

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar yang sangat penting bagi setiap manusia sepanjang hidupnya, dan bertujuan untuk mengembangkan seluruh potensi individu secara optimal melalui proses pengajaran, pelatihan, serta bimbingan yang terstruktur. Dalam konteks pendidikan agama pendidikan berfungsi untuk membentuk karakter siswa sekaligus mengajarkan pengetahuan akademik dan nilai-nilai keagamaan. Proses pendidikan yang komprehensif tidak hanya meliputi pengembangan aspek kognitif saja, melainkan juga pengembangan aspek afektif dan psikomotorik siswa, agar mereka dapat secara efektif menerapkan pengetahuan yang diperolehnya dalam konteks kehidupan sehari-hari (Suyuti et al., 2023). MA MINAT merupakan lembaga pendidikan berbasis pesantren yang berada dalam lingkup pondok pesantren, walaupun lembaga pendidikan MA MINAT merupakan lembaga yang berbasis pesantren akan tetapi pemberian materi umum di MA MINAT sama seperti lembaga lain yang tidak berbasis pesantren. Dalam lembaga MA MINAT siswa belajar sesuai dengan kapasitas pembelajaran yang ada di Indonesia seperti pengetahuan umum, kejuruan, mengikuti ujian sesuai jadwal, dan lain sebagainya. Namun, disamping itu siswa juga mendapat pengajaran keagamaan yang lebih kompleks seperti pengajaran kitab kuning, ke NUan, tauhid, tajwid, dan masih banyak lagi. Oleh karena itu, selain mengikuti kegiatan akademik sebagaimana mestinya lembaga pendidikan, siswa MA MINAT juga dituntut untuk mengikuti pengajaran keagamaan lainnya. Dengan banyaknya tuntutan pendidikan di MA MINAT mengakibatkan tidak sedikit siswa yang mengalami tekanan dan kesulitan dalam kegiatan belajar (Ashifan., 2022) .

Menurut Zajacova, dkk ( dalam Zamroni, 2018 ) menyebutkan bahwa tekanan pada dunia pendidikan dapat memicu munculnya stres akademik pada siswa. Adanya stres akut yang bersifat merusak dan stres kronis yang dipicu oleh konflik berkepanjangan telah menyebabkan ketidakseimbangan antara lembaga sekolah dan pesantren dalam menjaga kesejahteraan internalnya. Dengan adanya ketidak senambungan antara sekolah dan pesantren mengakibatkan stres yang dialami oleh siswa meningkat. Menurut (Arsyad & Sulistiyana, 2021) Tingkat stres akademik memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap perkembangan dan pencapaian prestasi belajar siswa. Prestasi akademik sendiri merupakan hasil akhir dari proses pendidikan yang telah dijalani oleh siswa, yang terlihat jelas dari tingkat penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran yang telah diberikan. Prestasi belajar siswa merupakan hasil akhir yang menunjukkan kualitas pendidikan nasional, dan menjadi tujuan utama pendidikan kita; oleh karena itu, para pendidik mengharapkan pencapaian prestasi akademik yang tinggi dari setiap siswa (Azizah & Kardiyeem, 2020). Untuk mencapai hasil dan prestasi belajar yang gemilang, diperlukan adanya unsur-unsur internal siswa yang sangat berpengaruh dan berperan penting sebagai pendorong kuat bagi mereka agar dapat meraih prestasi akademik tinggi serta mewujudkan tujuan dan harapan yang telah mereka cita-citakan (Zamroni, 2018).

Tekanan akademik yang dialami siswa merupakan penghambat yang signifikan dalam proses pembelajaran mereka; oleh karena itu, upaya untuk meminimalisir stres akademik sangatlah penting, dan hal ini dapat dilakukan dengan meningkatkan ketahanan akademik (*Academic Hardiness*) pada diri siswa. *Academic Hardiness* merupakan sikap ketahanan atau kesiapan dalam mengikuti semua kegiatan akademik, sebagaimana dijelaskan oleh Benishek dan Lopez (2001), *Academic hardiness* merupakan kemampuan siswa untuk

bertahan di sekolah dan berkomitmen terhadap studi mereka. Siswa yang memiliki tingkat *academic hardiness* yang tinggi cenderung lebih resilien, mampu mengatasi stres, dan lebih termotivasi untuk meraih prestasi akademik yang tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki tingkat *hardiness* rendah lebih rentan mengalami stres akademik dan kesulitan di dalam menghadapi tekanan yang ada.

Kobasa (1979) mengatakan *Hardiness* dapat diartikan sebagai sebuah kumpulan karakteristik kepribadian yang berperan sebagai sumber daya penyangga yang tangguh dalam menghadapi dan menanggulangi tekanan stres yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian Azizah & Kardiyeem (2020) menunjukkan bahwa rendahnya tingkat ketahanan mental (*hardiness*) yang dimiliki seseorang berakibat pada ketidakmampuan individu tersebut untuk menyelesaikan tugas-tugasnya tepat waktu. Adapun menurut (Benishek & Lopez, 2001) Tingkat ketahanan akademik yang tinggi terbukti sangat berpengaruh pada pencapaian hasil belajar siswa, karena mereka merasa memiliki kendali dan mampu mengelola kinerja serta hasil belajarnya sendiri. Dengan adanya tekanan dan juga beban yang di rasakan oleh Siswa MA MINAT Kesugihan menghadapi berbagai tantangan yang mengganggu *academic hardiness* mereka, seperti tekanan untuk memenuhi harapan akademik yang tinggi, beban tugas yang berat, dan kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan pelajaran umum dengan nilai-nilai agama yang diajarkan di pesantren serta keterbatasan dukungan sosial dan emosional juga berkontribusi pada peningkatan stress, sehingga siswa sering merasa tertekan dan kesulitan dalam mengatasi situasi yang menantang, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap motivasi dan prestasi akademik mereka. Selain itu, ketidak mampuan untuk mengelola stres secara efektif dapat menyebabkan perasaan cemas

dan kurang percaya diri, sehingga menghambat kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan tuntutan belajar yang terus berubah di era pendidikan yang semakin kompetitif.

Dalam penelitian Nurrahmah, (2023) di SMK X Banjarmasin dengan judul “ efektivitas konseling realitas untuk meningkatkan *Academic Hardiness* pada siswa SMK X Banjarmasin “ terdapat 50 siswa kelas X dengan hasil pengukuran skala *Academic Hardiness* yang Terdapat satu siswa dengan klasifikasi sangat rendah, tujuh siswa dengan klasifikasi rendah, dua puluh sembilan siswa dengan klasifikasi sedang, dan tiga puluh tiga siswa dengan klasifikasi tinggi berdasarkan pengukuran awal. Selanjutnya, ketujuh siswa yang memiliki klasifikasi rendah dan sangat rendah diberikan intervensi berupa treatment konseling kelompok yang menggunakan teknik realitas, dengan tujuan untuk meningkatkan skala *Academic Hardiness* mereka. Setelah penerapan treatment konseling kelompok dengan teknik realitas tersebut, skor persentase *Academic Hardiness* pada siswa-siswa tersebut meningkat dan masuk ke dalam kategori tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode konseling realitas dalam layanan konseling kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan *Academic Hardiness* pada siswa kelas X Farmasi di SMK Banjarmasin.

Penelitian terdahulu yang di lakukan oleh Mulawarman o.fl., (2024) Penelitian tentang penerapan konseling realitas dalam pembentukan karakter hardiness pada siswa SMP menunjukkan hasil yang efektif dalam meningkatkan kompetensi konselor dalam menggunakan metode konseling realitas. Selain itu, evaluasi menunjukkan kepuasan tinggi peserta pelatihan selama mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini. Para peserta pelatihan bahkan mampu mengimplementasikan layanan konseling realitas di sekolah masing-masing untuk selanjutnya meningkatkan karakter hardiness siswa SMP. Perbedaan

penelitian ini dengan penelitian lain terletak pada proses praktik layanan konseling yang diterapkan dan jenjang pendidikan siswa yang menjadi subjek penelitian.

Sebagai lembaga pendidikan berbasis pesantren tentunya siswa MA MINAT sebagian besar merupakan santri pondok pesantren yang jaraknya masih dekat dengan sekolah atau pondok pesantren yang masih satu yayasan dengan sekolah. Kebanyakan peserta didik di MA MINAT selain berperan menjadi siswa mereka juga berperan sebagai santri pondok pesantren yang tentunya masih banyak lagi pembelajaran-pembelajaran yang harus mereka selesaikan di luar jam sekolah. Sehingga masih banyak siswa yang merasa kesulitan dalam membagi waktu antara kegiatan sekolah dan kegiatan di pondok.

Dalam konteks ini, tantangan yang dihadapi oleh siswa, terutama di MA MINAT Kesugihan yang merupakan sekolah berbasis pesantren, tidak hanya berkaitan dengan peningkatan kompetensi, tetapi juga dengan tekanan akademik yang dapat memicu stres. Pendidikan berbasis pesantren memiliki karakteristik unik yang mengintegrasikan pendidikan umum dan agama, sehingga siswa diharapkan mampu menjalani dua peran sekaligus: sebagai pelajar yang menguasai pelajaran akademis dan sebagai santri yang memahami nilai-nilai keagamaan. Namun, tuntutan ini sering kali menambah beban mental siswa, sehingga mereka rentan terhadap stres akademik.

Hasil wawancara pada tanggal 3 Agustus 2024 dengan responden pertama, T.F., seorang santri Pesantren X yang juga siswa MA MINAT, menunjukkan prioritasnya yang lebih besar pada kegiatan pesantren. T.F. menjelaskan bahwa kegiatan belajar mengajar di sekolah baginya hanyalah formalitas yang dapat dikerjakan setelah menyelesaikan kegiatan pesantren. Dengan demikian, kegiatan pesantren selalu diutamakannya, dan jika terdapat benturan jadwal antara sekolah dan pesantren, ia memilih mengikuti kegiatan pesantren dan

izin tidak masuk sekolah. Akibatnya, hingga saat ini, ia masih mengalami kesulitan dalam menjalani kegiatan akademik di sekolah.

Hasil wawancara responden kedua dengan responden berinisial M yang merupakan santri pesantren Y mengatakan bahwa dia sering terlambat masuk sekolah karena mengikuti kegiatan ( bandungan pagi ) di pesantren. Namun, responden beranggapan bahwa dia bisa berangkat lebih awal tapi dia merasa enggan untuk berangkat pagi dan responden menyadari hal tersebut merupakan hal yang tidak baik. Terkadang responden ingin lebih baik lagi dalam mengikuti kegiatan di sekolah tapi dia merasa sungkan dengan teman seangkatan disekitarnya. Dari hasil wawancara tersebut terdapat ketidaksesuaian antara pikiran dan perilaku siswa yang dimana dalam psikologi disebut dengan “Dissonansi kognitif”. Dissonansi kognitif merupakan teori yang diperkenalkan oleh Leon Festinger pada tahun 1957, yang menjelaskan keadaan ketidaknyamanan psikologis yang timbul ketika individu menghadapi ketidaksesuaian antara keyakinan, sikap, nilai mereka dengan tindakan yang dilakukan. Festinger menyatakan bahwa ketidaknyamanan ini muncul ketika dua kognisi yang tidak koheren secara bersamaan (Leon Festinger, 1957).

Wawancara responden ketiga dengan responden inisial A.Y yang merupakan santri pondok Y mengatakan bahwa dia sering kali menambah hafalan kitab di sekolah pada saat jam pelajaran sehingga tidak ada pelajaran yang dapat dipahami, responden juga mengatakan bahwa waktu senggang di pondok lebih baik dia habiskan untuk beristirahat. Karena menurutnya dia berangkat sekolah hanya untuk absen agar tidak diberi sanksi oleh guru. Dia merasa tidak memiliki kesiapan apapun dalam kegiatan di sekolah. Kesimpulan dari hasil wawancara tersebut yaitu bahwasanya siswa MA MINAT masih banyak yang mengalami ketidaksiapan akademik atau *Academic Hardiness*.

Berikut ini adalah hasil wawancara yang telah kami lakukan bersama guru Bimbingan Konseling pada tanggal 31 Juli 2024. Guru BK menyatakan bahwa di MA MINAT masih banyak siswa yang minim kesadaran diri dalam kegiatan di sekolah, bahkan untuk sekedar mengerjakan tugas individu saja masih kurang optimal dan lebih juga sering telat dalam mengumpulkan tugas. Guru BK mengatakan bahwa kebanyakan siswa putra di MA MINAT masih sering berangkat terlambat dan pihak guru BK melakukan pengecekan secara berkala ke pesantren guna memastikan siswa MA MINAT sudah meninggalkan pondok dan berangkat ke sekolah. Berdasarkan informasi, guru BK menyampaikan bahwa terkadang ada siswa yang tidak mengikuti mata pelajaran di jam-jam tertentu dan guru BK menyimpulkan dari informasi yang didapat dari siswa bahwa mereka membolos terkadang karena banyaknya aturan atau tuntutan tugas dari guru mata pelajaran sehingga siswa merasa tidak mampu menjalani tuntutan tersebut dan lebih memilih tidak mengikuti mata pelajaran atau membolos, kebanyakan siswa yang tidak mengikuti mata pelajaran tertentu itu dari kalangan siswa putra/laki-laki. Dilihat dari hasil wawancara dengan guru BK, peneliti menyimpulkan bahwa masalah yang sering dialami oleh siswa merupakan bentuk kurangnya ketahanan akademik yang menjadikan siswa merasa tidak mampu dalam menjalani kegiatan akademik di sekolah, mulai dari kegiatan belajar sampai aturan-aturan yang terdapat di sekolah. Berdasarkan pendapat Azizah dan Kardiyeem (2020), rendahnya tingkat ketahanan mental (*hardiness*) seseorang akan berakibat pada ketidakmampuan individu tersebut dalam menentukan sikap yang tepat dan efektif untuk menyelesaikan berbagai permasalahan yang dihadapinya. Rendahnya *Academic Hardiness* siswa juga dapat dianalisis dari sikap dan mental siswa dalam menghadapi akademik, seperti kurangnya kesadaran dan tanggung jawab akan pendidikan, mudah menyerah ketika mengerjakan tugas yang sulit, dan enggan mengembangkan diri dalam bidang pendidikan.

Untuk mengatasi permasalahan yang terkait dengan rendahnya *academic hardiness* di kalangan siswa MA MINAT Kesugihan, konseling kelompok realitas dapat menjadi salah satu metode intervensi yang efektif. Konseling ini berfokus pada membantu siswa menghadapi realitas dan mengembangkan strategi untuk memenuhi kebutuhan mereka tanpa menyakiti diri sendiri atau orang lain. Melalui penerapan teknik WDEP (Wants, Doing, Evaluation, and Planning), konseling kelompok realitas secara efektif dapat membimbing siswa untuk memahami perilaku mereka sekarang ini, kemudian merumuskan tujuan yang ingin dicapai, serta mengevaluasi secara cermat langkah-langkah yang dibutuhkan untuk meningkatkan ketahanan akademik mereka.

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan layanan konseling kelompok realitas, peneliti mengambil pendekatan realitas karena realitas itu sendiri merupakan sebuah pendekatan yang terfokus pada sebuah pilihan dan tanggung jawab yang dimana kecenderungan identitas bisa dikatakan berhasil atau gagal dalam memenuhi kebutuhan bisa dilihat dari tanggung jawab, realitas, dan norma seseorang. Konseling kelompok realitas itu sendiri dapat memberikan ruang bagi siswa untuk saling berbagi pengalaman dan strategi dalam menghadapi tekanan akademik. Melalui interaksi dalam kelompok, siswa dapat membangun dukungan sosial yang kuat, belajar dari teman sebaya, serta mendapatkan dorongan untuk meningkatkan kesiapan akademik atas proses belajar mereka sehingga siswa mampu menyelesaikan tuntutan akademik. Teknik realitas dalam penelitian ini digunakan karena tujuan utama teknik realitas adalah membimbing siswa untuk mempelajari cara untuk mengontrol perilakunya dan mendorong siswa untuk menilai pikiran, perasaan dan tindakan mereka. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas**



**konseling kelompok realitas untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa MA MINAT Kesugihan”.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan, maka penulis mengidentifikasi masalah yang berkaitan dengan judul yang akan dibahas, diantaranya sebagai berikut:

1. Masih banyak siswa yang memiliki *Academic Hardiness* rendah atau tidak memiliki kesiapan akademik di sekolah.
2. Masih banyak siswa yang belum memiliki kesadaran dalam menghadapi konsekuensi tindakan.
3. Belum adanya upaya pemberian layanan konseling realitas guna meningkatkan *Academic Hardiness* siswa.

## **C. Pembatasan Masalah**

Pada idendtifikasi masalah yang akan diteliti yaitu menggunakan pendekatan Realitas untuk meningkatkan *Academic Hardiness* siswa dengan teknik WDEP. Masalah ini dianggap penting bagi peneliti, karena penggunaan pendekatan ini lebih sesuai dengan permasalahan yang ada dan diharapkan dapat sarana yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan *Academic Hardiness*. Permasalahan yang akan diteliti dalam lingkup pengaruh konseling Realitas dengan teknik WDEP terhadap peningkatan *Academic Hardiness* pada siswa yang akan dilaksanakan melalui konseling kelompok, layanan ini diberikan guna pemberian bantuan kepada siswa untuk meningkatkan *Academic Hardiness* siswa.

Berdsasarkan latar belakang dan identifikasi masalah dalam penelitian ini, maka fokus permasalahan dibatasi pada rendahnya *Academic Hardiness* siswa MA MINAT Kesugihan dengan layanan konseling kelompok menggunakan teknik realitas.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dalam penulisan penelitian ini masalah yang akan dibahas dapat dirumuskan yaitu “Apakah konseling kelompok realitas efektif untuk meningkatkan *Academic Hardiness* siswa MA MINAT Kesugihan?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok realitas dalam meningkatkan *Academic Hardiness* siswa MA MINAT Kesugihan.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Diharapkan penelitian ini akan memberikan beragam manfaat signifikan bagi berbagai pihak yang berkepentingan, baik di lingkungan akademis maupun di penerapan praktisnya. Berikut ini beberapa manfaat yang diharapkan dapat dihasilkan dari penelitian ini:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini akan memperkaya literatur dan pengetahuan tentang efektivitas teknik realitas dalam konteks pendidikan, khususnya dalam meningkatkan perilaku *academic hardiness* pada siswa.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a) Peningkatan Kualitas Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian ini memberikan landasan yang kuat sebagai contoh model penerapan layanan bimbingan dan konseling di Madrasah Aliyah MINAT Kesugihan, yang diharapkan dapat meningkatkan efektivitas layanan tersebut dalam rangka menumbuhkan dan meningkatkan *academic hardiness* pada para siswanya.

b) Panduan bagi Guru dan Konselor

Hasil penelitian ini dapat memberikan contoh praktis bagi guru dan konselor dalam menerapkan konseling realitas sebagai metode intervensi untuk meningkatkan perilaku *academic hardiness* siswa.