

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini merupakan pendahuluan dari penelitian yang memaparkan latar belakang, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian serta struktur organisasi tesis.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pada dasarnya manusia menghendaki kehidupan yang bahagia dan sejahtera. Pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia pada alinea ke-3 menyatakan bahwa salah satu tujuan pembentukan negara ini adalah untuk memajukan kesejahteraan umum. Adapun kesejahteraan secara spesifik mencakup dimensi emosional/psikologis, sosial, fisiologis, okupasional, intelektual, spiritual (Roscoe, 2009; Strout & Howard, 2012).

Dalam konteks pendidikan, tujuan tersebut diupayakan dengan agenda Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) yang didasari oleh Peraturan Presiden Nomor 87 Tahun 2017 pasal 2 poin c, yaitu merevitalisasi dan memperkuat potensi dan kompetensi peserta didik. Pelaksanaan dari program tersebut tentunya menjadi tanggung jawab seluruh personil sekolah. Bimbingan dan konseling sebagai salah satu elemen penting dari pendidikan memiliki tanggung jawab atas pengembangan potensi peserta didik. Tujuan dari layanan bimbingan dan konseling berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 111 Tahun 2014 adalah konseli dapat: (1) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karier, serta kehidupannya di masa yang akan datang; (2) mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin; (3) menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, masyarakat dan kerjanya; (4) mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, dan masyarakat maupun kerja. Seluruh tujuan tersebut berkaitan dan dapat diupayakan melalui upaya peningkatan kesejahteraan psikologis.

Rafi Fauzan Al Baqi, 2023

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TERAPI REALITAS UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA

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

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) (2005), akses ke layanan psikologis bagi anak dan remaja bervariasi di berbagai negara, mulai dari 20% hingga 80%. Di negara mana pun pemberian layanan tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan populasi. Lebih dari dua pertiga dari semua negara tidak memiliki program layanan anak dan remaja yang serius. Mayoritas negara di luar Amerika dan Eropa tidak memiliki sistem layanan psikologis anak dan remaja. Kurangnya akses bagi anak-anak dan remaja kepada layanan psikologis disebabkan oleh hal-hal berikut: (a) tidak adanya kesehatan mental pada agenda kesehatan masyarakat; (b) kurangnya kebijakan yang mewajibkan pemberian layanan; (c) pendanaan pemerintah yang tidak memadai atau tidak ada; (d) kurangnya integrasi dalam perawatan primer; (e) sumber daya manusia yang tidak memadai karena kurangnya tenaga profesional yang berkualitas, termasuk psikolog sekolah (Jimerson et al., 2008); (f) pelatihan yang tidak memadai untuk profesional; (g) kurangnya kepemimpinan dalam layanan psikologis; (h) kurangnya kesadaran di kalangan profesional dan masyarakat umum; dan (i) stigma yang terkait dengan masalah di kalangan profesional dan masyarakat umum yang mungkin menimbulkan hambatan.

Di negara-negara berkembang, layanan psikologis yang mencakup kesehatan mental dan kesejahteraan biasanya hanya tersedia di rumah sakit atau fasilitas penahanan, sedangkan untuk masyarakat lainnya masih kurang, termasuk di ranah pendidikan. Kesenjangan ini menyebabkan kegagalan dan hambatan perkembangan anak dan remaja (World Health Organization, 2005). Kelangkaan tersebut disebabkan oleh masih ada pandangan tradisional dari pendidik (guru dan orang tua) menganggap bahwa hal yang paling penting dari bersekolah adalah kegiatan belajar dan prestasi akademik. Padahal, riset menunjukkan bahwa perkembangan individu dan kesejahteraan psikologis siswa memiliki efek signifikan terhadap performa akademik (Dix et al., 2012). Penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik meraih nilai akademik yang lebih besar (Howell, 2009) dan mencatat absensi yang lebih rendah (Suldo et al., 2011). Data-data tersebut mengisyaratkan pentingnya memperhatikan

kesejahteraan psikologis sebagai bagian dari upaya meraih kinerja dan prestasi akademik yang cemerlang.

Dalam kaitannya dengan ranah afektif dan emosional, intervensi kesejahteraan psikologis di sekolah berpengaruh positif terhadap berbagai hal, seperti mencegah dan mengurangi gejala kecemasan (Neil & Christensen, 2009) dan depresi (Brunwasser et al., 2009). Kesejahteraan psikologis juga berpengaruh terhadap aspek sosial seperti mengembangkan hubungan positif siswa dengan guru, orang tua dan teman (Nielsen, Meilstrup, Nelausen, Koushede, & Holstein, 2015; Milatz et al., 2015).

Beberapa penelitian lainnya menunjukkan bahwa ada hubungan antara unsur-unsur yang ada di sekolah dengan kesejahteraan psikologis siswa, seperti antara siswa dengan pembelajaran akademik (Linnenbrink & Pintrich, 2002), dengan budaya sekolah (Way et al., 2007), dan dengan teman sekelas serta guru (Hawker & Boulton, 2000; Chu, Saucier, & Hafner, 2010). Eksperimen lainnya telah dilakukan oleh Yeager et al., (2014) yang meneliti bagaimana tujuan dalam hidup dapat berakibat pada pengaturan diri di sekolah. Mereka menyimpulkan bahwa mengembangkan hubungan interpersonal dan perilaku yang bertujuan berakibat baik pada performa di dalam kelas. Dalam kata lain, memberi siswa dasar alasan moral dan orientasi pada nilai eudaemonisme untuk belajar dapat meningkatkan resiliensi mereka untuk belajar sekalipun dalam kondisi yang membosankan, sehingga mereka memperoleh pengetahuan. Dengan begitu, jelas bahwa kesejahteraan psikologis berhubungan dengan aspek akademik.

Penelitian kesejahteraan psikologis pada latar pendidikan sangat penting dan berkaitan dengan perkembangan individu, yang mana tidak bisa terjadi dalam keadaan terisolasi, melainkan perlu adanya keterlibatan dalam ruang sosial. Sosialisasi memiliki pengaruh besar pada perkembangan yang sehat (Bronfenbrenner, 1977). Merasa terhubung dan didukung oleh keluarga dan orang-orang di sekolah sangat penting bagi kesejahteraan psikologis remaja (Stewart, et.al., 2004).

Karena siswa banyak menghabiskan waktunya di sekolah, maka penelitian yang melibatkan intervensi terhadap kesejahteraan psikologis di sekolah adalah suatu hal yang logis (Chodkiewicz & Boyle, 2016). Terlebih lagi di pondok pesantren, di mana para siswa tinggal menetap sehari-hari dan hanya pulang pada kesempatan tertentu saja. Adapun di lokasi penelitian ini dilakukan, libur perpulangan untuk santri dilaksanakan setiap satu semester satu kali.

Dewasa ini, sekolah harus dipahami bukan hanya menjadi tempat yang ideal untuk menyelenggarakan proses pendidikan dan pembelajaran, melainkan juga latar yang strategis untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis siswa (Gillham et al., 2007). Peningkatan kesejahteraan psikologis di lingkungan sekolah merupakan usaha yang strategis dalam mengembangkan realisasi diri dan fungsi optimal dari para siswa. Ryff & Singer (2008) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh faktor sosial termasuk lingkungan hidup, termasuk lingkungan pendidikan ditemukan memiliki korelasi positif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis (Keyes et al., 2002). Oleh karenanya, sekolah dan pondok pesantren perlu didorong untuk menjadi lingkungan yang mendukung terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Penting bagi guru bimbingan dan konseling khususnya, untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis anak dan remaja di sekolah dengan melakukan kajian ilmiah untuk kemudian menawarkan saran yang dapat memfasilitasi intervensi yang bertujuan mengembangkan kesejahteraan psikologis di sekolah (Deci & Ryan, 2008).

Sekolah yang memiliki orientasi terhadap pemahaman kebutuhan siswa serta pengembangan potensinya harus memiliki program layanan peningkatan kesejahteraan psikologis. Upaya ini dapat membantu sekolah untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang apa yang terjadi dengan siswa dan untuk lebih sadar akan masalah sehari-hari dan dinamika mereka (John, et.al., 2011).

Banyaknya penelitian tentang kesejahteraan psikologis berbasis sekolah menunjukkan bahwa hal ini semakin dianggap sebagai bagian penting dan tidak bisa diabaikan dalam praktik pendidikan. Dalam 20 tahun terakhir telah dilakukan banyak studi dan pengembangan program berbasis sekolah dengan hasil yang

efektif (Barry et al., 2019). Oleh karenanya, penelitian ini sangat realistis untuk dilakukan.

Penelitian tentang kesejahteraan psikologis memiliki banyak pertemuan aspek dengan kesehatan mental. Secara historis, penelitian kesehatan mental cenderung berfokus pada disfungsi psikologis, alih-alih mempelajari lebih banyak aspek positif dari fungsi manusia. Perspektif ini terkesan agak membatasi, karena definisi kesehatan mental sebagai tidak adanya penyakit mengabaikan kapasitas manusia, yang perlu untuk menjadi sejahtera (Ryff & Singer, 1996). Kondisi psikologis yang baik tidak cukup didefinisikan sebagai tidak adanya pengalaman negatif, tetapi sebagai pengalaman hidup sepenuhnya, dan berhasil mengelola tantangan dan kesulitan yang muncul (Ryff & Singer, 2003). Atas dasar itu, penting untuk memperkaya konsep kesejahteraan psikologis dengan konsep kapasitas fungsional. Kepuasan dengan kehidupan dianggap terkait erat dengan kemampuan mengambil keputusan dan memilih di antara berbagai pilihan, mengekspresikan diri berdasarkan kecenderungan, keinginan, tujuan, dan aspirasi mereka (Ryff & Singer, 1998). Oleh karenanya penelitian ini memilih istilah kesejahteraan psikologis ketimbang kesehatan mental untuk menunjukkan konotasi dan perspektif yang positif dalam pengembangan potensi individu.

Hidalgo et al. (2010) merekomendasikan penelitian longitudinal dan eksperimental mengenai kesejahteraan psikologis. Dengan cara ini, kita dapat bergerak lebih dekat ke faktor-faktor penyebab kesejahteraan, ke faktor-faktor prognostik dan juga untuk memverifikasi efektivitas berbagai intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Berdasarkan rekomendasi ini peneliti mencoba untuk menguji efikasi bimbingan kelompok dengan terapi realitas sebagai upaya peningkatan kesejahteraan psikologis siswa sebagai salah satu dari tujuan penelitian ini.

Studi pendahuluan telah peneliti lakukan di Pondok Pesantren Al-Basyariyah dengan cara wawancara kepada direktur pesantren, beberapa guru dan siswa perihal ketersediaan layanan bimbingan dan konseling. Pada kenyataannya mereka belum memiliki program layanan bimbingan dan konseling yang

terstruktur. Bimbingan bagi para siswa masih dilakukan secara tradisional dan tidak terstruktur di bawah naungan bagian pengasuhan. Sedangkan perhatian terhadap kondisi psikologis dan berbagai aspeknya belum tersedia. Terbukti dengan adanya siswa yang mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah.

Penelitian pendahuluan juga telah dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan Instrumen Kesejahteraan Psikologis yang dikembangkan berdasarkan Teori Kesejahteraan Psikologis dengan aliran eudaemonisme (Ryff & Singer, 1996). Sebanyak 114 siswa kelas 5 terlibat sebagai responden. Setelah data yang terhimpun diolah, diketahui sebanyak 92 orang atau 81% mengalami kondisi yang sejahtera secara psikologis, sedangkan sebanyak 22 orang atau 19% lainnya mengalami kondisi yang tidak sejahtera. Jika melihat perbandingan dari angka di atas, maka tidak salah apabila penelitian di lokasi ini tidak mendesak. Namun, bila mengacu pada asas “*no one left behind*”, maka ini menjadi penting dan harus dilakukan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian pendahuluan ini, peneliti melihat adanya kebutuhan dan urgensi untuk dilakukannya penelitian ini. Kondisi aktual tersebut bersinggungan dengan kondisi ideal yang seharusnya dimiliki oleh para siswa. Individu yang sejahtera dan tidak sejahtera secara psikologis memiliki ciri-ciri sebagai berikut.

Tabel 1.1 Ciri-ciri Individu dengan Skor Rendah dan Tinggi pada Setiap Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Penerimaan diri	
Skor Tinggi	Mampu mengenali dan menerima berbagai aspek diri, termasuk kualitas baik dan buruknya, bersikap positif kepada diri sendiri, serta dapat melihat masa lalu dengan perasaan positif.
Skor Rendah	Merasa tidak puas dengan diri mereka sendiri, tidak menerima masa lalunya, prihatin dengan beberapa kualitas pribadi mereka dan ingin berubah.

Kemandirian	
Skor Tinggi	
	Dapat mengarahkan diri sendiri dan mandiri, mampu melawan tekanan sosial dan bertindak dengan mengatur perilaku mereka dari kerangka penilaian internal. Orang-orang ini mengevaluasi diri sesuai dengan standar pribadi.
Skor Rendah	
	Terlalu mepedulikan ekspektasi orang lain, bergantung pada penilaian orang lain sebelum membuat keputusan penting, dan pemikiran serta tindakan mereka dipengaruhi oleh tekanan sosial
Hubungan Positif dengan Orang Lain	
Skor Tinggi	
	Mampu bersikap hangat terhadap orang lain, dapat mempercayai orang lain, peduli tentang kesejahteraan orang lain, mampu berempati, serta memahami konsep hubungan kesalingan dan timbal balik dalam hubungan manusia.
Skor Rendah	
	Tidak mampu memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, tidak bisa saling percaya, sulit untuk bersikap hangat dan terbuka, serta merasa iri dan dengki terhadap kesejahteraan orang lain.
Penguasaan Lingkungan	
Skor Tinggi	
	Memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola lingkungan, mengendalikan berbagai kegiatan eksternal yang rumit, memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif; mampu memilih atau membuat konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi.
Skor Rendah	
	Kesulitan dalam mengelola urusan sehari-hari, merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, tidak menyadari peluang di sekitarnya, dan kurang memiliki kendali atas dunia luar
Tujuan Hidup	
Skor Tinggi	
	Merasa bahwa masa lalu dan masa kini dalam kehidupan mereka memiliki makna, mereka memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup mereka dan memiliki tujuan serta alasan untuk hidup.

Skor Rendah
Tidak memiliki makna, tujuan dan arah hidup, tidak dapat memaknai kehidupan secara positif, dan tidak menjalankan hidup yang bermakna.
Pertumbuhan Diri
Skor Tinggi
Memiliki dorongan untuk terus berkembang, terbuka untuk mencoba pengalaman baru, senang mempelajari hal baru, merasa ingin mengembangkan potensi mereka, dapat melihat peningkatan dalam diri mereka dari waktu ke waktu.
Skor Rendah
Tidak memiliki dorongan untuk berkembang, cenderung stagnan, tanpa peningkatan atau perkembangan selama periode waktu tertentu, mereka merasa bosan dan kurang tertarik pada kehidupan, tidak mampu mengembangkan sikap atau perilaku baru.

(Ryff & Keyes, 1995a)

Strategi bimbingan kelompok dipilih sesuai dengan tujuan umumnya yakni mencegah timbulnya masalah dan mengembangkan potensi individu (Romlah, 2006). Kelompok merupakan sesuatu yang tidak terpisahkan dengan kehidupan dan perkembangan manusia. Manusia berkelompok di lingkungan keluarga, pertemanan, pendidikan, tempat tinggal, dan pekerjaan. Atas dasar ini, bimbingan kelompok adalah komponen yang penting dari program bimbingan dan konseling perkembangan komprehensif. Selain itu, pendekatan kelompok memiliki keuntungan lainnya; a) memungkinkan konselor untuk melayani sejumlah besar siswa ketimbang melalui pendekatan individu, b) efisien dari segi waktu dan biaya, c) memberikan pengalaman yang nyata kepada siswa dengan rasa memiliki, keterhubungan dan kesempatan belajar dari orang lain, 4) memungkinkan siswa untuk saling membantu, meniru, dan berlatih keterampilan (Beesley & Frey, 2011), dan 5) konseli dapat merasa lebih nyaman bersama-sama teman sebayanya dan lebih terbuka untuk berkomunikasi dengan orang dewasa (Fibkins, 2014).

Dalam memberikan layanan bagi konseli, seorang konselor profesional bekerja atas dasar teori ilmiah. Adanya suatu teori dalam praktik bimbingan dan konseling menjadi kerangka berpikir dan bekerja di seluruh proses layanan,

memberikan penjelasan konseptual seputar diri konseli, kebutuhannya, masalah dan gejalanya, serta menjadi pedoman dalam merumuskan tindakan intervensi (Levitt et al., 2015). Penelitian ini memilih terapi realitas/teori pilihan untuk digunakan dalam intervensi melihat penerimaan yang baik dari para pendidik di sekolah terhadap Glasser dan gagasannya ini. Mereka telah menerapkan ide-ide terapi realitas di sekolah dengan terorganisir. Pengalaman ini kemudian ditulis oleh Glasser dalam sebuah karya eksklusif yang berjudul *School without Failure* pada tahun 1969. Buku tersebut telah berdampak besar terhadap budaya sekolah dan pendekatan pendidikan. Saat ini ada sekitar 25 sekolah di seluruh dunia telah memenuhi syarat sebagai *Glasser Quality Schools* dan menyusun program sekolah mereka menggunakan teori pilihan dan terapi realitas (Wubbolding & Brickell, 2017).

Berdasarkan latar belakang masalah ini penelitian ini ditujukan untuk mengetahui profil kesejahteraan psikologis siswa di Pesantren Al-Basyariyah, menyusun program layanan dan menguji efikasi bimbingan kelompok dengan terapi realitas untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di Pesantren Al-Basyariyah.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan psikologis individu yang pada kondisi terbaiknya ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologis secara positif dalam proses mencapai aktualisasi diri yang optimal. Kesejahteraan psikologis tidak hanya terbebasnya seseorang dari gangguan mental, melainkan suatu kondisi di mana seseorang memiliki kapabilitas untuk menerima diri sendiri saat ini dan masa lalunya (*self-acceptance*), menentukan perbuatannya sendiri (*autonomy*), menjalin hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relations with others*), mengatur hidupnya dan lingkungannya (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), dan mengembangkan dirinya (*self-growth*).

Sejumlah penelitian telah mencoba berbagai model intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, di antaranya: *well-being therapy* (Fava & Tomba, 2009), *wellness counseling* (Ashfiani, 2022), *art therapy* (Sweeney, 2009),

wisdom therapy (Linden, 2014), *hypnosis* (Guse, 2014), *physical exercise* (Mandolesi et al., 2018; Scully, 1998). Dari berbagai metode tersebut, peneliti mencoba pendekatan dan teknik yang lain, yakni terapi realitas sebagai teknik intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di Pesantren Al-Basyariyah.

Bimbingan kelompok dengan terapi realitas dipilih sebagai pendekatan dan teknik intervensi pada penelitian ini. Bimbingan kelompok menurut Rusmana (2019) memiliki tujuan untuk memperbaiki kehidupan orang yang dibimbing, yaitu dalam hal mengatur kehidupan sendiri, mengembangkan atau memperluas pandangan, menetapkan pilihan, mengambil keputusan, memikul beban kehidupan, menyesuaikan diri, dan mengembangkan kemampuan. Bimbingan kelompok juga dilaksanakan dengan prinsip demokrasi, artinya solusi dikembangkan sendiri oleh konseli. Tujuan dan prinsip bimbingan kelompok tersebut sesuai dengan karakteristik terapi realitas yang berasumsi bahwa individu memiliki kendali penuh atas dirinya sendiri dan memiliki kebebasan untuk memilih tindakannya.

Terapi realitas telah teruji secara aplikatif dan efektif di sekolah. Di Amerika, terapi ini direkomendasikan untuk menunjang pelaksanaan *The ASCA National Model* di sekolah. Yakni kurikulum bimbingan yang diatur oleh pemerintah yang di dalamnya terdiri dari tiga bidang, yaitu: pribadi/sosial, akademik dan karier. Untuk mewujudkan bimbingan dan konseling serta konselor yang efektif, sekolah-sekolah bahkan direkomendasikan untuk memiliki dan membekali para guru dengan buku karya Glasser, penggagas terapi realitas, yang berjudul *The Quality School* (Glasser, 1990) dan *The Quality School Teacher* (Glasser, 1993) (Mason & Duba, 2009).

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dapat disebutkan rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana profil kesejahteraan psikologis siswa kelas 5 Tahun Pelajaran 2022-2023 di Pesantren Al-Basyariyah?
2. Bagaimana program bimbingan kelompok dengan terapi realitas untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa?

3. Bagaimana efikasi bimbingan kelompok dengan terapi realitas untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan formulasi program bimbingan kelompok dengan terapi realitas yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Sebelum mencapai tujuan tersebut, secara khusus dan prosedural penelitian ini ditujukan untuk menemukan beberapa hal berikut ini.

1. Mendeskripsikan profil kesejahteraan psikologis siswa kelas 5 Tahun Pelajaran 2022-2023 di Pesantren Al-Basyariyah.
2. Mengembangkan program layanan bimbingan kelompok dengan terapi realitas untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.
3. Menguji efikasi bimbingan kelompok dengan terapi realitas untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kajian dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling. Khususnya dalam tema kesejahteraan psikologis, terapi realitas dan bimbingan kelompok.

Sedangkan secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat; 1) menjadi opsi intervensi bagi guru bimbingan dan konseling dan konselor dalam upaya peningkatan kesejahteraan psikologis siswa, dan 2) menjadi bahan pertimbangan dalam penetapan kebijakan pendidikan yang berorientasi pada kesejahteraan psikologis peserta didik.

Kern & Wehmeyer (2021) menyebutkan bahwa evaluasi kesejahteraan psikologis pada sektor pendidikan dapat memberikan banyak kegunaan, di antaranya:

1. Membantu untuk mengetahui dan memahami tingkat kesejahteraan di sekolah.
2. Membantu untuk mengetahui variabel lain yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, seperti iklim sekolah, perhatian terhadap kesejahteraan psikologis, pendekatan pendidikan dan lain sebagainya.

3. Meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesejahteraan psikologis dan kebutuhan untuk memeliharanya.
4. Menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan program sekolah secara umum maupun intervensi untuk seluruh siswa maupun untuk individual.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Penelitian ini disusun dalam bentuk karya tulis ilmiah tesis yang terdiri dari lima bab sebagaimana berikut.

Bab I merupakan pendahuluan yang berisi; 1) latar belakang penelitian, 2) identifikasi dan rumusan masalah, 3) tujuan penelitian, 4) manfaat penelitian, dan 5) struktur organisasi tesis.

Bab II berisi kajian pustaka tentang 1) kesejahteraan psikologis yang meliputi definisinya, dimensi-dimensi, landasan filosofis dan teoretisnya, serta faktor-faktor yang memengaruhinya, 2) bimbingan kelompok yang meliputi definisi, tujuan, fungsi, komponen dan tahap-tahapnya, 3) terapi realitas yang mencakup definisi, sejarah singkat, konsep dasar dan asumsi terhadap manusia, tujuan, ciri-ciri dan teknik terapi realitas, 4) penelitian terdahulu yang relevan, serta 5) bimbingan kelompok dengan terapi realitas sebagai pendekatan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Bab III membahas tentang metode penelitian yang meliputi 1) pendekatan dan desain penelitian, 2) lokasi penelitian, 3) p dan sampel penelitian, 4) definisi operasional variabel, 5) teknik pengumpulan data, 6) instrumen penelitian, 7) teknik analisis data, dan 6) pengembangan program layanan.

Bab IV adalah temuan dan pembahasan yang berisi 1) temuan hasil penelitian berupa profil kesejahteraan psikologis siswa, 2) program layanan bimbingan kelompok dengan terapi realitas untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, 3) hasil uji efikasi layanan, 4) pembahasan temuan hasil penelitian, dan 5) keterbatasan penelitian.

Bab V adalah penutupan yang berisi 1) simpulan dari hasil penelitian, 2) rekomendasi bagi praktisi bimbingan dan konseling dan peneliti selanjutnya.