagai sektor. Di dunia pendidikan, UNESCO melaporkan bahwa COVID-19 telah membuat setidaknya 1,6 miliar siswa dan mahasiswa lebih dari 190 negara di setiap benua tidak dapat melaksanakan kegiatan pendidikan seperti biasanya karena sekolah ditutup dan setidaknya 94% ruang belajar lainnya harus ditutup karena pandemi (UNSDG, 2020). American Academy of Pediatrics (2020) juga mengungkapkan bahwa krisis COVID-19 menciptakan konseptualisasi baru dimana anak usia sekolah memiliki interaksi terbatas dengan guru, dan teman sekelas. Adaptasi cara hidup dan menerima pendidikan baru ini secara emosional membuat stres banyak keluarga, terutama anak usia sekolah (Fontenelle-Tereshchuk, 2021).

Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melakukan survei terhadap 1700 siswa Taman Kanak-kanak (TK) sampai Sekolah Menengah Atas (SMA) yang tersebar di 20 Provinsi (54 Kab/Kota) di Indonesia terkait dampak COVID-19 di sektor pendidikan. Survei menunjukkan bahwa 79,9% siswa menyatakan bahwa selama pandemi COVID-19 tidak berinteraksi dengan guru dan teman sekelas, dan hanya 20,1% yang menyatakan ada interaksi dengan guru dan teman sekelasnya. Minimnya interaksi antara siswa dan guru tersebut, berdampak bagi psikologis mereka seperti merasa bosan, tidak mampu memahami pelajaran

dan kurangnya minat belajar serta berdampak pada psikologis seperti stres dan kecemasan. Hal ini dibuktikan juga melalui survei KPAI selanjutnya yang menunjukkan bahwa 76,7% siswa tidak senang dengan pembelajaran jarak jauh. Ketidaksenangan ini meliputi bosan, tidak memahami pelajaran, stres yang disebabkan beban akademik, tidak adanya kuota internet, serta minimnya sarana dan prasarana untuk mendukung proses pembelajaran jarak jauh tersebut. Pandemi COVID-19 memberikan dampak akademik dan psikososial anak yang berujung pada kesejahteraan psikologis anak (Jamaluddin, Ratnasih, Gunawan, & Paujiah, 2020). Situasi ini menimbulkan ketidakmenentuan, ketakutan dan menimbulkan keputusasaan (*hopelessness*). Munculnya keputusasaan (*hopelessness*) ini lebih jauh akan berdampak luas pada dimensi hidup lainnya.

Permasalahan mengenai tujuan masa depan banyak terjadi pada masa remaja. Hasil penelitian (Hartanto, 2017) pada dua aspek harapan menunjukkan bahwa *agency* siswa lebih tinggi dibandingkan *pathways*. Selanjutnya hasil penelitian (Aminah et al., 2020) mencatat pada tahun 2017 terdapat 45 siswa dari 201 siswa yang melanjutkan studi ke perguruan tinggi atau sebanyak 25% dari keseluruhan jumlah siswa. Rendahnya minat melanjutkan studi dipengaruhi oleh rendahnya *agency* siswa. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa dorongan untuk mencapai tujuan (*agency*) serta cara untuk mencapai tujuan (*pathways*) siswa yang masih rendah.

Selanjutnya, hasil studi pendahuluan yang dilakukan menggunakan instrumen *The future Hope Scale* (Snyder, 2002) kepada siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022 ditemukan rata-rata siswa berada pada kategori sedang dengan capaian rata-rata skor 38,31 (60%). Selanjutnya berdasarkan kategori frekuensi ditemukan bahwa sebanyak 59% (70 orang) siswa memiliki harapan pada kategori rendah, 30% (36 orang) siswa berada pada kategori sedang, sisanya 11% (13 orang) siswa berada pada kategori tinggi. Jika dilihat berdasarkan aspek, rata-rata siswa memiliki *pathways* dan *agency* berada kategori rendah dengan persentase masing-masing 57,2% dan 62,4%. Berdasarkan wawancara tidak terstruktur dengan siswa kelas XI di SMA Laboratorium UPI, siswa masih belum bisa menentukan tujuan dan rencana masa depannya. Koordinator BK juga menuturkan bahwa pada saat belajar mengajar

berlangsung, siswa tidak memiliki semangat untuk menerima pelajaran atau dalam pengerjaan tugas. Berdasarkan penelitian-penelitian dan studi pendahuluan tersebut terungkap bahwa siswa belum mempunyai tujuan yang jelas, belum menemukan strategi yang bisa dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut, dan kurangnya dorongan/motivasi untuk pencapaian tujuan. Oleh karena itu, perlu adanya layanan bimbingan dan konseling yang dapat mengembangkan kekuatan harapan siswa.

Kajian teoritis tentang upaya layanan yang sudah dilakukan untuk mengembangkan harapan siswa juga dilakukan. Kendati demikian masih terdapat keterbatasan pada intervensi penguatan harapan siswa. Oleh karena itu, keterbatasan penelitian tentang upaya pengembangan harapan dan temuan kondisi harapan siswa diperlukan strategi bimbingan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa kedepannya.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Semakin banyak teori *grounded* (Teori Harapan Snyder (Snyder, 2000; Lopes et al., 2003; Lopes et al., 2004; Gallagher et al., 2019) dan penelitian berbasis bukti telah mengidentifikasi harapan sebagai elemen kunci untuk merencanakan masa depan yang sukses. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa harapan memiliki implikasi penting bagi pengembangan pribadi, sosial, akademik, dan karir.

Beberapa program telah dikembangkan untuk meningkatkan harapan di kalangan anak-anak dan remaja, banyak di antaranya dapat dimanfaatkan atau diadaptasi untuk dimasukkan ke dalam kurikulum bimbingan (ASCA, 2005). Program *Making Hope Happen* (Lopez, 2013) adalah intervensi berbasis sekolah yang dikembangkan untuk meningkatkan harapan pada siswa melalui pengajaran didaktik dan kerja kelompok. MHH pertama kali diujicobakan di tingkat SMP. Program MHH terdiri dari lima sesi 45 menit dengan kelompok 8 sampai 10 siswa SMP. Program *Making Hope Happen* menjelaskan strategi bagi pendidik di sekolah dalam pengembangan kekuatan harapan pada remaja. Program *Making Hope Happen* mengintegrasikan tiga pendekatan yaitu terapi berfokus solusi, teknik narasi dan teknik kognitif perilaku (CBT) untuk membantu remaja dalam

pengembangan kekuatan harapan. Integrasi melalui tiga pendekatan dinilai terlalu kompleks dan berat dalam diimplementasikan pada remaja. Kedua, *Brief Hope Intervention* (Chan, Wong, & Lee, 2019) merupakan intervensi berbasis terapi perilaku kognitif (CBT) dengan delapan sesi yang bertujuan untuk membantu remaja agar dapat menentukan strategi menuju tujuan yang diinginkan serta meningkatkan motivasi. Program *Brief Hope Intervention* memerlukan waktu yang panjang sehingga program sulit untuk dilakukan pada usia remaja (Chan et al., 2019).

Upaya lain yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi rendahnya kekuatan harapan pada remaja yakni strategi berbasis tujuan (*goal-pursuit intervention*) berisi suatu pendekatan yang menciptakan serta memfasilitasi pengembangan kekuatan dengan menggunakan kerangka konstruk-konstruk positif pada remaja dalam mengembangkan *pathways thinking* (rencana untuk mencapai tujuan) dan *agency thinking* (energi untuk mencapai tujuan).

Strategi berbasis tujuan (*goal-pursuit intervention*) merupakan intervensi yang diadaptasi dari *hope-based intervention* (hanya sebagian dari satu sesi) dari paket intervensi berbasis harapan 8 sesi yang lebih besar. Strategi berbasis tujuan berisi suatu pendekatan yang memfasilitasi pengembangan kekuatan harapan dengan menggunakan kerangka konstruk-konstruk positif pada remaja dalam mengembangkan rencana untuk mencapainya (*pathways thinking*), dan memiliki energi/tekad untuk menjalankan rencana tersebut (*agency thinking*). *Goal-pursuit intervention* sudah diakui secara luas sebagai salah satu faktor kunci yang berkontribusi pada pengembangan *self efficacy*, *sence of coherence* dan harapan (Feldman & Dreher, 2012). Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan kemanjuran *goal-pursuit intervention* memediasi hubungan antara harapan dan tujuan masa depan serta keberhasilan akademik (Davidson et al., 2012).

Bimbingan dengan strategi berbasis tujuan memiliki konstruk program dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa yang disinergikan melalui proses layanan bimbingan dan konseling yang memfasilitasi pengembangan bimbingan pribadi. Berdasarkan identifikasi masalah, maka rumusan masalah penelitian adalah “bagaimana efikasi bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa”?

Secara khusus rumusan masalah penelitian diuraikan pada pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran profil kekuatan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022?
2. Bagaimana rumusan program bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022?
3. Bagaimana efikasi bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hasil uji efikasi bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mendeskripsikan data empirik mengenai profil kekuatan harapan SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022.
- 2) Merumuskan program bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022.
- 3) Mengukur dan mendeskripsikan data empirik efikasi bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya pengembangan strategi bimbingan kelompok untuk mengembangkan harapan siswa Sekolah Menengah Atas.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor, temuan penelitian dapat menjadi referensi keilmuan dalam pengembangan program layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya, temuan penelitian dapat digunakan sebagai rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dan publikasi mengenai harapan.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Penulisan tesis ini memiliki lima struktur utama di mana memuat gambaran umum pada setiap bab yang diuraikan sebagai berikut.

BAB I Pendahuluan, membahas tentang: 1) Latar belakang penelitian; 2) Identifikasi dan rumusan masalah; 3) Tujuan penelitian; 4) Manfaat penelitian; dan 5) Struktur organisasi tesis.

BAB II Konsep Bimbingan Kelompok dengan Strategi Berbasis Tujuan dan Harapan pada Remaja, menyajikan : 1) Landasan teoritis dan empiris tentang harapan pada remaja; 2) Landasan teoretis dan empiris tentang bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan; 3) Landasan teoritis dan empiris tentang bimbingan kelompok dengan strategi berbasis harapan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa; 4) Penelitian terdahulu yang relevan; 5) Kerangka berpikir; serta 6) Asumsi dan hipotesis penelitian.

BAB III Metodologi Penelitian, menjelaskan mengenai metode/langkah yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian yang terdiri dari: 1) Pendekatan; 2)

Metode/desain penelitian; 3) Populasi dan sampel; 4) Instrumen penelitian; 5) Pengembangan program; 6) Prosedur penelitian; dan 7) Teknik analisis data.

BAB IV Temuan Penelitian dan Pembahasan, menyajikan temuan penelitian yang dikaitkan dengan teori yang telah dibahas dalam kajian pustaka dan temuan sebelumnya yang terdiri dari: 1) Profil kekuatan harapan siswa SMA Laboratorium Percontohan (*Labschool*) UPI Tahun Pelajaran 2021/2022; 2) Program bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa; 3) Efikasi bimbingan kelompok dengan strategi berbasis tujuan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa; dan 4) Keterbatasan penelitian.

BAB V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi, berisikan : 1) Simpulan dari temuan penelitian; 2) Implikasi; 3) Rekomendasi untuk pihak-pihak pelaksana layanan bimbingan dan konseling serta peneliti selanjutnya.