

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab 1 dipaparkan hal yang berkaitan dengan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan komponen penting yang di dalamnya terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak sebagai keluarga ini. Keluarga berfungsi untuk saling membantu dan mengarahkan kemandirian setiap anggota keluarga (Minuchin, dalam Willis, 2013, hlm 148). Keluarga juga merupakan tempat utama anak memperoleh kebutuhan dasar agar menjadi individu yang berhasil di tengah-tengah masyarakat sesuai dengan kemampuannya (Gunarsa, 2008). Keluarga berpengaruh besar terhadap seluruh anggotanya sebab terjadinya interaksi yang paling bermakna, paling berkesan dengan nilai yang sangat mendasar dan sangat intim (Djawad Dahlan, dalam Yusuf 2011, hlm 161).

Keluarga yang bahagia sangat penting bagi perkembangan emosi para anggotanya dengan memerankan fungsinya secara baik. Adapun fungsi keluarga secara sosiopsikologis adalah; (1) yang memberikan rasa aman bagi anak dan keluarga lain; (2) merupakan sumber utama dalam pemenuhan kebutuhan baik secara fisik maupun psikis; (3) merupakan tempat tercurahnya kasih sayang dan penerimaannya; (4) memberikan teladan bagi anak agar dapat belajar menjadi anggota masyarakat yang baik; (5) pemberi bimbingan bagi pengembangan perilaku sosial yang dianggap tepat; (6) membantu anak dalam memecahkan masalah yang dihadapinya dalam rangka beradaptasi terhadap kehidupan; (7) pemberi bimbingan belajar dalam hal motorik, verbal dan sosial yang dibutuhkan untuk penyesuaian diri; (8) stimulator terhadap perkembangan anak dalam mencapai prestasi baik di sekolah maupun masyarakat; (9) mengembangkan diri; (10) menjadi teman bagi anak (Yusuf, 2011, hlm 162).

Terbentuknya fungsi keluarga yang sesuai dengan paparan sebelumnya dapat dikatakan bahwa fungsi keluarga merupakan syarat utama terlaksananya suasana keluarga yang harmonis dan dapat mengembangkan dirinya dengan bantuan orang tua, kakak,, adik di rumah (Gunarsa, 2008). Selanjutnya Yusuf

(2011, hlm 163) menjelaskan kebahagiaan keluarga dapat dicapai apabila keluarga dapat memainkan peran dan fungsinya secara baik, dalam hal ini adalah keluarga yang harmonis.

Dalam perkembangannya, pada masa remaja merupakan pondasi penting dalam pembentukan identitas yang tentunya sangat membutuhkan dukungan keluarga. Orang tua, saudara adalah komponen inti yang akan menanamkan nilai dasar, menyediakan kasih sayang, dan menjadi teladan bagi anaknya (Nuhidayati & Chairani, 2014, hlm 42). Sebab pada masa itu remaja sedang dalam masa peralihan antara kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa (Desmita, 2014, hlm 37). Yusuf (2004, hlm 62) menjelaskan bahwa keadaan keluarga yang harmonis, agamis memiliki peranan penting terhadap perkembangan pribadi remaja, dalam suasana ini orang tua memberikan kasih sayang, perhatian serta bimbingan, maka perkembangan pribadi remaja cenderung positif. Akan tetapi, ada waktunya orang tua tidak bisa memenuhi fungsi dan perannya yang lengkap, yang dapat dapat memenuhi kebutuhan secara afeksi, emosional dan finansial.

Yusuf (2004, hlm 80) menjelaskan bahwa ciri-ciri keluarga yang mengalami disfungsi itu adalah; (1) ditinggal orang tua karena kematian ; (2) kedua orang tua berpisah; (3) hubungan kedua orang tua tidak baik (*poor marriage*); (4) hubungan orang tua dengan anak tidak baik (*poor parent-child relationship*); (5) suasana rumah tangga yang tegang dan tanpa kehangatan (*high tension and low warmth*); (6) orang tua sibuk dan jarang berada di rumah (*parent's absence*); dan (7) salah satu orang tua atau keduanya memiliki gangguan jiwa atau kelainan (*personality or psychological disorder*).

Kemudian Yusuf (2004, hlm 83) menjelaskan bahwa keadaan keluarga yang tidak harmonis dapat menjadi faktor penentu berkembangnya pribadi remaja yang tidak sehat. Salah satu dampaknya adalah cara adaptasi yang sulit, perilaku agresif dan memungkinkan kenakalan remaja. Adapun menurut Maslow, anak-anak akan memperoleh rasa aman yang cukup apabila mereka dalam ikatan keluarga. Jika ikatan ini lemah, maka anak akan merasa kurang aman, cemas, dan kurang percaya diri, yang pada gilirannya akan mendorong anak mencari kehidupan lain.

Diberitakan pada media online Muna W (dalam Borneo24, 2020) didapati seorang remaja nekat bunuh diri karena kecewa dengan perceraian orangtua menurut pamannya remaja tersebut tak kuat menanggung beban yang dialaminya. Diperkuat oleh pernyataan Esfandyary, dkk (2009, hlm 11) bahwa konflik kedua orang tua akan meningkatkan risiko masalah pribadi pada anak dan remaja. Problem orang tua dapat berdampak pada kondisi anak atau remaja yang

bersifat emosional seperti kecemasan, depresi, rasa takut yang berlebihan, perasaan tidak berdaya, rendahnya perilaku sosial, rendahnya *self esteem* atau keberhargaan pada diri. (Sholichah, 2017, hlm 25).

Selain itu, kondisi lainnya yang di dapat adalah remaja yang kehilangan orangtua karena kematian. Kematian orang tua menjadi peristiwa yang sangat berarti bagi remaja karena dengan demikian keluarganya tidak lagi utuh. Banyak perubahan dan penyesuaian yang terjadi. Pada kondisi ini juga tidak menutup kemungkinan dapat menimbulkan konflik dalam diri remaja (Nuhidayati & Chairani, 2014, hlm 41). Peristiwa kematian orang tua seorang remaja membawa dampak yang signifikan dalam aspek psikologis. Andriessen dkk (2018) menyebutkan bahwa salah satu dampak psikologis yang timbul yaitu stres sampai depresi. Jika hal ini tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu tahap perkembangan remaja selanjutnya sampai timbul gangguan kejiwaan yang bisa terbawa sampai usia dewasa (Christ dkk, 2002).

Keluarga yang mengalami disfungsi memungkinkan berdampak buruk terhadap pribadi individu yang mengembangkan pola hidup atau perilaku buruk. Ketika dewasa individu tersebut kembali menerapkan pola hidup yang disfungsi. Efek negatif jangka panjang terhadap keluarga disfungsi salah satunya adalah rendahnya kemampuan resiliensi pada individu.

Remaja dengan kondisi permasalahan keluarga yang tidak utuh dalam perkembangan kehidupannya sangat penting memiliki kemampuan agar dapat menghadapi kesulitan dari permasalahan yang dihadapi sehingga mengambil makna positif. Kondisi tersebut dapat tercapai dengan adanya kemampuan resiliensi. Dipertegas oleh pernyataan dari Latipun & Moeljono (2001, hlm 35) bahwa kegagalan remaja dalam menyesuaikan diri dengan adanya perubahan merupakan salah satu penyebab masalah perilaku pada remaja. ketika mengalami perubahan dan tekanan dengan cepat individu perlu mengembangkan kemampuan untuk menghadapi tantangan secara seimbang, maka dari itu kebutuhan resilien menjadi salah satu faktor penting.

Resiliensi diakui dapat menentukan gaya berpikir dan keberhasilan remaja dalam membentuk mental yang sehat, berhasil dalam akademik dan sosialnya. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, memiliki daya lenting, bangkit kembali dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit. Individu yang memiliki resiliensi mampu untuk kembali dengan cepat pada kondisi semula (Reivich & Shatte, 2002, hlm 204)

Resiliensi memiliki makna yaitu melompat atau melenting kembali (*Resiliency Center*,

2004). Resiliensi juga merupakan sebuah kekuatan yang memungkinkan individu kuat dalam keterpurukan (VanBreda, 2001, hlm 203). Siebert (2005, hlm 205) resiliensi merupakan kemampuan individu dalam mengatasi perubahan hidupnya dari kondisi yang penuh tekanan menjadi bangkit dari kesusahan, merubah cara hidup ketika cara lama dirasa tidak dapat membantunya mengatasi masalah tanpa menggunakan kekerasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sholichah (2017, hlm 34) menjelaskan bahwa pemahaman remaja tentang problem yang dialami orang tua berdampak pada kondisi internal individu. Bentuk konflik yang dialami individu berupa kecemasan, depresi, namun konflik tersebut dapat dimediasi oleh resiliensi.

Diharapkan individu yang memiliki resiliensi akan mampu lebih cepat kembali ke kondisi semula serta mampu bertahan terhadap stress yang dialaminya, dengan demikian resiliensi pada remaja memainkan peran yang sangat penting dalam melindungi dari situasi yang tidak diinginkan dalam kehidupannya.

Setelah dilakukan identifikasi dan wawancara terhadap kriteria yang sesuai dengan penelitian, maka peneliti melakukan wawancara dan observasi terhadap beberapa siswa. Terdapat kurang lebih 12,5 % siswa dari jumlah siswa kelas X dan XI di SMAN 25 garut mengalami disfungsi pada keluarga khususnya perpisahan orang tua, ditinggal karena kematian. Menurut pengakuan dari peserta didik, bahkan ada yang tidak pernah bertemu ibu atau ayah kandung dari kecil sampai di usia remaja. Kondisi tersebut berpengaruh terhadap perilaku siswa di sekolah. Perilaku yang muncul diantaranya, trauma terhadap lawan jenis sehingga munculnya gejala stres ringan ditandai dengan tremor jika dibentak oleh guru atau teman laki-laki, sulit berkomunikasi dengan orang lain, selalu ingin menjadi pusat perhatian dengan cara melanggar aturan sekolah.

Observasi dan wawancara juga dilakukan kepada guru BK di sekolah, dengan meninjau kehadiran siswa, identitas siswa, buku catatan kasus dan hasil identifikasi dari program yang sedang diluncurkan pemerintah kepada beberapa sekolah yang siswanya mengalami rentan putus sekolah didapat siswa dengan faktor penyebab utama adalah lingkungan keluarga yang tidak utuh

Mengacu pada hasil studi pendahuluan tersebut dipertegas dengan berbagai penelitian empiris, maka diperlukan penelitian tentang layanan bimbingan kelompok untuk mengembangkan resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Remaja awal yang hidup di era modern semakin membutuhkan kemampuan resiliensi untuk menghadapi kehidupan. Apalagi bagi remaja yang memiliki keluarga yang tidak utuh. Sebab keluarga merupakan sumber utama dalam kebutuhan dasar manusia seperti yang disebutkan oleh teori hierarki kebutuhan dari Maslow. Kebutuhan dasar manusia akan cukup jika mereka dalam ikatan keluarga. Apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi akan menyebabkan individu mengalami sakit secara psikologis, yang oleh Maslow dinamakan metapatologi.. bentuk-bentuk metapatologi diantaranya, kehilangan kepercayaan, tidak adil, egosentris, kehilangan semangat hidup, depresi, kasar, mengalami kebingungan, individualitas dan kehilangan rasa diri (Desmita, 2014, hlm 67).

Remaja yang mengalami keluarga yang tidak utuh seperti konflik dengan orang tua dikarenakan bercerai, atau bahkan ditinggal kematian bukanlah hal yang mudah. Sebab mereka memerlukan waktu untuk mencerna, memahami, sampai menerima, serta bangkit kembali dan sadar bahwa hidup harus dijalani kembali dengan cara yang berbeda.

Mengingat pentingnya resiliensi bagi remaja, maka perlu diketahui faktor yang dianggap berperan dalam pengembangan resiliensi. Menurut hasil survei menjelaskan bahwa rendahnya resiliensi berhubungan dengan kerentanan remaja terhadap penggunaan obat terlarang, dan berbagai bentuk kenakalan remaja. Sebuah penelitian dilakukan oleh Skeer Margie dkk, (2009) mengenai penyalahgunaan zat-zat kimia oleh remaja. Penelitian tersebut melibatkan 1421 responden dengan rentang usia 12 sampai 22 tahun yang terlibat dalam *Project of Human Development* di Chicago selama tahun 1994-2001. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa rendahnya resiliensi berkorelasi signifikan dengan risiko penyalahgunaan zat-zat kimia selama masa remaja. Anak-anak yang hidup dalam keluarga dengan tingkat konflik yang lebih tinggi memiliki risiko menjadi pengguna zat-zat kimia pada masa remaja dan dewasanya kelak.

Smith, dkk (2018) menjelaskan bahwa rendahnya resiliensi berdampak pada kesehatan mental sehingga perlu membekali remaja dengan keterampilan memecahkan masalah, membangun dan memelihara hubungan interpersonal serta menetapkan tujuan yang realistis.

Remaja diharapkan dapat memahami bahwa kehidupan tidak pernah lepas dari sebuah kondisi sulit, melalui kondisi ini remaja akan menjadi individu yang lebih matang karena dalam perjalanan hidupnya untuk mencari solusi permasalahan yang dialami. Kondisi seperti ini mengisyaratkan perlu adanya layanan yang dapat memfasilitasi dan membantu peserta didik

agar memperoleh keterampilan dalam memahami permasalahan dan solusi yang dapat dilakukan.

Resiliensi dapat dikembangkan oleh remaja untuk siap menghadapi tekanan dan permasalahan tersebut memerlukan sebuah upaya bantuan. Sebagai bagian integral dalam pendidikan, bimbingan dan konseling memegang peranan penting dalam membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan pribadi yang dapat menghambat perkembangan siswa. Salah satu layanan yang dapat digunakan dalam bimbingan dan konseling adalah bimbingan kelompok. Dalam beberapa penelitian bimbingan kelompok terbukti dapat membantu mengoptimalkan dan meningkatkan atau mengembangkan potensi siswa, seperti yang sudah dilakukan oleh Aini, L. K, & Nursalim, M (2012) bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *exercise* mampu meningkatkan kemampuan interaksi siswa di lingkungan sekolah dari hasil penelitian dapat dijelaskan nilai $p=0,01 < \alpha= 0,05$, maka H_0 ditolak dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *exercise* terhadap peningkatan kemampuan interaksi sosial pada siswa kelas VII SMP swida. W. dkk. (2012) juga menggunakan bimbingan kelompok untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa.

Rusmana menjelaskan bahwa (2008, hlm. 13) bimbingan kelompok adalah sebagai sebuah proses bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang memungkinkan individu untuk berpartisipasi aktif dalam upaya mengembangkan wawasan, keterampilan dan sikap yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah.

Dari kedua penelitian sebelumnya yang sudah menggunakan bimbingan kelompok untuk membantu siswa mengembangkan potensi yang dimilikinya, maka dari itu peneliti akan menggunakan bimbingan kelompok untuk membantu siswa meningkatkan potensi resiliensi diri dengan menggunakan salah satu teknik yang ada dalam bimbingan kelompok yaitu teknik *group exercise*

Teknik *group exercise* dalam bimbingan kelompok dapat menjadi solusi untuk membantu remaja memiliki kemampuan resiliensi (Suprihatin, dkk, 2018). Teknik *group exercise* dapat secara langsung berlatih untuk menciptakan dinamika kelompok yang mana individu dapat saling membantu, menanggapi, terlibat satu sama lain untuk saling memahami perasaan, pikiran dan toleransi dalam suasana kelompok. Pada kegiatan ini merupakan miniatur kecil untuk melatih perkembangan diri individu agar dapat berinteraksi sosial secara efektif.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam pembahasan ini adalah “layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* untuk mengembangkan resiliensi remaja”

Masalah penelitian secara lebih rinci dirumuskan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut :

- 1.2.1 Bagaimana deskripsi gambaran resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi kelas X dan XI di SMAN 25 Garut Tahun ajaran 2021/2022?
- 1.2.2 Bagaimana rumusan program bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* dalam mengembangkan resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi kelas X dan XI di SMAN 25 Garut Tahun ajaran 2021/2022?
- 1.2.3 Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* efektif untuk mengembangkan resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi kelas X dan XI di SMAN 25 Garut Tahun ajaran 2021/2022?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka penelitian ini secara umum bertujuan untuk menghasilkan data empirik tentang temuan mengenai efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* untuk mengembangkan resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi.

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu mengetahui fakta empirik tentang :

- 1.3.1 Gambaran resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi kelas X dan XI di SMAN 25 Garut Tahun ajaran 2021/2022.
- 1.3.2 Rumusan program bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* dalam mengembangkan resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi kelas X dan XI di SMAN 25 Garut Tahun ajaran 2021/2022.
- 1.3.3 Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* untuk mengembangkan resiliensi remaja pada keluarga yang disfungsi kelas X dan XI di SMAN 25 Garut Tahun ajaran 2021/2022

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis, manfaat penelitian adalah mendapatkan rumusan program bimbingan dan konseling untuk mengembangkan resiliensi remaja pada siswa yang mengalami kasus perceraian dan kematian serta strategi bimbingan dan konseling yang tepat di sekolah menengah atas.

1.4.2 **Manfaat Praktis**

Secara praktis, bagi pelaksanaan bimbingan dan konseling penelitian menghasilkan alternatif bimbingan bagi guru BK dalam mengembangkan resiliensi peserta didik di sekolah menengah atas. Manfaat bagi peneliti lain, mendapatkan ide dan gagasan mengenai pengembangan program dan layanan untuk mengembangkan resiliensi peserta didik.

1.5 **Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan penelitian memberikan gambaran mengenai urutan penulisan dan keterkaitan antara bab satu dengan bab lainnya, yang disusun dalam lima bab.

Bab I Pendahuluan mencakup latar belakang masalah, identifikasi dan ruusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan penelitian.

Bab II Kajian Pustaka mencakup uraian konsep utama dan teori-teori dalam bidang yang dikaji, penelitian terdahulu, kerangka pemikiran.

Bab III Metode Penelitian mencakup pembahasan secara berurutan tentang pendekatan dan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, instrument penelitian, validitas dan reliabilitas, prosedur penelitian dan analisis data.

Bab IV Hasil penelitian mencakup hasil penelitian dan pembahasan yang akan menjadi jawaban dari permasalahan pada penelitian ini.

Bab V Kesimpulan dan Rekomendasi yang diberikan oleh peneliti terhadap hasil temuan.