

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I berisikan tentang deskripsi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur dari organisasi penelitian yang akan dilakukan.

1.1 Latar Belakang

Fase remaja adalah masa transisi yang berada di antara fase anak-anak dan fase dewasa. Fase ini ditandai dengan pertumbuhan serta perkembangan psikologis dan biologis. Dari segi biologis ditandai dengan perkembangan serta pertumbuhan seks primer & sekunder, sedangkan di ranah psikologis ditandai dengan perasaan negatif, keinginan dan emosi yang tidak pasti atau berubah-ubah (Farid, 2016). Menurut Hurlock (1990) fase remaja dibagi menjadi dua, yaitu fase remaja awal dan akhir. Fase remaja awal berada di antara usia 13-17 tahun, sedangkan fase remaja akhir berada di antara usia 17-18 tahun.

Fase remaja sering disebut dengan fase *storm and stress*, di mana individu mengalami gejolak dan merasakan konflik serta suasana hati yang berubah (Arnett, 2006, Payne, 2012). Selain itu, tugas perkembangan remaja memberikan tekanan kepada individu untuk mengubah pola pikir serta pola tindak, maka dari itu remaja memerlukan kemandirian sebagai modal dasar untuk berkembang. Dalam prosesnya mencapai kemandirian, remaja dihadapkan dengan berbagai hambatan umum, seperti masih diperlakukan layaknya anak-anak, tuntutan transisi peran dari anak-anak menuju dewasa, masih bergantung kepada orang lain khususnya kepada orang tua dalam jangka waktu yang terlalu lama, dan lambatnya proses menuju kematangan yang mengakibatkan individu belum mampu untuk mencapai tugas-tugas perkembangan yang ada (Kemala, 2007).

Perkembangan masa remaja baiknya didukung oleh berbagai faktor, namun sebagian remaja mempunyai masa lampau yang dapat merugikan perkembangan mereka, salah satunya adalah individu yang tertimpa sebuah bencana (Suwarjo, 2008). Bencana terbagi menjadi dua, yaitu bencana yang diakibatkan oleh manusia seperti perang, kecelakaan, dan perseteruan, atau bencana yang difaktori

oleh alam seperti gempa bumi, kekeringan, banjir, kebakaran, gunung meletus, dan tsunami (Priyadi, 2009). Semakin ganas, luas, dahsyat, tragis, dan kompleks sebuah bencana, maka dampak psikologis yang dialami oleh korban akan semakin tinggi pula (Ratih, 2007). Ifdil (2012) mengatakan bahwa dampak lain dari bencana alam seperti gempa dan tsunami juga menyebabkan guncangan psikologis, trauma, stres dan depresi yang kemudian dapat mempengaruhi keadaan psikososial para terdampak bencana. Selain itu, Diaz, Murthy, & Lakshminarayana (2006) menyatakan bahwa pasca bencana dapat mengakibatkan gangguan pada kesehatan mental berupa gangguan depresi (*depression*), rasa gelisah (*anxiety*), *stress* serta *somatization*.

Orang-orang yang terdampak bencana alam mengalami berbagai gangguan negatif dari apa yang dialaminya. Namun di sisi lain menurut Sales (2005) menyatakan bahwa orang-orang yang terdampak bencana alam harus segera kembali bangkit dari luka yang dialami serta segera kembali mengendalikan kehidupan dan masa depan mereka. Keberhasilan upaya ini akan berkaitan secara langsung dengan kapasitas dan kemampuan korban untuk mengembalikan struktur dan organisasi sosialnya seperti semula. Kemampuan untuk kebal, bertahan, bangkit, dan kemudian beradaptasi pada kondisi yang kurang menyenangkan disebut dengan resiliensi (Reivich & Shatte, 2002. hlm. 23).

Resiliensi merupakan sebuah kemampuan yang ada dalam diri individu yang berguna untuk menyikapi, merespon, dan mengatasi berbagai keadaan atau kondisi yang tidak dapat dihindari, tidak menyenangkan, dan menjadikan kondisi-kondisi tersebut sebagai modal untuk memperkuat diri sendiri sehingga individu dapat mengubah kondisi-kondisi-kondisi tersebut menjadi sebuah kondisi yang mampu dihadapi (Suwarjo, 2008). Dari berbagai pengalaman yang telah dialami individu baik itu keberhasilan atau kegagalan dalam menghadapi berbagai kondisi yang sulit, seseorang terus belajar dan terus berkembang sehingga ia dapat mengubah berbagai situasi yang sulit, menekan, dan kurang menyenangkan menjadi sebuah situasi yang wajar dan dapat diatasi. Oleh karena itu resiliensi dianggap sebagai sebuah kemampuan individu yang tumbuh dan berkembang melalui proses perjalanan belajar individu.

Resiliensi adalah sebuah konsep yang menarik karena dapat memberikan

jawaban yang berbeda mengapa orang dapat putus asa ketika menghadapi masa-masa sulit, sementara di sisi lain resiliensi dapat menjadikan hal tersebut menjadi sebuah keuntungan bagi mereka. Resiliensi itu sendiri dipandang sebagai salah satu modal utama supaya individu dapat memiliki kesehatan mental yang positif (Neenan, 2009). Hal tersebut tak terlepas dari dari konsep resiliensi itu sendiri yang merupakan perpaduan antara kemampuan sosioemosional dan kognitif. Gref (2005) secara implisit menyatakan bahwa *“resiliensi merupakan sebuah keadaan dimana kita mengetahui apa yang seharusnya dilakukan, ketika kita tidak mengetahui apa yang seharusnya dilakukan”*. Dari ungkapan tersebut mengartikan bahwa resiliensi adalah sebuah kondisi di mana kita memiliki sebuah ketahanan ketika menghadapi kondisi yang sulit. Selain itu resiliensi juga bukan hanya kapasitas untuk bertahan dalam situasi yang sulit, namun juga kapasitas yang membantu individu kembali bangkit dari kondisi tersebut.

Resiliensi sangat penting pada diri individu terlebih pada masa atau fase sulit yang individu alami dalam kehidupan. Di berbagai kondisi tertentu ketika tragedi bencana tidak dapat dihindari, individu yang mempunyai kemampuan resiliensi yang baik akan mampu mengatasi bermacam-macam permasalahan yang datang menggunakan cara mereka sendiri (Reivich & Shatte, 2002: Kumiya, 2007). Meskipun dalam kondisi sulit, orang yang memiliki tingkat resiliensi yang baik akan dapat mengambil keputusan dengan sigap. Ketika seseorang memiliki resiliensi yang baik, kondisi tersebut akan menjadikan permasalahan menjadi tantangan, kegagalan menjadi keberhasilan, rasa tidak berdaya menjadi kekuatan dan tenaga, korban menjadi survivor, dan menjadikan survivor terus berkembang. Penelitian telah membuktikan bahwasanya resiliensi merupakan kunci keberhasilan dari berbagai kehidupan. Resiliensi dapat mempengaruhi bagaimana kondisi seseorang baik di sekolah, pekerjaan, kesehatan fisik, mental, serta kualitas interaksi sosialnya dengan lingkungannya (Reivich, 2002. hlm. 13).

Berbagai studi telah dilakukan untuk mengetahui mengapa beberapa individu lebih memiliki kapasitas resiliensi yang baik daripada yang lain dalam menghadapi kesulitan hidup. Holaday (1997) menyatakan bahwa resiliensi memiliki dua faktor yaitu yang berasal dari internal dan eksternal, seperti kecerdasan individu, sumber daya psikologis, serta dukungan dari lingkungan

sosial. Senada dengan hal ini, berdasarkan identifikasi yang dilakukan oleh Wolkow dan Ferguson (2001) menyatakan ada berbagai faktor baik dalam diri setiap individu, keluarga, serta lingkungan sosialnya. Lebih khusus lagi, individu yang memiliki *self esteem* yang cenderung tinggi, kemudian memiliki orientasi sosial yang baik, ikatan keluarga yang akrab, dan dukungan tambahan dari orang lain di luar lingkungan sosialnya cenderung akan lebih baik dalam menghadapi kesulitan jika dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami hal tersebut di masa kecil dan atau dewasa.

Tingkat resiliensi yang rendah kerap menjadi sebuah permasalahan yang dialami oleh para penyintas atau terdampak bencana alam. Kemampuan resiliensi yang rendah mengakibatkan remaja terdampak tsunami sulit untuk bangkit dari berbagai dampak dari tsunami seperti guncangan psikologis, trauma, stres dan depresi, rasa gelisah (*anxiety*), *stress* serta *somatization*. Hal ini diperkuat dengan temuan data di lapangan yang diperoleh melalui hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 16 Pandeglang. Dari wawancara tersebut diperoleh fakta bahwa masih banyak remaja terdampak tsunami yang belum benar-benar sembuh dari trauma yang diakibatkan oleh bencana yang dialami. Hal ini menunjukkan bahwa remaja terdampak tsunami di kabupaten Pandeglang memiliki tingkat resiliensi rendah.

Fenomena rendahnya tingkat resiliensi yang dimiliki oleh siswa atau peserta didik terdampak tsunami tidak bisa dibiarkan begitu saja. Apabila fenomena ini terus dibiarkan begitu saja, maka tak menutup kemungkinan hal ini akan membuat para remaja terdampak tsunami menjadi rentan dan akan mengalami penghambatan dalam perkembangan peserta didik. Terlebih resiliensi merupakan aspek penting bagi individu atau remaja terdampak tsunami dalam perkembangannya yang mana apabila individu memiliki resiliensi yang rendah maka dapat mengakibatkan peningkatan gangguan mental seperti sulit berkonsentrasi, tidak merasa puas dengan apa yang dijalani, sulit mengambil keputusan serta sulit menyelesaikan masalah yang dihadapi. Maka dari itu penelitian ini penting dan perlu dilakukan jika ditinjau untuk kemaslahatan dan kebermanfaatannya bersama tentang resiliensi remaja terdampak tsunami.

Sekolah adalah sebuah lingkungan yang sangat strategis untuk membangun

dan mengembangkan resiliensi siswa. Prihastuti (2011) menyatakan bahwa ada beberapa aspek penting yang perlu diperhatikan dan dilakukan oleh para pendidik dalam mengembangkan dan membangun resiliensi peserta didik, yaitu berikan peserta didik perhatian serta bimbingan, tetapkan serta komunikasikan tujuan yang tinggi tapi realistis untuk dicapai sehingga dapat menjadi motivasi yang efektif, dan berikan wadah untuk keaktifan serta sikap positif dari peserta didik.

Salah satu strategi mengembangkan resiliensi peserta didik di sekolah adalah melalui layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Bimbingan dan konseling sendiri memiliki peran membantu peserta didik/konseli untuk mencapai perkembangan yang optimal serta kemandirian, sehingga peserta didik/konseli dapat mencapai kebahagiaan dan juga kesejahteraan hidup (Kemendikbud, 2016). Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari penyelenggaraan pendidikan dapat memberikan pelayanan kepada peserta didik. Dalam proses pemberian layanan, konselor memiliki peranan yang vital dikarenakan bimbingan dan konseling adalah upaya pedagogis untuk mengatasi masalah siswa secara khusus. Seperti yang diketahui umum, tak jarang permasalahan yang ada di lapangan terlepas dari perhatian serta pengamatan para ahli pendidikan. Hal ini disebabkan belum ditemukannya sumber permasalahan yang terjadi, sedangkan di sisi lain kebutuhan akan layanan bimbingan di sekolah berbeda dengan kebutuhan siswa dan masalah perkembangan yang dihadapinya. Yusuf dan Nurihsan (2006) menyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling adalah sebuah layanan yang dirancang dengan tujuan membantu individu mencapai potensi yang optimal. Berdasarkan permasalahan yang ada di lapangan, maka dari itu rancangan program bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk meningkatkan resiliensi peserta didik perlu dibuat.

Berbagai teori dan pendekatan konseling atau psikoterapi terus berkembang mengikuti perkembangan dan pertumbuhan zaman, mulai dari behavior, humanistik, kognitif, sampai *cybernetic*. Dari sekian banyaknya teori dan pendekatan, *bibliocounseling* merupakan salah satu pendekatan yang banyak digunakan untuk meningkatkan resiliensi. Pendekatan *bibliocounseling* memanfaatkan kandungan dan intisari dari informasi serta pengetahuan yang ada

dalam berbagai jenis sumber bacaan dengan tujuan membantu konseli menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dan mengoptimalkan potensi yang dimilikinya (Hariyadi, Sugiharto, Sutoyo, 2014). *Bibliocounseling* memanfaatkan kemampuan berpikir rasional konseli supaya dia dapat menjadi seseorang yang proaktif dalam mengatasi kesulitan hidup dan peristiwa negatif yang terjadi di hidupnya (Eem, 2014). Kemampuan berpikir rasional diartikan sebagai pola berpikir yang dilandasi pengetahuan, jelas, dan luwes yang dapat membantu menggapai tujuan hidup dan juga dapat meningkatkan resiliensi.

Bibliocounseling memiliki efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh individu. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Munawaroh & Sofyan (2019) yang mendapatkan hasil bahwa layanan pendekatan *bibliocounseling* dapat secara signifikan meningkatkan kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh individu. Pendapat tersebut juga didukung oleh Rohmiyati (2019) yang menyatakan bahwa *bibliocounseling* dapat membuat klien/konseli merasa lebih baik dan termotivasi kembali untuk berdamai dengan dirinya sendiri dan menyelesaikan tanggung jawab yang dimilikinya. Hal ini tidak terlepas dari kelebihan dan keunggulan dari *bibliocounseling* jika dibandingkan dengan pendekatan dan teknik lainnya. Adapun kelebihan yang dimaksud adalah *bibliocounseling* merupakan teknik non-direktif yang tidak secara langsung menyinggung permasalahan yang dimiliki oleh individu. Hal tersebut membuat turunya kemungkinan kembalinya trauma dan ingatan kurang menyenangkan yang dimiliki konseli/klien khususnya individu terdampak bencana alam seperti tsunami.

Penelitian ini akan mengukur tingkat resiliensi siswa terdampak tsunami di SMA Negeri 16 Pandeglang, yang kemudian dapat dijadikan landasan dalam merancang layanan responsif berdasarkan profil resiliensi remaja yang efektif agar remaja terdampak tsunami mampu mencapai perkembangan yang optimal dan menuju ke arah yang positif.

1.2 Rumusan Masalah

Fase remaja yang dikenal sebagai masa badai dan topan. Fase ini ditandai dengan adanya gejolak dalam diri individu, konflik yang terjadi dalam dirinya

sendiri ketika ia menghadapi masa transisi yang dijalani. Untuk mencapai perkembangan yang optimal, individu memerlukan dukungan dari berbagai faktor. Namun nyatanya sebagian remaja mempunyai masa lampau yang dapat merugikan dan menghambat perkembangan mereka, salah satunya adalah individu yang tertimpa sebuah bencana alam. Bencana alam seperti gempa dan tsunami dapat menyebabkan guncangan psikologis, trauma, stres dan depresi yang kemudian dapat mempengaruhi keadaan psikososial para terdampak bencana. Semakin besar bencana yang terjadi, maka semakin besar pula dampak negatif yang diberikan.

Menurut Wilkinson (2012) selama 40 tahun terakhir berbagai upaya telah dilakukan oleh lembaga kedokteran dan psikologi untuk membantu individu kembali bangkit dari trauma dan gangguan stres yang tinggi. Dalam penelitian tersebut juga menemukan sebuah fakta bahwa gangguan seperti trauma dan stres terjadi karena rendahnya tingkat kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh individu. Resiliensi sendiri dianggap sebagai sebuah modal utama individu untuk bangkit dan kembali seperti kondisi semula setelah berbagai kondisi sulit yang dialaminya (Reivich, 2002).

Untuk mencapai pendidikan yang efektif, para pendidik hendaknya memperhatikan kondisi psikologis dari para peserta didik, terlebih bagi para peserta didik yang mengalami hambatan khusus seperti bencana alam. Salah satu cara yang bisa dilakukan oleh para pendidik untuk mengoptimalkan dan membantu perkembangan peserta didik adalah melalui layanan bimbingan dan konseling.

Bibliocounseling merupakan salah satu teknik pendekatan dalam layanan bimbingan dan konseling. *Bibliocounseling* memanfaatkan kandungan dan intisari dari informasi serta pengetahuan yang ada dalam berbagai jenis literatur dengan tujuan membantu konseli menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dan mengoptimalkan potensi yang dimilikinya. *Bibliocounseling* banyak digunakan dalam upaya meningkatkan resiliensi. Hal ini tak luput dari efektivitasnya dalam meningkatkan resiliensi pada individu (Sholih, Rochani, Khairun, dan Al Hakim, 2015).

Berdasarkan hasil identifikasi permasalahan, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana kecenderungan resiliensi siswa terdampak tsunami di SMA Negeri 16 Pandeglang?
- 1.2.2 Bagaimana rancangan layanan responsif berbasis *bibliocounseling* untuk meningkatkan resiliensi siswa terdampak tsunami di SMA Negeri 16 Pandeglang?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui bagaimana gambaran umum dari resiliensi siswa terdampak tsunami di SMA Negeri 16 Pandeglang dan merancang program layanan untuk meningkatkan resiliensinya. Dari sana dapat dijadikan landasan dalam merancang program layanan responsif berdasarkan profil resiliensi remaja yang efektif, agar remaja terdampak tsunami mampu mencapai perkembangan yang optimal dan menuju ke arah yang positif.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Manfaat hasil dari penelitian ini mampu memberikan kontribusi dalam pengembangan bidang keilmuan bimbingan dan konseling khususnya dalam meningkatkan resiliensi pada remaja terdampak tsunami.

1.4.2 Praktis

a. Bagi guru BK/Konselor

Penelitian ini bisa menjadi acuan untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling yang mengacu pada profil resiliensi yang dimiliki peserta didik.

b. Bagi Badan Nasional Penanggulangan Bencana

Penelitian ini dapat dijadikan pembaharuan data tentang bagaimana resiliensi siswa terdampak tsunami di daerah rawan bencana di sekitar SMA Negeri 16 Pandeglang.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau juga pembanding di penelitian selanjutnya terkait topik tsunami, resiliensi, dan *bibliocounseling*.

Ferry Gunawan, 2022

RANCANGAN LAYANAN BIBLIOCOUNSELING UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA TERDAMPAK TSUNAMI DI SMA NEGERI 16 PANDEGLANG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi dari penelitian ini terdiri dari 5 bab dengan beberapa subbab di dalamnya. Bab I berisikan uraian pendahuluan, kemudian dilanjutkan dengan subbab rumusan permasalahan, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta yang terakhir adalah subbab struktur organisasi skripsi. Kajian teoritis dan juga konsep dasar tentang resiliensi dan *bibliocounseling*, serta temuan dari penelitian terdahulu yang berkaitan dan relevan dengan topik resiliensi dan *bibliocounseling* tertuang di Bab II. Metode penelitian tertuang dan dibahas secara terperinci di Bab III. Adapun rincian dari Bab III terdiri dari desain penelitian, populasi, sampel, pengembangan instrumen, pengumpulan data, teknik analisis data, tahap penelitian, dan pengembangan program layanan *bibliocounseling* untuk meningkatkan resiliensi siswa terdampak tsunami di SMA Negeri 16 Pandeglang. Adapun Bab IV berisikan bahasan dari hasil temuan di lapangan selama penelitian. Hasil temuan tersebut diolah dan kemudian dianalisis dan hasil analisis tersebut dipaparkan dan dijelaskan di Bab ini. Bab V atau penutup berisikan tentang kesimpulan, saran serta rekomendasi dari penelitian yang telah dilakukan.