

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Masa remaja adalah sebuah fase dalam kehidupan di mana seseorang mengalami pencapaian hal-hal penting, yang disertai dengan berbagai tantangan karena banyaknya perubahan yang terjadi. Perubahan-perubahan ini meliputi aspek fisik, biologis, psikologis, dan sosial. Dalam perjalanan masa remaja, terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dijalani sesuai dengan tahapan pertumbuhan. Menurut Hurlock (dalam Yunica, 2015), masa remaja sering dianggap sebagai fase badai dan tekanan, di mana emosi menjadi lebih intens akibat perubahan hormon. Oleh karena itu, remaja memerlukan bimbingan yang tepat dalam hal perkembangan hormon, fisik, dan mental, terutama dalam menghadapi berbagai situasi, baik yang sederhana maupun yang kompleks, yang dapat mempengaruhi semangat serta motivasi mereka untuk berprestasi dan berkarya. Terlebih lagi, jika remaja berada dalam kondisi yang kurang menguntungkan, ada yang mampu bertahan dan pulih dengan baik, namun ada juga yang gagal karena tidak berhasil keluar dari situasi sulit tersebut.

Pada dasarnya setiap manusia mempunyai respon yang berbeda-beda saat berhadapan dengan kesulitan ataupun masalah yang terjadi. Hal ini dikarenakan sudut pandang setiap manusia yang berbeda-beda ketika menghadapi situasi sulit bahkan dimasa remaja pun dapat terjadi (Aulia, 2019 : 4). Para siswa yang berada dalam kelompok usia remaja termasuk dalam kategori usia yang rentan, karena pada tahap ini mereka sedang menjalani masa transisi. Kesulitan atau penderitaan dapat menjadi faktor utama yang memicu munculnya konflik dan masalah

psikologis bagi remaja. Kesulitan tersebut dapat berupa bencana, situasi yang tidak sesuai dengan harapan, kondisi sulit, pengalaman buruk, atau kejadian yang tidak menyenangkan, yang dianggap berat dan berpotensi menimbulkan trauma. Beberapa anak serta remaja mempunyai pengalaman masa lalu yang kurang mendukung perkembangan mereka. Setiap individu pasti pernah menghadapi berbagai kejadian yang tidak menyenangkan dan tak bisa dihindari. Setiap orang pernah mengalami kegagalan dan masa-masa penuh tantangan. Meskipun masa lalu tidak dapat diubah, dampak negatif dari masa lalu tersebut dapat diminimalisir atau bahkan dihilangkan.

Berbagai situasi yang terjadi dalam kehidupan, baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, dapat memengaruhi individu. Kondisi yang menyenangkan bagi siswa, misalnya, ketika mereka mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua serta saudara-saudara mereka dalam keluarga, memiliki kondisi ekonomi yang memadai sehingga kebutuhan mereka terpenuhi, mampu berkomunikasi dan berinteraksi dengan baik dengan teman-teman, yang memungkinkan mereka membangun hubungan positif dengan sebaya, serta mampu beradaptasi dan berinteraksi secara baik dengan teman-teman sekelas dan guru-guru di sekolah (Jannah, 2018 : 2).

Akan tetapi bukan hanya kondisi yang menyenangkan saja yang terjadi, melainkan kondisi yang tidak menyenangkan juga dapat terjadi bagi setiap individu seperti, tidak mendapatkan kasih sayang bahkan individu, memperoleh perlakuan kasar oleh orangtua, hingga terjadinya perceraian orangtua, serta memperoleh penolakan dari teman-teman di lingkungan sekitarnya, sehingga hal ini menyebabkan individu tidak bersemangat dalam menghadapi aktivitas sehari-

hari. Saat menghadapi tantangan atau masalah di sekolah, siswa diharapkan memiliki keterampilan yang dapat membantu mereka beradaptasi dengan situasi yang ada. Keterampilan tersebut dikenal sebagai resiliensi.

Reivich dan Shatte (dalam Nasution, 2011: 3) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk merespons secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, yang sangat penting dalam mengelola tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi merupakan kemampuan yang sangat diperlukan oleh setiap orang dalam hidup, karena kehidupan manusia sering kali diwarnai oleh berbagai kesulitan atau situasi yang tidak menyenangkan. Henderson dan Milstein (2003) menyatakan bahwa resiliensi memungkinkan seseorang untuk mengurangi atau menghindari dampak negatif dari peristiwa-peristiwa yang menyedihkan atau menyakitkan. Resiliensi juga membantu individu beradaptasi saat berada dalam situasi yang kurang menyenangkan (Desmita dalam Khomsah dkk, 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesuksesan individu dalam mengatasi berbagai kesulitan adalah ketahanan individu (resiliensi). Seseorang yang memiliki resiliensi yang kuat akan mampu bertahan dalam situasi sulit, bahkan berkembang. Individu dengan resiliensi yang baik mampu mengubah kesulitan menjadi tantangan, bangkit dari keterpurukan, beradaptasi dengan cepat, dan tetap optimis. Hal ini juga berlaku bagi siswa di sekolah yang setiap hari dihadapkan dengan berbagai situasi yang sulit dan menekan. Siswa yang memiliki resiliensi yang tinggi akan mampu menjalankan perannya sebagai pelajar. Namun, tidak semua siswa memiliki resiliensi yang memadai. Beberapa siswa, ketika menghadapi masalah, mudah terpuruk dan menyerah pada keadaan. Siswa dengan resiliensi yang rendah mungkin akan kesulitan menyesuaikan diri dan beradaptasi

terhadap perubahan, tuntutan, serta kekecewaan dalam hidup. Oleh karena itu, dengan resiliensi yang baik, siswa akan mampu menyesuaikan diri dalam situasi penuh tekanan, tidak mudah menyerah, dan menemukan cara baru untuk menghadapi tantangan.

Berdasarkan wawancara yang sudah penulis laksanakan di SMP Negeri 3 Tarutung, pada tanggal 27 Desember 2021 terdapat bahwa sebagian besar sulit untuk mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan ataupun tantangan yang ada, yang dimana dapat dikatakan bahwa kebanyakan siswa kurang mempunyai resilien. Hal ini terlihat melalui sejumlah siswa yang masih belum percaya diri dan mudah menyerah terhadap diri sendiri seperti ketika diberikan soal siswa sering merasa bahwa tugas yang diberikan tidak dapat dituntaskan dengan baik dan benar walaupun mereka belum mencobanya, sulit mengatur emosi ketika adanya tantangan ataupun masalah sehingga sering melakukan perkelahian sesama temannya. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari guru BK di SMP Negeri 3 Tarutung terdapat bahwa permasalahan baik akademik, sosial, maupun kelompok belajar membuat siswa mengalami tekanan ataupun keterpurukan terhadap dirinya, yang dimana masih ada siswa yang mudah cemas saat akan mengikuti ulangan di sekolah.

Kemudian ketika diberikan tugas-tugas oleh guru siswa sering merasa tertekan, dan di sekolah ini masih ada siswa yang sulit untuk bergabung dengan lingkungan di sekitar sekolah, seperti ikut bermain dengan teman-temannya dan berkomunikasi baik bahkan dengan guru juga, emosi yang tidak stabil, dan seperti yang kita ketahui bahwa dikarenakan pandemi yang terjadi sehingga menyebabkan proses pembelajaran dilaksanakan dengan daring namun siswa/i di

sekolah ini merasa tertekan akan pembelajaran daring sehingga banyak mengeluh kepada guru, serta masih ada juga siswa yang belum mampu terhadap keadaan yang ada.

Hasil dari wawancara tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki resiliensi rendah karena siswa selalu berpikir bahwa apa yang merupakan tanggungjawabnya menjadi beban terhadap dirinya sehingga, siswa sering mudah stres ketika dihadapkan dengan situasi yang sulit, putus asa ketika keinginan atau sesuatu hal yang diinginkannya tidak terpenuhi. Akibatnya mereka menghindar dari tuntutan baik akademik maupun sosial yang terkadang bisa menimbulkan hal-hal yang tidak baik seperti bolos sekolah bahkan sampai putus sekolah. Dan pengalaman yang sulit untuk dilupakan yang berasal dari permasalahan keluarga maupun lingkungan sekitar yang dapat menjadi pemicu siswa merasa tertekan dalam hidupnya. Sejauh ini juga di sekolah belum menerapkan layanan-layanan bimbingan konseling dan teknikny dalam menyelesaikan permasalahan yang ada, termasuk tentang permasalahan resiliensi siswa.

Siswa dengan tingkat resiliensi yang tinggi akan merasakan dampak positif bagi dirinya, seperti tidak mudah menyerah saat menghadapi kesulitan, serta yakin bahwa setiap masalah memiliki solusi. Ketika dihadapkan pada tuntutan akademik atau tantangan lainnya, siswa tersebut cenderung lebih proaktif bertanya kepada guru dan mampu beradaptasi dengan baik terhadap lingkungan sekitarnya, memiliki sifat yang optimis dan bersemangat dalam belajar, berusaha dapat mengikuti dan mengerjakan ujian maupun tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Akan tetapi jika tidak memiliki resiliensi dalam dirinya maka setiap kali ada masalah yang datang dalam hidupnya akan terpuruk dan susah bangkit kembali

dan akan mengalami depresi atau stres ketika masalah datang menghampirinya.

Salah satu upaya untuk meningkatkan resiliensi siswa yang rendah adalah dengan memaksimalkan layanan bimbingan kelompok. Menurut Sukardi dan Kusmawati (2008:78), bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa untuk bersama-sama melalui dinamika kelompok, mendapatkan informasi dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing), serta mendiskusikan topik-topik yang bermanfaat untuk memperdalam pemahaman dalam kehidupan sehari-hari dan mendukung perkembangan diri, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, serta membantu dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok, terdapat berbagai teknik yang dapat diterapkan, salah satunya adalah teknik bermain peran (*role playing*).

Bermain peran dapat mendorong siswa untuk mengekspresikan dan bahkan melepaskan perasaan mereka. Tujuannya adalah membantu siswa menemukan dilema dengan dukungan dari kelompok. Proses bermain peran ini dapat memberikan contoh perilaku manusia yang bermanfaat sebagai sarana bagi siswa untuk: (1) mengeksplorasi perasaan mereka, (2) mendapatkan inspirasi dan pemahaman yang dapat mempengaruhi sikap, nilai, dan persepsi mereka, (3) mengembangkan keterampilan serta sikap dalam menyelesaikan masalah, dan (4) mendalami berbagai cara dalam melakukan hal tersebut (Uno 2017 : 25-26). Oleh karena itu, peneliti memilih menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran (*role playing*) karena dapat mendorong siswa untuk mendapatkan informasi dan menyelesaikan masalah melalui dinamika kelompok. Teknik ini memanfaatkan konsep peran yang dapat memberikan contoh perilaku

manusia yang bermanfaat sebagai sarana bagi siswa untuk mengeksplorasi perasaan mereka, mendapatkan inspirasi dan pemahaman yang berdampak pada sikap, nilai, dan persepsi mereka, serta mengembangkan keterampilan dan sikap dalam menyelesaikan masalah dengan berbagai pendekatan.

Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umi Nadrah (2018) berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing Terhadap Resiliensi Siswa Berprestasi Rendah Kelas XI Akuntansi II SMK Budisatrya Tahun Ajaran 2018/2019.” Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan pada prestasi belajar siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing, yang menunjukkan adanya pengaruh dari layanan tersebut terhadap resiliensi siswa berprestasi rendah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Dewi Suprihatin dan rekan-rekan (2018) berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Group Exercises untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa” juga menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik group exercises efektif dalam mengembangkan resiliensi siswa.

Berdasarkan uraian diatas, dengan demikian peneliti menganggap penting melaksanakan penelitian tentang “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Terhadap Resilensi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 3 Tarutung T.A. 2022/2023”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Sesuai dengan latar belakang masalah sehingga bisa diidentifikasi sejumlah masalah dalam penelitian ini yang terdiri dari :

1. Terdapat siswa yang mudah menyerah terhadap pembelajaran seperti ketika diberikan soal siswa sering merasa bahwa tugas yang diberikan

tidak bisa diselesaikan dengan baik dan benar walaupun mereka belum mencobanya.

2. Siswa merasa tertekan di kelas terhadap sistem pembelajaran daring sehingga siswa tugas yang diberikan oleh guru tidak selesai.
3. Siswa sulit untuk mengontrol emosi saat ada masalah sehingga sering melakukan perkelahian sesama temannya.
4. Masih terdapat juga siswa yang sering mengalami kecemasan ketika melakukan ulangan di sekolah.

### **1.3 Batasan Masalah**

Sesuai dengan identifikasi masalah sehingga pembatasan masalah pada penelitian ini yakni: “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* terhadap Resiliensi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 3 Tarutung T.A. 2022/2023”.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Sesuai dengan batasan masalah tersebut sehingga rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah Terdapat Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* terhadap Resiliensi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 3 Tarutung T.A. 2022/2023?

### **1.5 Tujuan**

Dengan mengacu pada batasan masalah sebelumnya sehingga tujuan pada penelitian ini yakni agar mengetahui Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* terhadap Resiliensi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 3 Tarutung T.A. 2022/2023.

## 1.6 Manfaat

Manfaat yang dihasilkan dari penelitian ini mencakup dua kategori, yaitu manfaat teoritis dan praktis. Secara rinci, manfaat dari penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

- a) Dari sudut pandang teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang pendidikan, dengan fokus pada bimbingan dan konseling. Penelitian ini akan memberikan wawasan baru mengenai layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik role playing, yang diharapkan dapat memperkaya literatur yang ada.
- b) Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan informasi yang berguna, serta memperkaya khazanah keilmuan di bidang bimbingan dan konseling, terutama dalam konteks layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik role playing untuk menangani isu-isu terkait resiliensi siswa di lingkungan sekolah..

### 1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat berfungsi sebagai bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam mengambil kebijakan yang tepat untuk menangani permasalahan siswa yang berkaitan dengan resiliensi. Dengan informasi yang diperoleh, sekolah dapat lebih memahami cara efektif untuk mendukung siswa dalam mengembangkan daya tahan mereka menghadapi berbagai tantangan.

**b) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan alternatif oleh para guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan kelompok yang memanfaatkan teknik role playing. Dengan demikian, guru dapat lebih efektif dalam membantu siswa menghadapi masalah, khususnya yang berkaitan dengan resiliensi mereka.

**c) Bagi Peneliti**

Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi yang berguna dalam memahami fenomena rendahnya resiliensi siswa. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti dalam bidang penelitian, yang merupakan persiapan penting untuk menjadi pendidik yang berkualitas di masa depan.

**d) Bagi Peserta Didik**

Hasil penelitian ini juga dimaksudkan untuk memberikan pemahaman tentang tingkat resiliensi yang dimiliki oleh siswa SMP Kelas VIII. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh yang diberikan oleh peneliti dalam membantu mengatasi masalah terkait resiliensi yang dihadapi oleh siswa.