

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi corona virus disease (COVID-19) merupakan krisis kesehatan yang terjadi di seluruh dunia, berbagai sektor terdampak akan adanya pandemi ini termasuk sektor pendidikan. Akibat dampak tersebut kebijakan yang diambil oleh banyak Negara termasuk Indonesia adalah dengan membatasi seluruh aktivitas pendidikan yang akhirnya membuat pemerintah dan lembaga terkait harus menghadirkan alternatif proses pendidikan bagi siswa maupun mahasiswa yang tidak bisa melaksanakan proses pendidikan pada lembaga pendidikan (Purwanto, dkk. 2020). Untuk mengurangi penyebaran covid-19, kebijakan pemerintah meminta untuk semua siswa maupun mahasiswa melakukan pembelajaran dari rumah. Hal ini sesuai dengan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia terkait surat edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran covid-19.

Umumnya kegiatan pembelajaran dilakukan secara langsung di dalam suatu ruang kelas, dimana pendidik dan siswa berinteraksi secara langsung. Namun sejak terjadi pandemi COVID-19 pembelajaran dilakukan dirumah secara daring. Tepatnya pada tanggal 2 Maret 2020, kasus pertama COVID-19 terdeteksi di Indonesia. Dilansir dari website resmi kemendikbud menjelaskan bahwa berdasarkan surat edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam rangka pencegahan Penyebaran Corona Virus Desease (COVID-19). Melalui video *conference* siswa dan guru dapat melakukan proses pembelajaran dengan tatap muka dan berkomunikasi. Selain itu siswa juga bisa mendapatkan materi dari

guru dengan mengunduh dalam suatu aplikasi tertentu dan mengirimkan tugas yang diberikan melalui internet.

Meskipun pembelajaran daring saat ini menjadi solusi di masa pandemi COVID-19, namun juga memiliki kendala dan kekurangan dalam pelaksanaannya. Bagi siswa, selama pandemi ini aktivitas yang dapat dilakukan tidaklah banyak. Social distancing mengakibatkan hampir semua kegiatan dilakukan dirumah, mulai dari bekerja di rumah, belajar di rumah dan bahkan bermainpun di rumah. Jika kondisi pandemi ini terus berkepanjangan, maka kemungkinan akan muncul permasalahan-permasalahan baru dan lebih kompleks dalam dunia pendidikan. Terkhusus pada pendidikan siswa smp, dimana anak-anak remaja yang mau beralih ke dewasa merupakan individu yang masih perlu adanya eksplorasi dari berbagai lingkup. Seperti halnya lingkup sosial yang berupa lingkungan sekolah maupun masyarakat sekitar.

Secara ideal, dalam proses pembelajaran dimanapun itu baik siswa SD, SMP, maupun SMA diharapkan mampu memiliki kualitas ilmu dan konsep diri positif. Akan tetapi ada beberapa siswa tidak mencerminkan hal tersebut. Hal ini diketahui peneliti saat mengikuti PLP 1 dari beberapa fenomena yang terlihat ketika pembelajaran daring. Tidak siap materi yang akan dipelajari, tidak mengerjakan tugas, dan sering membolos dalam pembelajaran. Tentu saja hal ini didasari oleh beberapa faktor, dengan salah satunya siswa memiliki konsep diri negatif. Konsep diri merupakan aspek yang penting dalam diri seseorang, karena konsep diri merupakan kerangka acuan (frame of reference) dalam berinteraksi dengan lingkungan. Tingkah laku individu yang ditampilkan di lingkungan berpengaruh kuat terhadap konsep diri, karena dengan mengetahui konsep diri akan lebih mudah untuk meramalkan dan memahami perilaku individu (Fitts, 1991)

Surya (2007) juga menjelaskan konsep diri adalah gambaran, cara pandang, keyakinan, pemikiran, dan perasaan terhadap apa yang dimiliki individu tentang dirinya sendiri meliputi kemampuan,

karakter, sikap, perasaan, penampilan dan tujuan hidup yang dimiliki. Konsep diri remaja berubah dalam struktur, menjadi lebih berbeda dan terorganisir. Remaja lebih cenderung menggunakan karakterisasi diri yang kompleks, abstrak dan psikologis. Faktor penting dalam menangani tantangan ini adalah diri yang mempunyai konsep diri positif dan dukungan sosial yang tinggi. Tingkah laku individu bergantung pada kualitas konsep dirinya, yaitu konsep diri positif atau konsep diri yang negatif.

Khususnya siswa SMP dimana pada masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Remaja dengan konsep diri positif dianggap untuk mencapai prestasi akademik tinggi yang akan memberikan identitas mereka di masyarakat, mendapatkan peluang karir yang baik, mendapatkan penerimaan dari rekan, orang tua dan guru, mengembangkan kualitas kepemimpinan, dan meningkatkan keterampilan hidup, mampu mengontrol emosi, dan lain sebagainya. Senada dengan hal tersebut Santrock (2011) menjelaskan bahwa remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia dengan ciri, manusia tersebut sering mengalami masa krisis identitas dan ambigu. Hal yang demikian menyebabkan remaja menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku, kegoyahan emosional dan sensitif, terlalu cepat dan gegabah untuk mengambil tindakan yang ekstrim. Dari sifat remaja yang mudah mengalami kegoyahan emosional dan gegabah tersebut menyebabkan remaja tidak mudah untuk mempertahankan emosinya yang positif sehingga sebagian besar individu yang masuk pada tahap perkembangan remaja sering menunjukkan perilaku agresif baik kepada teman, orang tua maupun kepada orang lain.

Siswa yang memiliki konsep diri negatif akan senantiasa memandang dan meyakini bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, tidak menarik, tidak disukai, serta pemikiran-pemikiran negatif lainnya dalam memandang dirinya sendiri. Siswa yang memiliki konsep diri negatif

akan mudah menyerah dan berputus asa ketika menemukan sedikit kendala dalam setiap proses, akan selalu dibayang-bayangi rasa takut gagal. Sama halnya dengan kondisi pandemi covid-19 saat ini, siswa mulai bosan dengan metode pembelajaran daring, belum lagi ada kendala signal atau pulsa. Lalu menganggap dirinya tidak berdaya, tidak bisa melakukan aktivitas yang biasanya dia lakukan seperti eskul basket, voli, sepak bola, dan lain-lain. Belum lagi pemikiran-pemikiran negatif atau overthinking terhadap wabah covid-19 ini. Jika kondisi berkelanjutan dengan rentan waktu yang lama tentu saja akan berdampak pada psikologis, siswa akan cenderung muram, cemas, stress, depresi, dan bahkan mungkin bunuh diri.

Menurut survei yang diadakan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) terhadap lebih dari 3.200 anak SD hingga SMA pada Juli 2020 lalu, sebanyak 13% responden mengalami gejala-gejala yang mengarah pada gangguan depresi ringan hingga berat selama masa "kenormalan baru". Data yang diambil dengan survei pada anak-anak di 34 provinsi itu juga menunjukkan presentasi anak perempuan, dengan gejala-gejala yang mengarah pada gangguan depresi, lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki. Hasil survei itu juga menunjukkan bahwa semakin bertambahnya usia responden, kemungkinan mengalami gejala depresi semakin tinggi. Sebanyak 93% yang menunjukkan gejala depresi berada pada rentang 14-18 tahun, sementara 7% di rentang usia 10-13 tahun. (cnnindonesia.com)

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat sejumlah kasus kematian yang diduga terkait dengan depresi anak selama pembelajaran jarak jauh. Pada November tahun 2020, KPAI mencatat ada seorang siswa kelas 12 di sebuah sekolah di Kabupaten Tangerang, yang dirawat di salah satu rumah sakit, lalu dirujuk ke RSJ Grogol, Jakarta Barat, karena diduga mengalami depresi. Menurut pernyataan KPAI, keluarga menduga anak itu depresi karena banyaknya tugas belajar daring selama pandemi Covid-19. KPAI juga mencatat seorang siswi di Gowa, Sulawesi Selatan, dan

seorang siswa MTs di Tarakan, Kalimantan Utara, yang bunuh diri karena diduga depresi selama pembelajaran jarak jauh. Namun, kemudian pihak sekolah membantah tugas menjadi alasan anak itu bunuh diri. Dinas Pendidikan Provinsi Sulawesi Selatan pun turun tangan. Hasil penyelidikan sementara yang dilakukan pihak Dinas Pendidikan mengungkap bahwa ada dugaan motif asmara terkait penyebab siswinya menenggak racun serangga dan bukan akibat beban tugas daring dan keterbatasan internet. (Kompas.com)

Komisioner KPAI bidang pendidikan, Retno Listyarti, mengatakan bahwa faktor bunuh diri seorang anak "tidak pernah tunggal". Pada kondisi pandemi covid-19 seperti ini, ketika belajar di rumah, anak-anak dibatasi secara sosial, padahal sebagai anak mereka perlu untuk bermain dan belajar. Kondisi itu, yang diperparah faktor lain, seperti ketidakmampuan anak mengikuti pelajaran, hingga kondisi ekonomi keluarga yang sulit karena pandemi Covid-19, membuat beberapa anak mencari pelarian. Bagi yang mampu, mereka bisa saja mencari pelarian ke game-game, hal yang disebut Retno bisa berujung pada 'kecanduan'. Sementara, ada anak yang mengambil jalan untuk menyakiti diri sendiri, yakni dengan melakukan bunuh diri.

Dari permasalahan-permasalahan yang dihadapi siswa antara lain tidak mampu beradaptasi terhadap situasi atau keadaan yang baru, hal ini terkait dengan sosial distancing yang di sebabkan karena adanya wabah covid-19, sosial distancing dimaksudkan untuk jaga jarak dan diperintahkan untuk diam dirumah saja, membuat siswa merasa jenuh dan bosan karena melakukan pembelajaran daring. Daring yang dilakukan secara terus menerus selama masa pandemi ini membuat siswa mempunyai banyak keluhan. Siswa mengungkapkan keluhan saat belajar daring, diantaranya: penggunaan kuota membengkak sehingga membutuhkan biaya yang cukup besar dengan perekomian yang tidak mendukung, penjelasan materi yang singkat, tugas menumpuk sehingga merasa tertekan dan terbebani dengan tugas-tugas, merasa kurang leluasa saat bertanya,

adanya kuis/ulangan dadakan dengan waktu yang sangat singkat, merasa kurang efektif saat pembelajaran daring.

Dengan demikian bagi remaja (siswa SMP) untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan akan terasa sulit menerima keadaan, lingkungan serta orang-orang disekitar tidak mendukung sehingga siswa yang tidak memiliki konsep diri yang baik. Pemahaman dan penilaian positif terhadap diri sendiri dibutuhkan setiap siswa agar siswa mampu mengerti dan melakukan apa yang diharapkan oleh lingkungan, sehingga memudahkannya untuk menyesuaikan dengan tuntutan lingkungan. Siswa dengan konsep diri negatif adalah siswa yang mempunyai pandangan negatif terhadap dirinya, dan lingkungan. Dukungan sosial yang dirasakan oleh siswa ketika harus berhadapan dengan situasi ini, dapat memberikan rasa tenang dengan pola pikir sehat, ketenangan hati, dan penerimaan diri, fasilitas yang mendukung (Handphone, laptop, kuota, suasana) yang dapat membantu siswa merasa tenang saat pembelajaran dalam jaringan berlangsung. Hanya saja tidak semua siswa memiliki konsep diri positif dan tidak semua siswa beruntung mendapatkan dukungan sosial dengan perekonomian dan suasana baik dari teman, maupun keluarga, dan lingkungan sekitar.

Menurut Calhoun dan Acocella (1995) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi konsep diri yaitu Pertama, orang tua. Orang tua mengajarkan bagaimana menilai diri sendiri dan orang tua yang lebih banyak membentuk kerangka dasar untuk konsep diri anaknya. Apa yang dikomunikasikan oleh orang tua pada anak akan lebih menamcap dari pada informasi lain yang diterima sepanjang hidupnya. Begitu juga dengan fasilitas yang diberikan orang tua kepada anak akan sangat menunjang konsep diri yang akan dibentuk, misalnya dengan orang tua mampu memberikan (handphone/laptop/komputer) dan kuota internet yang cukup, maka akan sangat membantu dalam proses pembelajarannya. Kedua, teman sebaya, penerimaan dari kelompok teman sebaya sangat dibutuhkan setelah mendapat cinta dan pengakuan dari orang lain dalam

mempengaruhi konsep diri. Jika penerimaan ini tidak datang, dibentak, dan dijauhi maka konsep diri akan terganggu. Siswa tersebut akan merasa terkucilkan dan merasa tak berharga hingga mempengaruhi konsep diri yang dimilikinya. di Kegita, masyarakat. Individu tidak terlalu mementingkan kelahiran mereka, tetapi masyarakat menganggap penting fakta-fakta yang ada pada seorang anak, seperti siapa bapaknya, ras dan lain-lain. Akhirnya penilaian ini sampai kepada anak dan masuk ke dalam konsep diri. Dalam masyarakat, memberikan harapan-harapan kepada anak dan melaksanakan harapan tersebut. Jadi orang tua, teman sebaya dan masyarakat memberitahu kita bagaimana mengidentifikasi diri kita sendiri sehingga hal ini berpengaruh terhadap konsep diri yang dimiliki seorang siswa.

Dari penjelasan di atas, penting bagi guru-guru bimbingan konseling di sekolah untuk aktif memantau dan memberi layanan bimbingan dan konseling, seperti konseling individu, konseling kelompok, bimbingan klasikal, dan lain sebagainya terhadap kesehatan mental dan konsep diri siswa selama pandemi. Dalam jangka panjang, anak dan remaja bisa kehilangan keahlian-keahlian bersosialisasi karena sudah hampir beberapa tahun belajar di rumah. Sangat berkemungkinan bertambahnya kasus siswa depresi ataupun bunuh diri. Dari fenomena tersebut diketahui bahwa kondisi pandemi covid-19 menjadikan beberapa siswa memiliki konsep diri negatif. Konsep diri negatif ini perlu untuk dirubah menjadi konsep diri positif.

Sebagai upaya untuk meningkatkan konsep diri siswa tentunya dibutuhkan peran seorang konselor, peran konselor sangat diperlukan sebagai penunjang proses belajar dan penyesuaian diri siswa, yang dalam melaksanakan tugasnya diperlukan adanya sikap profesional dari konselor (Putra & Jamal, 2020). Dalam membantu siswa, konselor menggunakan berbagai layanan bimbingan dan konseling baik layanan individu maupun kelompok, yang dalam prosesnya menggunakan pendekatan bimbingan dan konseling. Dalam

penelitian ini peneliti menggunakan layanan konseling individu pendekatan realita sebagai solusi untuk meningkatkan konsep diri siswa pada situasi pandemi covid-19. Konseling individu sendiri menurut (Yusuf, dkk 2016), konseling individu adalah hubungan yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli, yang mana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli yang sebagai orang normal untuk dibantu dalam mengetahui dirinya sendiri, situasi yang dihadapi dan masa depan, sehingga konseli dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial dan lebih lanjut konseli akan belajar mengenai bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.

Pendekatan realita yang menganggap bahwa realistik untuk tumbuh dalam rangka memuaskan kebutuhan harus dilandasi oleh prinsip 3 R, (*Right, Responsibility, Reality*). Menurut Latipun (2006) konseling realita adalah pendekatan yang berdasarkan pada anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya; kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah dan berbeda dengan orang lain. Secara umum tujuan konseling *Reality Therapy* sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan *Success identity*, untuk itu dia harus bertanggung jawab memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya. Wubbolding (2015) mengembangkan formula WDEP, yang sering dikenal sebagai strategi untuk membantu konseli mencapai perubahan dengan pilihan-pilihan baru. Wubbolding (2015) menggunakan akronim WDEP dari *Wants* (keinginan), *Direction* (Arahan), *Evaluation* (penilaian), dan *Planning* (perencanaan). Peneliti memilih pendekatan konseling realitas dengan teknik WDEP untuk membantu siswa mengatasi konsep diri negatif karena pendekatan konseling realitas tidak berfokus pada masa lalu namun berfokus pada masa sekarang dan mudah dipahami siswa. Dengan begitu dapat membantu dalam mengarahkan siswa menerima kenyataan dan

kondisi yang dialami seperti pada situasi pandemi covid-19 ini, mengarahkan siswa untuk mampu bertanggung jawab atas pikiran dan perilaku yang akan dilakukannya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, alasan peneliti memilih konseling realita dalam meningkatkan konsep diri ialah karena konseling realita bertumpu pada pandangan tingkah laku manusia yang berasal dari diri individu dan bukan kekuatan dari luar. Maka dari itu dengan memperbaiki diri terlebih dahulu akan mempermudah proses peningkatan konsep dirinya. Hal tersebut yang melatar belakangi peneliti melakukan penelitian tentang “efektivitas konseling realita untuk meningkatkan konsep diri siswa Mts Roudlotul Banat Sidoarjo pada situasi pandemi covid-19” untuk mengetahui sejauh mana konsep diri siswa pada situasi pandemi seperti ini dan seberapa efektifkah konseling realita dalam meningkatkan konsep diri siswa saat situasi pandemi covid -19.

B. Ruang lingkup dan pembatasan masalah

Agar pembahasan tidak meluas maka ruang lingkup penelitian ini akan mengkaji tentang “Efektivitas Konseling Realita Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Mts Roudlotul Banat Sidoarjo Pada Situasi Pandemi Covid-19”. Berdasarkan aspek konsep diri yang meliputi fisiologis, psikologis, psikososial, psiko-etika dan moral. Dalam penelitian ini menerapkan konseling individu pendekatan realita dengan prosedur WDEP yang terdiri dari *Want* (keinginan), *Do/doing* (lakukan), *Evaluating* (evaluasi), *Planning* (perencanaan). Mengingat penelitian ini dilakukan pada saat pandemi covid-19 maka dalam hal ini peneliti lebih memfokuskan kepada siswa yang memiliki karakteristik konsep diri negatif yang peka terhadap kritik, bersikap responsif terhadap pujian, hiperkritis, cenderung merasa tidak disukai orang lain, dan pesimis. Penelitian ini ditujukan pada siswa remaja khususnya siswa SMP pada tahun ajaran 2021-2022.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah konseling realita efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa Mts Roudlotul Banat Sidoarjo pada situasi pandemi covid-19?”

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling realita untuk meningkatkan konsep diri siswa Mts Roudlotul Banat Sidoarjo pada situasi pandemi covid-19.

E. Definisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yakni konseling realita sebagai variabel bebas dan konsep diri sebagai variabel terikat. Variabel tersebut diuraikan dalam definisi operasional variabel sebagai berikut:

1. Variabel bebas

Konseling realita merupakan upaya pemberian bantuan kepada konseli untuk mengentaskan permasalahan yang dihadapi konseli sesuai dengan kondisi realita yang ada. Sedangkan prosedur WDEP yang terdiri dari *Want* (keinginan), *Do/doing* (lakukan), *Evaluating* (evaluasi), *Planning* (perencanaan). Melalui penggunaan teknik WDEP ini, konselor mengajak konseli untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya konsep dirinya sendiri yang sangat berpengaruh dalam kehidupan.

2. Variabel terikat

Konsep diri adalah pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang meliputi aspek fisiologis, psikologis, psikososologis, psiko-etika dan moral. Gambaran konsep diri berasal dari interaksi antara diri sendiri maupun dengan orang lain (lingkungan sosialnya).

F. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi guru BK di sekolah, Prodi BK, dan peneliti yang diuraikan sebagai berikut.

1. Bagi guru BK, hasil penelitian ini dapat memberikan referensi khususnya efektivitas penerapan strategi koneling realita dalam layanan konseling individual, sehingga dapat memberikan manfaat dalam upaya peningkatan layanan bimbingan dan konseling kepada para siswa serta upaya pengembangan program BK di sekolah.
2. Bagi Prodi BK, hasil penelitian ini dapat menambah referensi perkuliahan mata kuliah konseling yang wajib ditempuh oleh mahasiswa untuk meningkatkan penguasaan kompetensi konsep dan praksis bimbingan dan konseling, sehingga lulusan program studi BK di tanah air lebih berkualitas.
3. Bagi peneliti, hasil penelitian ini memberikan pengalaman praksis dalam bidang penelitian bimbingan dan konseling, yang kelak dapat ditingkatkan melalui berbagai kegiatan pengembangan profesionalitas.