

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang sangat diharapkan untuk menggantikan generasi sebelumnya. Masa remaja seringkali bersinggungan dengan hal-hal yang berkaitan dengan penyimpangan dan ketidakwajaran (Santrock, 2012).

Hurlock (1980:206) memaparkan bahwa masa remaja berkisar antara usia 13-18 tahun. Masa remaja disebut juga sebagai *adolescence*. Menurut Hurlock (1980) memaparkan *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, fisik dan sosial. Pada masa ini remaja rentan mempunyai permasalahan. Papalia (2003:88) menggambarkan masa remaja sebagai waktu yang berat bagi remaja dan orang tua. Konflik keluarga, depresi, dan perilaku beresiko tampaknya lebih umum dibandingkan bagian lain dari rentang kehidupan. Oleh karena itu hal ini terjadi akibat adanya perubahan fisik maupun psikis, yang mempengaruhi ketidakstabilan masa remaja.

Sebagaimana menurut Lerner & Steinberg (Munawaroh, 2018) Remaja memiliki dua cara yang berbeda dalam melalui periode remaja. Pertama remaja yang berhasil menjalani periode perkembangan ini tanpa melalui masalah psikologis, sosial, atau kesehatan yang signifikan. Kedua, remaja melalui periode ini dengan berbagai masalah, di antaranya adalah meningkatnya masalah kesehatan mental, ancaman terhadap kesehatan fisik, depresi, penyalahgunaan zat-zat terlarang, kekerasan seksual, kemiskinan, dan konflik dalam keluarga. Oleh karena itu pengalaman negatif yang mengganggu dirinya terhadap tugas perkembangannya, misalnya pengalaman buruk, perceraian, kejadian yang tidak menyenangkan, *stressor* yang dianggap berat dan membuat dirinya menjadi trauma.

Berkenaan dengan klasifikasi mengenai permasalahan yang dialami oleh remaja bahwa ada individu yang mampu bertahan dan pulih dari permasalahan berat yang pernah dialaminya, namun ada pula individu yang gagal karena tidak

berhasil keluar dari situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau permasalahan yang berat, hal tersebut menunjukkan kemampuan individu yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan untuk bangkit dengan cara yang sehat dan produktif dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit, hal itu merupakan kemampuan yang dikenal dengan istilah resiliensi.

Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Munawaroh dan Mashudi (2018: 10) menyatakan bahwa istilah resiliensi berasal dari kata latin '*resilire*' yang artinya melambung kembali. Resiliensi berarti kemampuan untuk pulih kembali dari suatu keadaan, kembali ke bentuk semula yang dibengkokkan, ditekan atau diregangkan. Sebagaimana Reivich dan Shatte (2002) menyatakan bahwa resiliensi adalah sebuah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan.

Ali dan Asrori (Purwanti & Aulia, 2017) menyatakan bahwa keluarga merupakan salah satu faktor protektif (faktor pelindung) dalam membentuk resiliensi remaja. Dalam mengembangkan resiliensi, ada beberapa hal yang dibutuhkan remaja, diantaranya adalah kebutuhan akan rasa aman, dihargai, disayangi, diterima, kebebasan untuk menyatakan diri dan kebebasan untuk dapat berekspresi, serta lingkungan yang kondusif yang mampu memberikan dukungan. Keluarga lengkap diharapkan dapat memberikan hal-hal yang dibutuhkan remaja tersebut guna mengembangkan resiliensi mereka.

Sofyan, S Wills (2013) menyatakan bahwa keluarga utuh dan tidak utuh (keluarga yang pecah) mempunyai peran yang berbeda terhadap anak. Keluarga utuh tidak sekedar utuh dalam arti berkumpulnya ayah, ibu tapi utuh dalam arti yang sebenarnya yaitu disamping utuh dalam fisik juga utuh dalam psikis. Sedangkan yang dimaksud dengan keluarga tidak utuh dapat dilihat dari dua aspek : (1) keluarga itu pecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai, (2) orangtua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah atau ibu sering tidak dirumah, dan tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang lagi.

Menurut Bernad (Purwanti & Aulia, 2017) Remaja yang hidup dalam keluarga lengkap mendapatkan kasih sayang yang utuh dari kedua orang tua. Selain itu, remaja juga mendapatkan rasa aman, dukungan serta dorongan dari kedua orang tuanya, sehingga remaja mampu menghadapi setiap permasalahan yang mereka hadapi dengan bantuan dan dukungan dari kedua orang tuanya. Berbeda dengan *single parent* yang secara umum mengalami ketimpangan dalam menjalani kehidupannya. *Single parent* memiliki kecenderungan kurang optimal dalam pengasuhan remaja karena memiliki beban yang lebih berat bila dibandingkan dengan orang tua yang lengkap.

Sebagaimana menurut Anggraeni (2008) menjelaskan bahwa ibu *single parent* cenderung memiliki emosi yang kurang stabil dibanding dengan ibu yang tidak *single parent*. Kondisi psikologis semacam ini akan berdampak pada perlakuan ibu *single parent* terhadap anak remajanya. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang telah dilakukan Purwanti & Aulia (2017) yang menunjukkan bahwa dukungan dan kasih sayang yang diberikan dari orangtua sangat mendukung bagi perkembangan remaja.

Berbagai tantangan dan cobaan dalam hidup tersebut yang berupa kesulitan sehari-hari, kemalangan, atau peristiwa traumatis. Remaja yang mampu menghadapi cobaan atau berbagai kemalangan yang menimpa dirinya serta dapat bertahan dalam keadaan yang sulit tersebut merupakan gambaran individu yang resilien.

Individu yang resilien dapat mengatasi permasalahan yang baik, ketika ditimpa permasalahan yang membuat dirinya terjatuh tidak akan putus asa sehingga dapat menjadi individu yang memiliki kemampuan resiliensi yang lebih kuat. Sebagaimana menurut Desmita (2005) Daya resiliensi akan membuat seseorang berhasil menyesuaikan diri saat berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan seperti perkembangan sosial atau bahkan tekanan hebat yang akan melekat dalam kehidupannya.

Berbagai hasil penelitian mengenai resiliensi mengungkapkan pentingnya resiliensi dalam kehidupan. Penelitian yang dilakukan Reivich di Universitas Pennsylvania selama kurang lebih dari 15 tahun menemukan bahwa resiliensi

memegang peranan yang penting dalam kehidupan, karena resiliensi merupakan faktor esensial bagi kesuksesan dan kebahagiaan (Reivich and Shatte, 2002:11).

Menurut Ifdil (2012) mengatakan sebagai remaja dalam perkembangan ada yang memiliki masa lalu yang kurang menguntungkan, misalnya remaja yang mengalami bencana. Remaja yang mengalami konflik pasti akan memiliki trauma yang harus dihilangkan. Karena hal itu tidak menguntungkan remaja sehingga remaja harus bisa bangkit dan menjadi lebih kuat dalam menuju kondisi semula yang dinamakan resiliensi. Banyak permasalahan yang terjadi di lapangan mengenai siswa yang mengalami trauma akan kejadian yang pernah terjadi dan menimpa dirinya. Lemahnya resiliensi seseorang akan berdampak pada terjadinya masalah di kalangan anak sekolah.

Resiliensi yang menjadi program prevensi bagi anak-anak yang berada dalam risiko depresi, dapat membantu mereka mengatasi pengaruh negatif dari konflik keluarga dan rendahnya kohesi keluarga yang mereka alami sehari-hari. Dalam penelitiannya, Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan pentingnya resiliensi untuk mengatasi hambatan-hambatan pada masa kecil seperti keluarga yang berantakan, kehilangan orang tua, kemiskinan, diabaikan secara emosional ataupun siksaan fisik.

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti lain banyak permasalahan mengenai resiliensi. Elkind dan Postman (Retnowati, 2018) menyebutkan tentang fenomena akhir abad duapuluh, yaitu berkembangnya kesamaan perlakuan dan harapan terhadap anak-anak dan orang dewasa. Efek dari fenomena abad duapuluh menyebabkan anak-anak masa kini mengalami banjir stress yang datang dari perubahan sosial yang cepat dan membingungkan serta harapan masyarakat yang menginginkan mereka melakukan peran dewasa sebelum mereka matang secara psikologis untuk menghadapinya. Tekanan-tekanan tersebut menimbulkan akibat seperti kegagalan di sekolah, penyalahgunaan obat-obatan, depresi, bunuh diri, keluhan-keluhan somatik dan kesedihan yang kronis. Penelitian yang dilakukan Sari (2017) menunjukkan bahwa “53% responden sudah memiliki resiliensi tinggi namun masih terdapat 42,2% responden memiliki resiliensi rendah”.

Melihat fenomena di lapangan banyak yang mengalami pengalaman hidup yang tidak menyenangkan, musibah, perceraian orangtua, kemiskinan, diterlantarkan atau tekanan-tekanan yang membuat dirinya jatuh kepada hal-hal atau perilaku yang menyimpang. Sehingga hal tersebut dapat mengganggu terhadap tugas perkembangannya. Namun ada sebagian yang mampu untuk melewati masa itu dan ada juga yang belum bisa melewati permasalahan atau tekanan yang menimpa dirinya, sehingga lari kepada hal-hal yang negatif, seperti mabuk, menyayat-nyayat tangannya akibat putus cinta, ada yang melarikan diri dari rumah karena ingin ada perhatian dari orang tuanya. Dapat dilihat dari beberapa penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa permasalahan mengenai resiliensi paling banyak ditemukan dikalangan remaja khususnya siswa jenjang sekolah menengah atas/ menengah kejuruan. Oleh karena itu peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian tentang resiliensi pada siswa remaja kelas XI SMK Mitrabatik.

Berbagai fenomena dilapangan yang telah ditemukan di sekolah menengah Kejuruan/ Sekolah menengah atas mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan, permasalahan keluarga, *bullying*, kenakalan remaja, penyalahgunaan obat-obatan, kesulitan belajar dan bahkan permasalahan tentang asmara. Fenomena tersebut diperkuat oleh beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sri & Agus (2016) 'Masalah remaja tentang cinta terutama pada kegagalan cinta menjadi masalah tersering dan terbesar saat ini pada remaja dikarenakan emosi mereka yang lebih besar dan labil, dengan demikian mereka cenderung berperilaku tidak responsif, frustrasi, dan kekecewaan yang mendalam, walaupun ada yang merasa putus cinta itu hal biasa, tapi perlu kita waspadai pada psikologis remaja tersebut'. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Khomsah, dkk (2018) yang didapat melalui DCM (Daftar Cek Masalah) didapatkan hasil terdapat 50% siswa memiliki masalah terhadap penyesuaian sekolah, 65% siswa mengalami masalah terhadap kurikulum dan 90% siswa mengalami masalah kebiasaan belajar.

Rendahnya resiliensi bukanlah hal yang harus dibiarkan, remaja saat ini yang memiliki resiliensi rendah perlu mengembangkan resiliensi dalam diri mereka, supaya mereka memiliki bekal kemampuan untuk berusaha bertahan atau

bangkit dalam situasi yang menekan dan tekanan yang sedang terjadi saat ini. Individu yang resilien merupakan komponen dasar pembentuk jiwa yang kuat dan bukan hal yang mustahil untuk diwujudkan. Sepertiyang diungkapkan Hederson & Milstein (Desmita, 2012) menyatakan remaja yang resilien dicirikan sebagai individu yang memiliki kompetensi secara sosial, dengan keterampilan-keterampilan hidup seperti: pemecahan masalah, berpikir kritis, kemampuan mengambil inisiatif, kesadaran akan tujuan dan prediksi masa depan yang positif bagi dirinya sendiri. Mereka memiliki minat-minat khusus, tujuan-tujuan yang terarah, dan motivasi untuk berprestasi di sekolah dalam kehidupan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 350 siswa kelas XI SMK Mitrabatik menunjukkan hasil keberagaman mengenai tingkat resiliensi, terdapat 5% (18 orang) sangat tinggi, hal ini berarti siswa mencapai tingkat resiliensi yang sangat maksimal pada setiap aspek dan indikatornya. 28% (98 orang) siswa yang berada pada kategori tinggi, pada kategori ini siswa mencapai kategori yang sangat maksimal pada setiap aspek dan indikatornya, 49% (172 orang) siswa yang berada pada kategori cukup, pada kategori ini siswa mencapai resiliensi yang cukup maksimal pada setiap aspek dan indikatornya, 17% (59 orang) siswa berada pada kategori rendah, pada level ini siswa mencapai resiliensi kurang maksimal pada setiap aspek dan indikatornya, 1% (3 orang) siswa yang memiliki resiliensi sangat rendah, pada kategori ini siswa mencapai resiliensi yang sangat kurang maksimal dilihat dari setiap aspek dan indikatornya. Hal ini menjadi temuan dan landasan bagi peneliti untuk membuat layanan bimbingan dan konseling upaya meningkatkan resiliensi.

Melihat fenomena yang telah diuraikan di atas, agar siswa bisa memiliki resiliensi yang tinggi perlu beberapa upaya yang sistematis dan terprogram dengan baik dalam meningkatkan resiliensi remaja, khususnya remaja yang memiliki pengalaman terhadap situasi yang sulit dan kemungkinan memiliki pengalaman terhadap situasi yang sulit dan mengakibatkan terhadap gangguan psikologis dan kegagalan dalam akademik.

Terdapat beberapa model bimbingan dan konseling untuk mengembangkan resiliensi. Beberapa penelitian untuk mengembangkan resiliensi

diantaraya Teknik *Group Excercises* (Suprihati, et, al: 2018) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa mengalami perubahan secara signifikan setelah diberikan treatment berupa bimbingan kelompok berupa teknik *Group Excercises*. Penelitian yang dilakukan Munawaroh & Sofyan (2018) menyebutkan bahwa “teknik biblioterapi mampu meningkatkan *I Am, I Have, I can*”. Penelitian yang dilakukan oleh Novitasari (2013) menyebutkan hasil bahwa penggunaan cinema therapy efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa SMK. Penelitian yang dilakukan oleh Romansah (2016) dengan judul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Outbound Untuk Mengembangkan Resiliensi Diri Siswa Kelas Xi Iis Sma Negeri 6 Semarang” subjek penelitian adalah kelas XI SMAN 6 Semarang. Hasil menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik outbound efektif untuk mengembangkan resiliensi diri siswa XI IIS SMA Negeri 6 Semarang.

Intervensi untuk meningkatkan resiliensi pada remaja sangat diperlukan terutama dilingkungan sekolah hal ini merupakan sikap yang perlu dikembangkan pada setiap remaja agar pertumbuhan remaja selalu berada pada hal yang positif, sehingga memiliki resiliensi yang optimal. Dari berbagai teori dan pendekatan konseling salah satu pendekatan yang akan digunakan untuk meningkatkan resiliensi adalah dengan menggunakan layanan dasar bimbingan untuk meningkatkan resiliensi melalui *penn resilience program*. Brunwasser dan Jane Gillham (2018) mengatakan bahwa *penn resilience program* (PRP) adalah program kognitif perilaku berbasis kelompok. Program ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang tidak konsisten dalam diri manusia. *Penn resilience program* telah dievaluasi dalam 20 studi terkontrol pada ribuan anak dan remaja yang berusia 9-14 tahun. Beberapa studi menilai efek pada gaya kognitif yang terkait dengan yang berkaitan dengan depresi. Studi ini menjelaskan bahwa RPP dapat mencegah dan mengurangi gejala depresi dan kecemasan (ppc.sas.unpenn.edu). Penelitian ini banyak dilakukan oleh banyak kelompok penelitian dengan hasil menunjukkan bahwa PRP dapat menekan gejala depresi dan kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, salah satu upaya untuk meningkatkan resiliensi pada siswa, layanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu wadah pelaksanaan pendidikan yang mampu memberikan layanan kepada peserta didik, dalam mendukung peningkatan resiliensi pada remaja khususnya pada siswa kelas XI di SMK Mitrabatik. Berdasarkan hal ini, *penn resilience program* dapat menjadi bagian dari rancangan layanan bimbingan dan konseling pada penelitian yang dilakukan.

Melihat hal tersebut guna menumbuhkan dan meningkatkan resiliensi yang lebih luas bagi remaja, sebelum memberikan intervensi untuk meningkatkan resiliensi. Sebagai tahap awal peneliti ingin memotret secara keseluruhan gambaran resiliensi. Mengenai fenomena yang terjadi dilapangan menjadi sebuah keawatiran sehingga harus diberikan sebuah bimbingan dan pemahaman yang bisa mengubah pandangan siswa bahwa resiliensi itu merupakan hal yang penting yang harus dimiliki. Selain itu, supaya siswa mengetahui dan mampu memahami resiliensi sehingga hal itu menjadi sebuah pengetahuan dasar mengenai resiliensi, sehingga menjadi sebuah dorongan dalam diri individu untuk introspeksi diri dalam meningkatkan resiliensi dari setiap aspeknya. Sehingga dapat merekomendasikan rancangan layanan dasar bimbingan untuk meningkatkan resiliensi melalui *Penn Resilience Program* pada penelitian ini yang berjudul “Profil Resiliensi Pada Remaja Berdasarkan Keutuhan Keluarga”.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

1. Fenomena yang terjadi adanya karakteristik siswa kelas XI yang cenderung memiliki resiliensi yang cukup sehingga kemampuan resiliensi yang dimilikinya kurang optimal.
2. Kurangnya pemahaman mengenai resiliensi
3. Siswa mudah menyerah atau tidak mempunyai usaha ketika dihadapi dengan sebuah permasalahan yang menimpanya
4. Maraknya perilaku-prilaku yang menyimpang seperti mabuk-mabukan, penyalahgunaan zat-zat terlarang, *bullying*.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Bagaimana profil resiliensi pada siswa remaja di kelas XI SMK Mitrabatik?
2. Bagaimana perbedaan resiliensi dilihat dari jenis kelamin siswa remaja di kelas XI SMK Mitrabatik?
3. Bagaimana perbedaan resiliensi dilihat dari keluarga utuh dan tidak utuh siswa remaja di kelas XI SMK Mitrabatik?
4. Bagaimana rancangan layanan dasar bimbingan untuk meningkatkan resiliensi melalui *penn-resilience Program* pada siswa remaja di Kelas XI SMK Mitrabatik?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang dikemukakan maka tujuan secara umum penelitian penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada remaja berdasarkan keutuhan keluarga pada remaja SMK.

Adapun secara khusus tujuan penelitian ini untuk mengetahui:

1. Mengetahui gambaran umum resiliensi pada siswa remaja kelas XI di SMK Mitrabatik
2. Mengetahui perbedaan resiliensi dilihat dari jenis kelamin siswa remaja kelas XI di SMK Mitrabatik
3. Mengetahui perbedaan resiliensi dilihat dari keluarga utuh dan tidak utuh siswa remaja kelas XI di SMK Mitrabatik .
4. Merumuskan rancangan layanan dasar bimbingan untuk meningkatkan resiliensi melalui *Penn resilience program* di SMK Mitrabatik.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi mengembangkan keilmuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam lingkup sekolah. Manfaat secara Teoritis :

1. Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam rangka penyusunan teori dan konsep-konsep baru terutama untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling dalam kaitannya dengan permasalahan resiliensi. Juga dapat dijadikan sebagai bahan acuan dan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan resiliensi.
2. Memberikan manfaat, khazanah tentang profil resiliensi berdasarkan keutuhan keluarga.

Selain dari manfaat teoritis, terdapat juga manfaat praktis yang diperoleh dari penelitian untuk siswa SMK diantaranya:

1. Bagi Peneliti
Merupakan latihan pengembangan khazanah pengetahuan dalam bidang pendidikan layanan bimbingan dan konseling melalui kegiatan penelitian.
2. Bagi Siswa
Diharapkan mampu memahami dan mengaplikasikan makna daripada resiliensi itu.
3. Bagi Guru/ Konselor
Menjadi pendorong untuk lebih meningkatkan profesionalitas pengabdian dalam menciptakan proses belajar mengajar/layanan yang dapat menumbuhkan rangsangan untuk belajar bagi siswa melalui model pembelajaran yang kreatif dan inovatif, serta efektif dalam mencapai keberhasilan belajar siswa.
4. Bagi Sekolah
Penelitian ini diharapkan memberikan informasi tambahan dalam melakukan pengawasan terhadap guru Bimbingan dan Konseling atau guru mata pelajaran dalam menangani resiliensi