

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Resiliensi menurut Olson dan Defrain merupakan kompetensi yang paling tepat dalam menyikapi beratnya tantangan hidup. Hal ini senada dengan pernyataan Masten Reivich, Shatte, dkk menyatakan bahwa resiliensi memegang peran kunci dalam mencapai perkembangan manusia yang sehat secara mental (Hendriani, 2018). Pernyataan tersebut bermakna bahwa reiliensi merupakan ketahanan yang dimiliki individu dari ancaman, tekanan maupun kesulitan dalam menghadapi sesuatu yang tidak menguntungkan. Resiliensi sangat penting dimiliki siswa di masa transisi pandemi *Corona Virus Disace 2019 (Covid-19)* ini, karena ketika siswa menghadapi kegiatan seperti belajar dan aktivitas akademik, siswa dapat mampu untuk memiliki ketahanan yang tinggi, mampu menghadapi kondisi sulit dan berusaha menjalankan proses belajar akademiknya dengan optimal. Resiliensi ini disebut dengan resiliensi akademik.

Hal ini dialami oleh remaja saat ini yang sedang menghadapi masa transisi pembelajaran daring ke pembelajaran tatap muka atau luring akibat dari fenomena *Corona Virus Disace 2019 (Covid-19)*. Kebiasaan pada saat melaksanakan pembelajaran secara daring ke pembelajaran luring, tentu saja siswa harus beradaptasi dengan kebiasaan pembelajaran tatap muka di sekolah dan harus mampu menyesuaikan kembali suasana belajar di dalam kelas. Sebuah proses adaptasi memerlukan adanya ketahanan yang cukup agar cepat menyesuaikan dengan lingkungannya, salah satunya memiliki keterampilan dalam beradaptasi di lingkungan baru. Mencapai keberhasilan prestasi bagi siswa merupakan hal yang tidak mudah, karena untuk memperoleh prestasi yang baik membutuhkan kemampuan penyesuaian diri dalam situasi belajar. Kemampuan siswa

dalam beradaptasi dari keadaan sulit seperti mencapai prestasi disebut dengan istilah resiliensi akademik.

Menurut Rinkin dan Hoopman (Hendriani, 2018) resiliensi akademik adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit dan berhasil dalam kesulitan yang dialaminya, serta dapat mengembangkan keterampilan sosial, akademik dan keterampilan untuk terlepas dari tekanan yang dihadapinya. Siswa yang memiliki resiliensi akademik tinggi cenderung tidak akan mudah putus asa dalam menghadapi kesulitan akademik. Sebaliknya jika siswa yang memiliki resiliensi akademik rendah siswa akan merasa pesimis, berpikir negatif dan tidak mampu menyelesaikan masalahnya. Siswa yang memiliki kemampuan resiliensi akademik tinggi memiliki sikap optimis dalam menghadapi kesulitan akademik. Siswa tetap menunjukkan pikiran positif walaupun dalam kondisi sulit dalam akademiknya. Sebaliknya, siswa yang memiliki resiliensi akademik rendah menunjukkan sikap pesimis dalam menghadapi kendala akademiknya dan cenderung berpikir negatif pada kondisi sulit.

Resiliensi akademik merupakan resiliensi dalam proses belajar dibidang akademik yang mencerminkan kekuatan seseorang untuk bangkit dari situasi sulit dalam aktivitas akademik. Alasan pentingnya seorang pelajar memiliki resiliensi akademik yang baik agar mereka bisa bertahan di dalam tekanan tuntutan akademik dan bisa melewati tantangan seperti bisa menyelesaikan tugas dengan baik, mengumpulkan tugas sesuai dengan deadline yang telah ditentukan dan nantinya bisa menciptakan hasil belajar yang optimal.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan masih banyak ditemukan siswa yang memiliki resiliensi akademik rendah salah satunya di SMA Hang Tuah 1 Surabaya. Fenomena lapangan yang terjadi di SMA Hang Tuah 1 Surabaya menunjukkan siswa memiliki resiliensi akademik rendah melalui wawancara salah satu guru bimbingan dan

konseling terdapat siswa yang menghindari permasalahan dengan cara melakukan hal-hal yang negatif seperti menghindari tugas yang diberikan guru, tidak masuk kelas, mengumpulkan tugas tidak sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, kadang-kadang tidak menguasai materi setelah pelajaran selesai, mengeluh terlalu banyak tugas, memiliki emosi yang tidak stabil, mudah tersinggung pada sesama teman dan tidak tertarik dengan penjelasan yang diberikan oleh guru.

Kondisi yang seharusnya terjadi yakni siswa mampu memiliki resiliensi akademik sehingga dapat memiliki sikap optimis dalam menghadapi kesulitan akademik, dapat menunjukkan pikiran yang positif, mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik. Siswa mampu menghadapi masalah akademik, beradaptasi secara positif dengan kondisi yang tidak menyenangkan, serta dapat mengubah kesulitan menjadi kesempatan atau tantangan untuk menjadi lebih kuat. Penelitian yang telah dibahas oleh peneliti terdahulu untuk mengetahui efektivitas teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok terhadap resiliensi akademik siswa. Telah dibuktikan dengan beberapa kajian sebelumnya seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ilmi & Purwoko, 2016) bahwa bimbingan kelompok teknik bermain peran secara signifikan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Mojowarno Jombang dikarenakan kegiatan bimbingan kelompok teknik bermain peran yang diberikan kepada siswa bermanfaat untuk meningkatkan motivasi belajar mereka. Mereka bisa mengetahui pentingnya memiliki motivasi belajar, membuat rencana belajar, dan memahami bahwa kesempatan itu penting untuk diambil dengan memanfaatkan keterampilan dan keahlian yang dimiliki dari kegiatan bimbingan kelompok bermain peran.

Sama halnya dengan penelitian yang sudah dikaji oleh (Puspitasari & Menanti, 2020) bahwa bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap resiliensi akademik pada siswa penggemar k-pop kelas VIII SMP

Negeri 39 Medan karena disebabkan oleh faktor individual yaitu kemampuan kognisi yang baik, konsep diri yang positif tentang dirinya, kemampuan menjalin relasi yang baik dengan orang lain, kemampuan memecahkan permasalahan yang dihadapi, kemampuan mengontrol dorongan-dorongan dari dalam diri, dan kemampuan untuk tidak menyalahkan diri sendiri. Individu yang resilien, memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi dan tingkah laku dalam menghadapi masalah. Selain faktor individu, faktor keluarga dan komunitas juga turut berperan dalam menciptakan siswa yang resiliensi.

Berbagai bentuk resiliensi akademik dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek-aspek yang tidak diketahui oleh siswa. Aspek-aspek menurut (Reivich, K., & Shatte, 2002) adalah (1) *Emotion Regulation* (Pengaturan Emosi), (2) *Impuls Control* (Pengendalian diri), (3) *Optimist* (Optimis), (4) *Causal Analysis* (Analisis Penyebab Masalah), (5) *Empathy* (Empati), (6) *Self Efficacy* (Efikasi Diri), dan (7) *Reaching out* (Pencapaian). Berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte sesuai dengan kondisi yang ada di sekolah dapat membantu individu dalam membentuk resiliensi pada dirinya. Individu yang memiliki resiliensi akan mudah untuk menyesuaikan diri di lingkungannya dan mencapai keberhasilan dalam akademiknya.

Keadaan ini tidak dapat dibiarkan terus-menerus. Apabila hal tersebut tidak segera ditindak lanjuti akan ada dampak negatif yang akan muncul. Berkaitan dengan permasalahan siswa yang memiliki resiliensi akademik rendah perlu adanya layanan bimbingan dan konseling untuk teknnmeningkatkan resiliensi akademik siswa. Salah satu layanan yang dipandang dapat meningkatkan resiliensi akademik siswa adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan bimbingan konseling di sekolah yang dapat memberikan kontribusi pada siswa dalam memecahkan masalah yang dihadapinya baik yang berhubungan dengan pribadi, sosial, belajar dan

karier. Menurut (Nurihsan, 2016) Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok, dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Kegiatan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sejumlah individu dalam bentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik tertentu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam berbagai bidang bimbingan yakni bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Layanan ini dapat menjadi salah satu cara untuk membantu siswa dalam meningkatkan resiliensi akademik.

Teknik bermain peran atau *role playing* merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok. *Role playing* atau bermain peran adalah salah satu teknik dalam pendekatan kelompok yang dapat diterapkan dalam psikoterapi atau konseling. Satu hal yang membedakan *role playing* dengan pendekatan kelompok yang bersifat intruksional adalah adanya unsur drama. Anggota kelompok tidak hanya berdiskusi ataupun membicarakan masalahnya di kelompok, tetapi mereka juga menindaki apa yang dipermasalahan tersebut. Mereka dapat mengungkapkannya dalam suatu drama yang disutradarai oleh pemimpin kelompok (Johana E. Prawitasari, 2011). Bermain peran memberi kesempatan orang untuk berubah sesuai dengan apa yang dimilikinya sebelumnya. Drama yang sebetulnya merupakan kehidupannya sendiri, seseorang diminta untuk memerankan peran yang tidak biasa ia mainkan, ia akan mempunyai pengertian baru ketika memerankan peran tersebut (Johana E. Prawitasari, 2011). Hal ini menggambarkan bahwa individu akan menggunakan spontanitasnya dalam peran yang dimainkannya. Kreativitasnya akan membimbingnya mengerti apa yang sedang dihadapinya. Melalui pemanasan ia akan menyadari

apa yang dipikirkan dan dirasakan baik secara psikis maupun fisik.

Solusi yang ditawarkan oleh penulis untuk membantu permasalahan siswa saat ini adalah menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa. Siswa diberi pemahaman mengenai resiliensi akademik dan pentingnya memiliki resiliensi akademik dengan berdiskusi dan juga menindaki apa yang dipermasalahkan dengan mengungkapkan permasalahan melalui penokohon unsur drama dalam teknik bermain peran.

Hal ini menjadikan peneliti sebagai alasan untuk membantu siswa dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa dengan memberikan tindakan melalui teknik bermain dalam layanan bimbingan kelompok yang mana dimaksudkan agar siswa memiliki kualitas pribadi yang baik sehingga dapat beradaptasi dengan situasi dan lingkungan baru. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Teknik Bermain Peran dalam Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Resiliensi Akademik Siswa di SMA Hang Tuah 1 Surabaya”

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Hang Tuah 1 Surabaya dengan menggunakan objek penelitian siswa di SMA Hang Tuah 1 Surabaya. Mengingat adanya keterbatasan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah efektivitas teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok terhadap resiliensi akademik siswa di SMA Hang Tuah 1 Surabaya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok efektif terhadap

resiliensi akademik siswa kelas Fase E 7 di SMA Hang Tuah 1 Surabaya?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok terhadap resiliensi akademik siswa kelas Fase E 7 di SMA Hang Tuah 1 Surabaya.

E. Variabel Penelitian

Variabel bebas adalah yang mempengaruhi dan menjadi sebab perubahan dan timbulnya variabel terikat. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok. Teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk menumbuhkan kerjasama dalam mengatasi suatu masalah siswa melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan dengan tokoh-tokoh yang diperankan.

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas. Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah resiliensi akademik. Resiliensi akademik adalah kemampuan yang dimiliki siswa untuk bangkit dan berhasil dalam kesulitan akademik. Resiliensi akademik memiliki aspek-aspek yakni pengaturan emosi, pengendalian diri, optimis, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, pencapaian.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pembaca dan mengembangkan pengetahuan mengenai resiliensi akademik pada siswa khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

2. Secara Praktis

a. Manfaat bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan mengenai resiliensi akademik yang terjadi pada siswa terhadap tugas-tugas akademiknya.

b. Manfaat bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan acuan khususnya dalam peningkatan teknik bermain dalam layanan bimbingan kelompok dan mengembangkan kualitas layanan bimbingan dan konseling bagi siswa.

c. Manfaat bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pemahaman dan pencegahan mengenai resiliensi akademik dengan teknik bermain peran yang digunakan dalam pemberian layanannya.