

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mendapatkan pendidikan yang terbaik merupakan kemauan, harapan dan cita-cita bagi setiap orang. Menurut UU No. 20 Tahun 2003 pasal 3 tentang sistem Pendidikan Nasional, tujuan pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Program pendidikan di Indonesia mewajibkan setiap warga negara Indonesia untuk bersekolah selama sembilan tahun pada jenjang pendidikan dasar yaitu, tingkat dasar kelas 1 Sekolah Dasar (SD) hingga kelas 9 Sekolah Menengah Pertama (SMP) sampai usia anak mencapai jenjang remaja yang merupakan generasi penerus bangsa yang akan mengisi berbagai posisi dalam masyarakat dimasa yang akan datang serta meneruskan bangsa dan negara di masa depan. Usaha yang dilakukan cukup sulit, terutama remaja yang sedang mengalami transisi menuju dewasa membutuhkan usaha ekstra dalam meraih atau mempertahankannya.

Remaja menurut Sri Rumini dan Siti Sundari (2004:53-54) adalah, “masa peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa.” Usia remaja yang sering digunakan oleh masyarakat Indonesia sama dengan pendapat Mappiare dalam M. Ali dan M. Asrori (2012:9), berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi

wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Masa remaja merupakan usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, remaja tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama (Hurlock, 1980). Pada masa ini, individu akan mengalami perubahan fisik atau tubuh, emosi, minat dan peran dalam kelompok sosial, perubahan minat dan pola perilaku, memiliki sifat ambivalen, menuntut kebebasan namun masih ragu atas kemampuan untuk bertanggung jawab.

Siswa SMA (Sekolah Menengah Atas) adalah kategori remaja awal dalam kisaran usia 14 sampai 17 tahun. Oleh karena itu, siswa SMA harus membekali dirinya dengan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang memadai. Gunarsa (1995: dalam Resiliensi Siswa SMA Negeri 1 Wuryantoro (Skripsi) mengemukakan bahwa manusia, remaja pada khususnya siswa SMA memiliki tantangan sendiri dalam hidup. Siswa diharapkan mampu mempersiapkan diri untuk menyesuaikan diri dengan perubahan pada kehidupannya setelah tamat SMA. Dengan demikian pada jenjang SMA ini individu akan menghadapi berbagai situasi sulit, dikarenakan individu harus mampu menghadapi dan beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi. Masa ini mempengaruhi remaja dalam memperjuangkan masa depannya. Keadaan seorang individu ketika mengalami kesulitan memang tidak dapat dihindari, namun individu yang memiliki resiliensi akan mampu mengatasi berbagai persoalan dengan cara mereka sendiri. Adanya resiliensi dalam dirinya dia akan mampu menghadapi bahkan mengirim energi positif sehingga mampu bangkit dari keterpurukannya bahkan dalam situasi dan tuntutan sulit sekalipun. Artinya, adanya

resiliensi akan mengubah persoalan yang dialami menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, dan ketidakberdayaan menjadi kekuatan.

Adapun pengertian dari resiliensi merupakan proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks situasi sulit, mengandung bahaya maupun hambatan signifikan, yang dapat berubah sejalan dengan perbedaan waktu dan lingkungan (Luthar; Wiwin Hendriani 2018: 23). Menurut Kaplan resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stressor kehidupan (Wiwin Hendriani, 2018 : 22). Resilien merupakan suatu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi , serta kapasitas manusia untuk menghadapi dan memecahkan masalah setelah mengalami kesengsaraan (Grotberg, 1999; Wiwin Hendriani, 2018 : 22).

Begitu juga menurut Reivich dan Shatte (dalam Wiwin Hendriani, 2018 : 22), resiliensi menggambarkan individu untuk memproses adversity atau trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif. Secara umum, resiliensi ditandai oleh sejumlah karakteristik, yaitu : Adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stres ataupun bangkit dari trauma yang dialami (Masten dan Coatsworth; Wiwin Hendriani 2018 : 22).

Adapun resilien menurut Schoon (dalam Nasution,2011: 2) mengutip defenisi beberapa ahli, menyimpulkan bahwa “resiliensi merupakan proses dinamis dimana individu menunjukkan fungsi adaptif dalam menghadapi penderitaan yang berperan penting bagi dirinya”. Reivich dan Shatte,2002 (dalam Nasution, 2011: 3) mengatakan bahwa “resiliensi merupakan pemikiran yang memungkinkan manusia mencari berbagai pengalaman dan memandang hidupnya sebagai suatu kegiatan yang

sedang berjalan”. Menurut Desmita (2009: 198), “siswa yang hidup pada era modern sekarang ini semakin membutuhkan resiliensi untuk menghadapi kondisi-kondisi kehidupan yang penuh dengan perubahan-perubahan yang sangat cepat”. Resiliensi di tengah situasi krisis ini menjadi kemampuan psikologis yang sangat penting dimiliki setiap individu khususnya remaja.

Lingkungan masyarakat yang dinamis dengan bermacam perubahannya membuat hidup semakin penuh tantangan. Pristiwa traumatik meningkat diberbagai tempat dengan adanya kasus-kasus kekerasan, aksi terror, bencana alam yang silih berganti hingga pada awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu Coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyakitnya disebut Corona Virus disease 2019 (COVID-19). Diketahui, asal mula virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok, yang diumumkan pada akhir Desember 2019. Covid-19 merupakan penyakit yang menyerang sistem pernapasan. Sampai saat ini sudah dapat dipastikan terdapat 65 negara yang telah terjangkit virus ini data World Health Organization (WHO) pada 1 Maret 2020. Pandemi Covid-19 telah mempengaruhi banyak aspek kehidupan manusia mulai dari aspek spiritual, aspek social, aspek finansial, aspek keluarga, aspek mental, emosional dan khususnya pendidikan.

Pada bulan Maret 2020 lebih dari 800 juta siswa di dunia melakukan pembelajaran di rumah sebagai akibat dari pandemi Covid-19, (Arika (2020). Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batangsari Jambi*, 20(2), h. 541). Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Indonesia juga membuat kebijakan belajar di rumah ini dilakukan untuk mengurangi interaksi fisik sebagai upaya pencegahan

penularan Covid-19. Mendikbud berharap dengan diterapkannya pembelajaran daring atau jarak jauh ini siswa juga mendapat pengalaman baru dalam proses belajar, Fajar(2020). Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batangsari Jambi*, 20(2), h. 541. Kebijakan pemerintah tersebut sangat berpengaruh besar pada dunia pendidikan khususnya, sehingga pada awal Maret 2020 semua institusi pendidikan baik kampus, SMA, SMP, SD dan TK berpindah menggunakan sistem pembelajaran daring.

Pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan beragam cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mengantisipasi Covid-19. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital, Charismiadji (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemic Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), h.300. Menurut Purwanto (2020) tidak semua pelajar, siswa dan mahasiswa terbiasa belajar melalui daring. Apalagi guru dan dosen masih banyak yang belum mahir mengajar dengan menggunakan teknologi internet atau media sosial terutama diberbagai daerah.

Gagapnya para pendidik, bingungnya orangtua yang mendampingi anak-anaknya belajar di rumah, dan siswa yang kebingungan menghadapi metode pembelajaran daring disertai dengan tumpukan tugas membuat siswa tertekan dan menimbulkan kecemasan terlebih lagi dimasa pandemi covid-19, Uswatun Hasanah, dkk (2020)Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama

Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), h.300. Sehingga siswa resiliensi diri yang rendah akan kesulitan dalam penyesuaian diri di tengah pandemi covid-19.

Dalam kondisi yang serba sulit seperti ini resiliensi sangat dibutuhkan bagi siswa, karena apabila siswa memiliki resiliensi yang tinggi maka siswa akan dapat bangkit dan mampu bertahan walaupun dihadapkan dengan situasi yang sulit karena pandemi covid-19. Siswa yang memiliki resiliensi yang tinggi akan lebih optimis dan percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik. Tetapi di masa pandemi Covid-19 ini, banyak anak remaja yang mengalami resiliensi diri rendah sehingga tidak memiliki daya tahan menghadapi kesulitan dan ketidakberuntungan.

Siswa yang mengalami resiliensi diri rendah akan mengalami stress yang luar biasa karena tekanan-tekanan dari sekolah yang mengharuskan siswa tetap produktif. Tidak sedikit juga siswa yang kehilangan pertahanan, mulai dari mengeluh karena banyak tugas dengan fasilitas seadanya, kuota yang mahal, koneksi internet yang hilang dan bahkan siswa sudah mulai bosan berada di rumah saja karena pada umumnya siswa beraktifitas di luar rumah dan berinteraksi sosial. Sehingga kemampuan resiliensi yang siswa miliki sekarang tidak menutup kemungkinan akan menurun karena mengalami stress dalam menghadapi pandemi Covid-19. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang dilakukan diantaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Syska Purnamasari, dkk(2020) dalam *Indonesian Journal of Guidance and Counseling* membahas tentang resiliensi dalam menghadapi pandemi covid-19. Penelitian ini berjudul “Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran” tersebut menunjukkan bahwa menurunnya resiliensi diri pada mahasiswa ditengah pandemi Covid-19 karena tidak

dapat menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, akademis, kompetensi vokasional, dan bahkan dengan tekanan hebat yang sedang dialami dunia sekarang.

Rendahnya resiliensi diri ditengah pandemi Covid-19 dapat mengganggu perkembangan sosial, kompetensi, dan terutama prestasi akademis siswa yang menurun. Hal ini memiliki kemiripan kasus yang dilakukan oleh Deny Gater Sihombing (2020) dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Resiliensi Akademik Siswa Eks Kelas Unggulan”. Penelitian ini bertujuan meningkatkan prestasi akademis dengan menjadikan siswa menjadi seorang yang memiliki resiliensi diri tinggi. Hasilnya menunjukkan siswa yang memiliki resiliensi diri yang tinggi dapat menyesuaikan diri terhadap kondisi-kondisi yang dialaminya sehingga tidak berpengaruh terhadap prestasi akademis.

Begitu juga dengan kasus yang diteliti oleh Rizqon Halal Syah Aji (2020) Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan dan Proses Pembelajaran, *jurnal Sosial dan Budaya*, 7(5). h. 395. Pandemi Covid-19 memiliki dampak bagi keberlangsungan pendidikan yaitu dampak yang dirasakan oleh banyak keluarga Indonesia baik di kota maupun di desa yang merasakan kejutan besar khususnya bagi produktivitas orangtua yang biasanya sibuk dengan pekerjaannya diluar rumah. Demikian juga dengan dengan problem psikologis peserta didik yang terbiasa belajar bertatap muka langsung dengan guru-guru mereka. Begitu juga di desa-desa terpencil yang mengalami keterbatasan teknologi jaringan dan informasi menjadi serba kebingungan, sebab infrastruktur informasi teknologi sangat terbatas menyebabkan penilaian siswa bergerak online dan banyak *trial and error* dengan

sistem yang tidak ada kepastian, membuat siswa semakin kebingungan serta mengalami kecemasan karena kurangnya pemahaman materi membuat siswa kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Kecemasan ini membuat resiliensi diri siswa menurun akan banyaknya tekanan atau stressor kehidupan yang dialaminya. Resiliensi yang tidak baik mengakibatkan peserta didik mengalami stres akademik yang merupakan tekanan mental dan emosional, atau tension, yang terjadi akibat tuntutan kehidupan (Simbolon, 2020, Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan dan Proses Pembelajaran, *jurnal Sosial dan Budaya*, 7(5). h. 395.)

Berdasarkan informasi dari beberapa siswa serta hasil wawancara yang peneliti temui di lapangan yaitu SMA Negeri 1 Kabanjahe. Secara umum peneliti menemukan masih banyak siswa yang memiliki resiliensi diri rendah. Ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan kondisi Pandemi Covid-19 yang tidak menyenangkan dan mengakibatkan kecemasan dalam pembelajaran daring, kurangnya berinteraksi sosial dan tertekan sehingga mengalami stres dalam menghadapi pandemi Covid-19. Dari pengamatan peneliti, dampak pandemi Covid-19 mengakibatkan resiliensi diri siswa semakin menurun. Resiliensi diri yang rendah pada siswa, jika tidak segera ditangani dapat menimbulkan masalah psikologis yang lebih serius.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 1 Kabanjahe, ditengah pandemi Covid-19 ini banyak siswa yang mengalami resiliensi diri yang rendah dikarenakan tuntutan tugas yang mengharuskan siswa tetap produktif dan mengharuskan siswa memahami materi secara menyeluruh dengan program

pembelajaran daring. Pembelajaran daring yang kurang efektif ini membuat siswa merasa cemas dikarenakan jaringan yang belum terlalu baik. Dari peristiwa yang dijelaskan tentu akan menimbulkan permasalahan pada resiliensi diri siswa ditengah pandemi Covid-19 dengan sistem pembelajaran daring.

Beberapa hasil penelitian juga menjelaskan faktor pemicu kecemasan siswa dalam pelaksanaan pembelajaran daring. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dwi Hardani Oktawirawan (2020) dengan judul “Factor Pemicu Kecemasan Siswa Dalam Melakukan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa resiliensi diri yang rendah menyebabkan siswa tertekan dan cemas dengan kondisi covid-19 yang mengharuskan pembelajaran dengan sistem daring.

Dari uraian permasalahan yang telah dijabarkan diatas maka perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan resiliensi diri ditengah pandemi Covid-19 pada siswa di sekolah tersebut. Resiliensi yang baik merupakan kompetensi yang paling tepat dalam menyikapi beratnya tantangan hidup. Menerima kenyataan yang ada menjadi solusi bagi siswa untuk menyesuaikan diri dengan kondisi saat ini.

Dengan masalah yang sedang dialami siswa, maka bimbingan konseling di sekolah merupakan suatu pelayanan bantuan terhadap individu maupun kelompok untuk mandiri dan dapat berkembang secara optimal. Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik baik secara perorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar dan bimbingan karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang

berlaku. Dengan demikian, bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari sistem pendidikan di sekolah.

Dalam bimbingan konseling ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah ini namun dianggap kurang efektif dalam menjadikan siswa memiliki resiliensi diri yang tinggi sehingga dapat bertahan dalam kondisi yang sedang terjadi. Salah satu upaya yang tepat dilakukan adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil. Konseling kelompok bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalah.

Layanan konseling kelompok ini menggunakan pendekatan rasional emotif. Konseling kelompok pendekatan rasional emotif ini mempunyai kelebihan dibandingkan dengan layanan bimbingan konseling lainnya yaitu menyodorkan dimensi kognitif dan menentang konseli untuk menguji rasionalitas dari putusan-putusan dan nilai-nilainya sendiri. Selain itu kaidah berpikir logis yang diajarkan kepada konseli dapat digunakan dalam menghadapi masalah yang lain.

Adapun alasan mengapa menggunakan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan rasional emotif dikarenakan permasalahan yang dimiliki seseorang bukan disebabkan oleh lingkungan dan perasaannya, melainkan pada sistem keyakinan dan memandang lingkungan di sekitarnya. Gangguan emosional akan mempengaruhi keyakinan, bagaimana seseorang itu menilai dan menginterpretasikan apa yang telah terjadi padanya. Jika emosi seseorang terganggu,

maka akan terganggu pula pola pikir yang dimilikinya. Dengan demikian akan timbul yang namanya pola pikir yang irrasional.

Pendekatan rasional emotif yaitu memfokuskan diri pada cara berpikir manusia yang berpatokan pada keyakinannya yang merupakan penyebab masalah emosional siswa yang bermasalah tersebut. Hal ini dijadikan acuan bagi konselor untuk mengubah pola pikir konseli. Tujuan utama yang ingin dicapai dalam pendekatan rasional emotif adalah memperbaiki individu dari cara berpikir dan keyakinan irasional menuju cara berpikir rasional, sehingga konseli dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.

Konseling kelompok pendekatan rasional emotif mengajari individu bagaimana sistem keyakinan menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa dalam kehidupan. Dapat dipahami bahwa konseling kelompok merupakan proses antarpribadi yang terjadi dengan melibatkan pemikiran yang sadar, juga terlibatnya fungsi-fungsi terapi, diantaranya ialah saling mempercayai antara anggota kelompok, dan akan saling pengertian tanpa memaksakan kehendak sendiri pada orang lain. Dalam suasana konseling kelompok siswa yang memiliki resiliensi rendah akan merasa lebih mudah untuk bertukar pikiran akan permasalahan yang dihadapi dan mengubah pemikiran irasional menuju pemikiran yang rasional, sehingga konseli dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.

Berdasarkan uraian tersebut diharapkan resiliensi siswa dapat meningkat setelah dilakukan layanan konseling kelompok. Maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan**

Rasional Emotif Terhadap Resiliensi Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas XI MS-1 SMA Negeri 1 Kabanjahe Tahun Ajaran 2020/2021”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Resiliensi siswa dalam menghadapi perubahan lingkungan masih rendah
2. Siswa tertekan dan mengalami kecemasan dalam pembelajaran daring
3. Resiliensi diri siswa yang rendah mengganggu prestasi belajar

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, ada empat hal yang menjadi identifikasi masalahnya. Namun, dalam penelitian ini peneliti membatasi masalah yang akan diteliti agar mencapai sasaran yang tepat serta terhindar dari penafsiran yang berbeda-beda. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu “Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Rasional Emotif Terhadap Resiliensi Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas XI MS-1 SMA Negeri 1 Kabanjahe Tahun Ajaran 2020/2021”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah tersebut, maka rumusan masalah yang akan menjadi fokus penelitian adalah “Apakah ada pengaruh konseling kelompok melalui pendekatan Rasional Emotif terhadap resiliensi dalam menghadapi pandemi covid-19 pada siswa kelas XI MS-1 SMA Negeri 1 Kabanjahe Tahun Ajaran 2020/2021 ?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok pendekatan Rasional Emotif terhadap resiliensi dalam menghadapi pandemi covid-19 pada siswa kelas XI MS-1 SMA Negeri 1 Kabanjahe Tahun Ajaran 2020/2021”.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat hasil penelitian ini akan diuraikan sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoretis

- a. Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling yang berkaitan dengan konseling kelompok pendekatan Rasional Emotif.
- b. Diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi dan khasanah keilmuan di bidang Bimbingan dan Konseling khususnya dalam hal resiliensi.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi kepala sekolah, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam menambah pengetahuan untuk bekerja sama dengan guru BK dan guru lainnya dalam memberikan layanan maupun pengarahan kepada siswa yang lainnya khususnya dalam membantu siswa yang mengalami resiliensi diri rendah.
- b. Bagi guru BK, dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam memberikan pelayanan konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi siswa dalam menghadapi pandemi covid-19.

- c. Bagi siswa, setelah mendapatkan layanan konseling kelompok diharapkan siswa memiliki resiliensi diri yang baik dalam menghadapi kondisi sulit sekalipun.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini memberikan kesempatan dan pengalaman dalam melaksanakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotif terkait terhadap resiliensi siswa dalam menghadapi pandemi covid-19.

