

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah institusi pendidikan yang dinamis dan komprehensif dalam perkembangan masyarakat yang semakin maju. Sekolah merupakan pusat pendidikan formal lahir dan berkembang dari pemikiran efisiensi dan efektifitas dalam pemberian pendidikan kepada warga masyarakat (Adisaputro, 2010). Selain itu sekolah haruslah bersikap antisipatif dalam proses pertumbuhan dari masa sekarang menuju masa depan dengan nilai-nilai, visi, misi dan strategi serta program yang jelas (Maliki, 2010). Mengingat sekolah merupakan sebuah lembaga, maka tidak terlepas dari peran yang melekat pada institusi pendidikan tersebut.

Pendidikan diselenggarakan sebagai suatu proses pembudayaan dan pemberdayaan siswa yang berlangsung sepanjang hayat. Pendidikan merupakan proses pembentukan kecakapan-kecakapan fundamental secara intelektual dan emosional kearah alam dan sesama manusia (Dewey, 2004). Mengacu pada (*Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Pendidikan*, 2003) pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Hal ini menunjukkan bahwa menempuh pendidikan sangatlah penting bagi semua orang. Pendidikan juga bisa dibilang urat nadi bagi masyarakat luas. Oleh karena itu, pendidikan wajib bagi semua lapisan masyarakat karena dengan belajar menjadikan makhluk sosial yang cerdas.

Belajar adalah proses dimana kegiatan pengembangan ilmu dilakukan oleh guru dan siswa. Belajar mempunyai peran yang penting dalam menghadapi kehidupan karena dengan belajar kita bisa mengerti hal-hal yang

bermanfaat untuk menjalankan kehidupan agar tidak mengalami kesulitan ataupun hambatan Belajar memerlukan suatu ketahanan, karena siswa dalam belajar tak luput dari keterlibatan pikiran dan mental (Christenson et al, 2012).

Masalah belajar yang terjadi pada kalangan siswa itu wajar, mengingat setiap individu mempunyai karakter dan ketertarikan yang berbeda terhadap belajar. Tapi perlu digaris bawahi bahwa belajar merupakan kewajiban bagi individu dari sekolah dasar sampai perguruan tinggi. Berdasarkan hasil observasi dengan menggunakan *google form* yang dilakukan di kelas XI di SMA Negeri 1 Kedamean Gresik, ditemukan beberapa permasalahan selama proses pembelajaran diantaranya: rendahnya tingkat konsentrasi, ketahanan akademik siswa dalam kegiatan pembelajaran yang berlangsung.

Permasalahan dan tantangan akademik yang sering dihadapi oleh siswa mulai dari kelas X hingga tingkat akhir yaitu ujian nasional di kelas XII. Bentuk permasalahan akademik beraneka ragam mulai dari masalah sederhana dan kompleks, masalah dengan guru, teman sebaya dan lain sebagainya. Banyak siswa yang merasa terbebani dan mengalami kesulitan dalam bidang akademik. Seperti memahami materi pelajaran, menyelesaikan tugas, rendahnya motivasi, dan kesulitan lainnya. Terkait dengan tekanan yang dihadapi siswa dibidang akademik tersebut, siswa membutuhkan ketahanan yang tinggi dalam dirinya agar dapat bertahan menghadapi kondisi sulit dan terus berusaha menyelesaikan tugas-tugas sekolah.

Masalah ini terlihat pada saat siswa diberi materi oleh guru, mereka lebih asik bergurau dengan teman dan tidak memperhatikan materi yang diajarkan oleh guru. Ada sejumlah faktor resiko yang harus dihadapi siswa seperti nilai yang rendah, mengejar batas waktu yang telah ditentukan, tugas yang sulit, (Martin,A. & Marsh, 2006). Dan juga beberapa dari siswa yang juga memberikan jawaban bahwa mereka mengalami ketakutan akan menjalani ujian semester ataupun ujian kenaikan kelas, selain itu ada juga dari siswa yang stres sebelum menjalani ujian nasional.

Mereka dituntut untuk menghadapi situasi paling sulit dan tertekan dibidang akademik. Beberapa masalah yang muncul mengenai ketahanan belajar itu semua dilatar belakangi dengan rasa malas yang dialami siswa/individu tersebut. Siswa membutuhkan resiliensi akademik guna mengatasi permasalahan yang dialami (Desmita, 2011). Faktor lingkungan juga berpengaruh dimana individu tersebut lebih cenderung untuk ikut temanya bermain dan tidak memperdulikan proses belajar mengajar yang sedang berlangsung. Menurut (Wang, M. C., & Gordon, 1994) siswa yang memiliki resiliensi akademik mampu mengubah lingkungan yang dianggap sulit menjadi sumber motivasi dengan tetap mempertahankan harapan dan aspirasi yang tinggi, berorientasi pada tujuan, memiliki ketrampilan dalam memecahkan masalah, serta memiliki kompetensi secara sosial.

Ketahanan adalah individu yang dianggap tangguh, kenapa dianggap demikian karena sebenarnya individu tersebut tidak menyerah pada apa yang dianggap sebagai faktor risiko (Fraser & Cooper, 2012). Beberapa individu memang menunjukkan ketangguhan atau ketahanan dalam menghadapi rintangan yang kemungkinan besar menimbulkan kesulitan. (Miller, 1996) menjelaskan apa yang umumnya dianggap sebagai risiko, termasuk ketidakmampuan belajar tertentu.

Ketahanan ini disebut resiliensi akademik yang diartikan dengan kemampuan siswa untuk beradaptasi dan berkembang pada hampir semua kesulitan yang mereka alami (Waxman et al., 2003). Sedangkan menurut (Mallick & Kaur, 2016) menyatakan bahwa resiliensi akademik merupakan kemampuan siswa untuk menangani kesulitan serta stres yang dialami pada konteks akademik, misalnya tekanan dalam menghadapi ujian dan kesulitan dalam mengerjakan tugas.

Ketahanan merupakan kondisi psikologi yang memerlukan untuk menangani stres, komplikasi, dan kesulitan (Hobfoll et al., 2003). Bertahan dalam kondisi akademik yang sulit atau bisa disebut dengan resiliensi akademik. Dengan begitu ketahanan akademik mengacu pada kemampuan pada siswa untuk

mempertahankan motivasi serta fokus meskipun terjadi stres dalam individu mengenai belajar (Alva, 1991).

Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk mempertahankan kinerja akademik dalam menghadapi kehidupan. Serta kemampuan menghadapi tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam setting akademik secara efektif (Martin, A. & Marsh, 2006). Siswa dengan resiliensi akademik merupakan siswa yang secara akademis sukses meskipun mereka mempunyai latar belakang sosial ekonomi yang kurang beruntung. Ciri-ciri seorang yang mempunyai resiliensi merupakan individu yang bebas, tidak terikat, mempunyai kecerdasan di atas rata-rata, sikap positif, optimis, mempunyai kesadaran diri yang kuat mempunyai keinginan yang bervariasi, serta terlibat dalam kegiatan sosial (Jacelon, 1997).

Aspek resiliensi akademik membagi dalam tiga, pertama yaitu ketekunan yang menggambarkan individu yang bekerja keras, fokus pada proses tujuan, dan memiliki kegigihan. Kedua yaitu mencari bantuan adaptif yang mampu merefleksikan kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya dan dapat mencari bantuan. Ketiga adalah pengaruh negatif dan respon emosional yang merupakan gambaran kecemasan, emosi negatif, optimisme-pesimisme dan penerimaan yang negatif yang dimiliki oleh individu selama hidup (Cassidy, 2016).

Resiliensi akademik sebagai kemampuan individu dalam merespon kesulitan yang dihadapinya sebagai perilaku adaptif yang berhasil dan dapat menunjukkan kualitas pribadi dan terus berkembang melebihi harapan selama masa sulit (Gilligan, 2007). Ada dua kondisi yang dapat meningkatkan resiliensi pada individu yaitu pertama pengalaman kesulitan dan hambatan yang dialami individu dan telah mempengaruhinya (Rojas, 2015). Kedua, individu dapat beradaptasi dengan kesulitan, tanggung jawab, hambatan dan kemunduran yang menyebabkan mereka menjadi lebih tangguh.

Mengenai penjelasan diatas, resiliensi akademik sangatlah penting dimiliki semua siswa, resiliensi akademik berguna untuk membantu bangkit dan bertahan dalam kondisi sulit yang sedang dihadapi oleh siswa. Diharapkan dengan peserta didik

meningkatkan resiliensi maka siswa akan dapat menyelesaikan situasi yang menekan dengan baik dan tenang. Berdasarkan gejala tersebut maka salah satu layanan bimbingan dan konseling yang efektif dan bisa mengentaskan permasalahan siswa tersebut ialah dengan memberikan layanan konseling individu kepada siswa yang bermasalah dalam resiliensi akademik dengan menggunakan strategi *self-management*. Landasan penelitian ini adalah tingkah laku bisa dipelajari dan dapat diubah dengan memberikan penguatan setelah perilaku yang diharapkan muncul. Strategi *self-management* didasarkan atas pandangan bahwa konseli atau siswa mengalami resiliensi akademik yang rendah di tengah proses pembelajaran berlangsung.

Wujud implementasi strategi *self-management* dalam meningkatkan resiliensi akademik, maka peneliti menggunakan konseling individu sebagai pemberian layanan bagi peserta didik. Menggunakan *stimulus control*, teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya, yang membuat terlaksananya atau dilakukannya tingkah laku tertentu (Komalasari et al , 2011). Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda dari suatu respon tertentu, konseli diberikan kesempatan guna mengontrol dirinya agar sadar akan resiliensi akademik.

Self management adalah suatu teknik yang mengarah kepada pikiran dan perilaku individu untuk membantu konseli dalam mengatur dan merubah perilaku ke arah yang lebih efektif melalui proses belajar tingkah laku baru (Ulfa et al, 2015). Konseling individu merupakan upaya bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli (Willis, 2014). Konseli yang terlatih dan juga berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkan layanan konseli. Konselor hanya memberikan gambaran tentang tahapan selanjutnya sehingga konseli dapat menyimpulkan dan menyelesaikan masalahnya sendiri.

Kegiatan konseling individu dengan strategi *self-management* akan memberikan motivasi siswa agar terdorong resiliensi akademik yang tinggi. Serta memberikan dampak positif bagi siswa itu sendiri. Karena siswa cenderung akan mengoreksi pribadinya mengenai resiliensi akademik. Kegiatan

konseling individu juga membuat siswa lebih percaya diri untuk tidak takut akan rendahnya resiliensi akademik yang dihadapi.

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Mengingat adanya keterbatasan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian, maka perlu ditetapkan batasan terhadap variabel dan subvariabel yang diteliti. Penelitian ini variabel yang digunakan untuk diteliti hanya layanan konseling individu dengan strategi *self-management* dan meningkatkan resiliensi akademik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini yaitu, apakah strategi *self-management* dalam konseling individu efektif meningkatkan resiliensi akademik pada siswa?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *self-management* dalam konseling individu efektif meningkatkan resiliensi akademik pada siswa.

E. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel adalah penjelasan dari masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian. Definisi operasional penelitian ini adalah.

1. *Self-management* merupakan proses perubahan perilaku individu dengan melibatkan hubungan bersifat pribadi karena yang terlibat hanya 2 orang saja. Konselor memberikan bantuan agar nantinya konseli dapat mengenali dirinya sendiri, mengembangkan pribadinya dan dapat mengatasi permasalahannya.
2. Resiliensi akademik merupakan ketangguhan individu dalam menghadapi berbagai masalah tugas di lingkungan sekolah yang diukur melalui kompetensi pribadi, percaya diri, menerima perubahan positif, kontrol diri dengan menggunakan skala resiliensi akademik.

F. Manfaat Penelitian

1. Siswa

Hasil penelitian ini semoga bisa bermanfaat bagi siswa dan bisa membantu mengatasi masalah resiliensi akademik.

2. Guru BK

Manfaat bagi guru BK yaitu untuk menjadi acuan dalam mengatasi masalah yang sama yaitu resiliensi akademik diluar SMA Negeri 1 Kedamean.

3. Jurusan Bimbingan dan Konseling

Manfaat bagi jurusan Bimbingan dan Konseling yaitu mengadakan atau membuat penelitian lebih lanjut pada penerapan layanan konseling individu strategi *self-management* di sekolah.

4. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini semoga dapat menjadi acuan penelitian berikutnya mengenai konseling individu strategi *self-management* dalam mengatasi masalah yang sama yaitu resiliensi akademik siswa-siswi di sekolah.