

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan tidak hanya bertujuan mengembangkan kemampuan kognitif, tetapi juga membentuk karakter dan ketangguhan mental peserta didik. Pendidikan memiliki tanggung jawab yang besar, tidak hanya dalam membentuk kemampuan kognitif siswa, tetapi juga dalam menumbuhkan karakter, ketangguhan emosional, dan kesiapan mental dalam menghadapi tantangan hidup. Dan realisasinya, siswa tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik tetapi juga tentang tekanan sosial, ekspektasi keluarga, hingga dinamika perkembangan diri yang kompleks. Ketangguhan dalam menghadapi tekanan ini sangat bergantung pada resiliensi yang dimiliki individu.

Resiliensi pada siswa umumnya dipicu oleh tekanan akademik yang berat, belum berkembangnya kemampuan mengelola emosi secara efektif, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sosial. Beban pelajaran yang tinggi, tuntutan prestasi, dan persaingan antar siswa sering kali menyebabkan stres yang melemahkan daya tahan mental mereka. Tanpa keterampilan dalam mengatur emosi, siswa akan kesulitan menenangkan diri saat menghadapi kegagalan atau tekanan, sehingga emosi negatif seperti cemas, marah, dan kecewa dapat menghambat kemampuan mereka untuk bangkit. Ketidakmatangan dalam regulasi emosi ini membuat siswa cenderung mudah menyerah dan kehilangan arah saat menghadapi tantangan. Keadaan tersebut menjadi semakin berat ketika siswa tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari orang tua, guru, atau teman. Ketiadaan tempat berbagi dan mendapatkan motivasi membuat mereka merasa sendiri dan tidak berdaya dalam mengatasi masalah¹.

Dalam penelitian ini, resiliensi menjadi salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian siswa. Resiliensi membantu individu bertahan dan

¹ Pardede, N., & Dalimunthe, S. N. (2020). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP Muhammadiyah 29 Padangsidimpuan. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 7-13. <https://core.ac.uk/download/pdf/288190805.pdf>

bangkit dari tekanan hidup, seperti kegagalan, konflik, maupun tekanan akademik. Menurut Reivich dan Shatté resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi, beradaptasi, dan bangkit kembali dari kesulitan, trauma, atau stres. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang resilien akan memiliki kemampuan bertahan dalam situasi sulit tanpa kehilangan motivasi maupun harapan².

Prof. Dr. Sutarjo Adisusilo ahli pendidikan karakter & budaya Jawa "Sangkan paraning dumadi" merupakan nilai luhur dalam pendidikan karakter bangsa, karena mengajarkan manusia untuk hidup dalam kesadaran spiritual tahu dari mana dia berasal dan kemana akan kembali.³

Namun, data yang didapat dari lapangan menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami tekanan yang tidak mampu mereka kelola dengan baik, seperti tekanan belajar, tuntutan orang tua, atau masalah sosial di lingkungan sekolah. Hal ini berdampak pada munculnya perilaku menarik diri, mudah menyerah, hingga stres akademik. Grotberg menyebutkan bahwa anak-anak yang memiliki resiliensi rendah lebih rentan terhadap gangguan psikososial dan kegagalan dalam menghadapi masalah hidup.⁴

Data penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa kondisi resiliensi siswa masih perlu menjadi perhatian serius. Studi oleh Ifdil terhadap siswa SMA di Padang menunjukkan bahwa lebih dari 40% siswa memiliki tingkat resiliensi rendah dan sangat rendah.⁵ Sementara itu, penelitian Aprianti di Jakarta mencatat bahwa dari 668 siswa pra-remaja, sebanyak 26,9% berada pada kategori resiliensi rendah, dan 47% hanya berada di kategori sedang.⁶ Temuan serupa juga diperoleh

² Irianto, M. A., Rahman, F., & Abdillah, H. Z. (2021). Konsep diri sebagai prediktor resiliensi pada mahasiswa. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 1-10.

<https://www.academia.edu/download/103312940/pdf.pdf>

³ Kolis, N. (2018). *Ilmu makrifat Jawa Sangkan Parining Dumadi: Eksplorasi sufistik konsep mengenal diri dalam pustaka Islam Kejawen “Kunci Swarga Miftahul Djanati”* (Skripsi). IAIN Ponorogo. <https://repository.iainponorogo.ac.id/548/>

⁴ Hidayah, n., & Wirawan, h. E. (2020). Gambaran resiliensi wanita dewasa madya dengan suami penderita gagal ginjal yang menjalani hemodialisis. *Melenting menjadi resilien*, 91. <https://books.google.co.id/books?id>

⁵ Ifdil, Ifdil, et al. "Rasch stacking analysis: differences in student resilience in terms of gender." *Konselor* 7.3 (2018): 95-100. <https://ejournal.unp.ac.id/>

⁶ Aprianti, M., Syakina, D., Fataya, H. N., & Rahmawati, U. (2023). Resiliensi Pada Siswa-Siswi Pra-Remaja. *Pena Anda: Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 1(2), 30-39. https://www.researchgate.net/publication/375317939_resiliensi_pada_siswa-siswi_pra-remaja

oleh Wulandari & Khairul yang melaporkan bahwa siswa MAN di Lumajang pasca bencana didominasi oleh tingkat resiliensi sedang (60%) dan rendah (30%), sedangkan hanya 10% yang tergolong tinggi.⁷ Hal ini menunjukkan bahwa banyak siswa belum memiliki daya leting yang kuat dalam menghadapi berbagai tekanan hidup dan akademik.

Dalam konteks ini, layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu upaya sistematis yang dapat dilakukan guru BK untuk membantu siswa mengembangkan resiliensi. Menurut Prayitno bimbingan kelompok adalah layanan bantuan yang memungkinkan siswa belajar melalui dinamika kelompok untuk memahami diri, orang lain, dan lingkungan. Melalui bimbingan kelompok, siswa didorong untuk saling berbagi, memahami pengalaman, dan belajar dari satu sama lain dalam suasana terbimbing. Menurut Juntika bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa).⁸ Corey menyatakan bahwa kelompok yang efektif dapat terdiri dari 5–8 anggota, namun untuk kelompok kecil bisa dimulai dari 4 peserta agar setiap anggota dapat terlibat secara aktif. George Shaftel mengemukakan bahwa *role playing* merupakan metode pembelajaran yang efektif dan berharga. Dengan pendekatan yang tepat *role playing* dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan yang penting, meningkatkan pemahaman, dan mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan nyata.⁹ Pendapat dari Connor & Davidson menyebutkan bahwa resiliensi dapat melindungi dari stress dan resiliensi juga terbukti dapat menjadi faktor pelindung bagi para siswa dalam menjaga kesejahteraan psikologisnya.¹⁰

⁷ Wulandari, F., & Rahmat, HK (2024). Tingkat Resiliensi Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri Lumajang Pasca Bencana Erupsi Gunung Semeru Tahun 2021. Keterhubungan: Jurnal Psikologi,20(2),10-19.

<http://journals.upiyai.ac.id/index.php/jurnalcontiguity/article/download/3841/2914>

⁸ Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 1(1). <https://arsip-jurnal.uin-alauddin.ac.id>

⁹ Dewi, R., & Salam, Z. (2023). Penerapan Metode Role-playing Terhadap Pembelajaran Pendidikan Kewarganegaraan. SEHRAN: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Kewarganegaraan, 37. <https://jurnal.amalinsani.org/index.php/sehran>

¹⁰ Lestari, E. P. (2022). Pengaruh biblio konseling dengan teknik cinematherapy terhadap peningkatan resiliensi diri siswa SMP N 2 Tanjung Emas Kabupaten Tanah Datar. <https://repo.uinmybatisangkar.ac.id>

Salah satu teknik yang efektif dalam pelaksanaan bimbingan kelompok adalah *role playing*. Corey (dalam Mamahit) menjelaskan bahwa *role playing* adalah teknik konseling yang memungkinkan siswa memainkan peran dalam suatu situasi tertentu guna meningkatkan kesadaran diri, empati, dan kemampuan problem solving.¹¹ Dengan memainkan situasi nyata, siswa dapat mengekspresikan perasaannya, memahami perspektif orang lain, dan mengembangkan cara berpikir yang lebih konstruktif dalam menghadapi masalah. Teknik ini juga membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial, empati, serta pengendalian diri, yang semuanya merupakan komponen penting dari resiliensi.

Untuk memperkuat dampak intervensi, nilai-nilai kearifan lokal dapat digunakan sebagai pendekatan edukatif yang bermakna. Dalam hal ini, prinsip “Sangkan Paraning Dumadi” sebagai filosofi Jawa dapat digunakan sebagai pendekatan nilai yang memperkuat aspek spiritual dan eksistensial siswa. Menurut Sumarah, prinsip “Sangkan Paraning Dumadi” mengajarkan pentingnya kesadaran spiritual dan jati diri sebagai fondasi dalam menjalani kehidupan. Jika diterapkan dalam bimbingan kelompok, prinsip ini dapat memperkaya dimensi spiritual dan moral siswa, sehingga resiliensi yang terbentuk menjadi lebih mendalam dan berakar pada nilai budaya.¹² Prinsip sangkan paraning dumadi ini selaras dengan teori Viktor Frankl yang berpendapat bahwa motivasi utama manusia untuk hidup adalah kemauan untuk dapat bermakna. Menurut Viktor Frankl, inti dari keberadaan manusia terletak pada upaya untuk menemukan makna dan tujuan hidup. Makna ini bisa ditemukan melalui berbagai pengalaman, seperti keberhasilan, cinta, bahkan penderitaan. Ia berpendapat bahwa meskipun kehidupan sarat dengan penderitaan, di dalamnya tersimpan kesempatan untuk belajar dan menemukan arti yang membuat seseorang mampu bertahan. Prinsip sangkan paraning dumadi juga mejelaskan tentang asal usul dan tujuan hidup.

¹¹ Mamahit, H. C., Dinoto, R., Nataniel, M., Lewoleba, M. P., & Reandsi, H. W. (2021). Penerapan teknik bermain peran melalui konseling kelompok untuk melatih perilaku asertif sepuluh siswa kelas VIII SMP Kolose Kanisius Jakarta. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 6(2), 673-683. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/download/1209/869>

¹² Setyabudi, M. N. P. (2023). Islam-Jawa: Menyingkap Ajaran Keutamaan dalam Agama, Spiritualisme, dan Filsafat Jawa Damardjati Supadjar. Pustaka Peradaban. <https://books.google.com/books?id=6ZXPEAAQBAJ&pg=PA2>

Frankl menekankan bahwa makna hidup tidak diciptakan oleh individu, melainkan ditemukan di luar dirinya. Setiap orang memiliki makna hidup yang khas, yang bisa dicapai melalui sikap hidup dan pengalaman yang disebut sebagai nilai kreatif. Nilai ini memberi dorongan bagi seseorang untuk berkarya dan mencapai sesuatu, biasanya melalui pekerjaan atau hasil cipta. Oleh karena itu, makna kehidupan bukan ditentukan oleh panjangnya usia, tetapi oleh kualitas hidup yang dijalani.¹³

Penelitian sebelumnya juga mendukung efektivitas penelitian ini, seperti penelitian yang dilakukan oleh Kustiana dengan judul “ Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa” menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* mampu meningkatkan kemampuan mengolah emosi siswa dalam menghadapi tekanan sosial di sekolah.¹⁴ Begitu pula penelitian oleh Nurlina yang berjudul “ Pengaruh konseling Kelompok Teknik *Role Playing* terhadap Pengambilan Keputusan Remaja” menemukan bahwa teknik *role playing* dalam konseling kelompok dapat meningkatkan empati dan kemampuan pengambilan keputusan siswa secara jelas.¹⁵ Penelitian Akifin dengan judul “Internalisasi nilai-nilai budaya dalam pelayanan bimbingan konseling. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan” juga menemukan bahwa penerapan nilai budaya lokal dalam layanan konseling mampu meningkatkan pemahaman diri dan ketangguhan siswa dalam menghadapi konflik batin.¹⁶

Dengan demikian, perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah terletak pada integrasi tiga komponen sekaligus yaitu

¹³ Nurismawan, A. S., Lislanti, A. U., Nafilasari, H. I., & Purwoko, B. (2023). Pendekatan Konseling Viktor Frankl dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa di Masa Krisis. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 6(1), 126-131. <https://ejournal.undiksha.ac.id/>

¹⁴ Kustiana, R. L. J., Rohaeti, E. E., & Pahlevi, R. (2024, November 29). Efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan kecerdasan emosional pada peserta didik kelas XI di SMAN 5 Cimahi. <https://doi.org/10.22460/fokus.v7i6.16163>

¹⁵ Nurlina, P., Nurfadillah, N., Melati, E. P., & Nuryana, O. (2025). *Efektivitas model bimbingan kelompok dalam meningkatkan kemampuan empati anak berbasis role play di RA Salafiyah Cibenda, Parigi*. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 10(2), 31–40. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v10i2.10261>

¹⁶ Akifin, A., & Puspita, R. (2023). *Internalisasi nilai-nilai budaya dalam pelayanan bimbingan konseling*. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(3), 54–64. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7605210>

layanan bimbingan kelompok, teknik *role playing* dan penerapan nilai filosofi “Sangkan Parining Dumadi”. Namun, hingga saat ini masih sangat terbatas penelitian yang menggabungkan bimbingan kelompok, teknik *role playing*, dan pendekatan nilai lokal seperti “Sangkan Parining Dumadi” secara terpadu dalam konteks peningkatan resiliensi siswa.

Maka dari itu berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan di antara siswa yang memiliki resiliensi diri yang rendah. Fenomena tersebut penulis temukan di SMP Negeri 1 Wonodadi berdasarkan wawancara yang penulis lakukan dengan guru BK, wali kelas, dan salah satu siswa kelas VIII yang menunjukkan perilaku tidak percaya diri dan sering menarik diri dari lingkungan sosial di sekitarnya, pada tanggal 1 Oktober 2024. Penulis memperoleh informasi bahwa sebagian siswa memiliki resiliensi yang rendah yang ditandai dengan sebagian siswa sering putus asa dan tidak percaya diri dan belum pernah dilakukan teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok dengan prinsip “Sangkan Parining Dumadi”.¹⁷

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut dalam bentuk penelitian dengan judul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* terhadap Resiliensi Siswa dengan Penerapan Prinsip “Sangkan Parining Dumadi”.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Identifikasi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan adanya fakta di lapangan yang menunjukkan bahwa terdapat sebagian siswa yang mempunyai kesulitan dalam memahami dirinya sendiri dan juga memaknai makna hidup yang sebenarnya, sehingga membuat siswa mudah goyah dalam menghadapi suatu masalah. Dari hal itu membuat peneliti tertarik untuk memberikan bantuan kepada siswa agar dapat membangun resiliensi yang kokoh. Salah satu pendekatan yang digunakan oleh peneliti untuk meningkatkan resiliensi siswa yaitu dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* yang memungkinkan siswa belajar melalui pengalaman sosial, bermain peran dan juga refleksi diri. Dalam hal ini

¹⁷ Kiky, S.Pd. (2024, 1 Oktober). Guru Bimbingan dan Konseling SMPN 1 Wonodadi. Wawancara Pribadi

penerapan prinsip sangkan paraning dumadi juga cukup penting untuk mendorong siswa memahami diri sendiri dan makna hidup yang sebenarnya.

Berdasarkan identifikasi masalah yang ditemukan dilapangan, maka peneliti melakukan pembatasan masalah agar tidak melebar. Peneliti membatasi masalah pada penggunaan Bimbingan kelompok teknik *role playing* untuk meningkatkan resiliensi pada peserta didik di SMPN 1 Wonodadi sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya fokus meneliti terhadap tingkat resiliensi akademik siswa kelas VIII A di SMPN 1 Wonodadi.
2. Sampel penelitian ini diambil dari populasi siswa sebanyak 29 siswa yang terdiri dari 1 kelas.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang digunakan dalam penelitian yang dilakukan yaitu :

1. Bagaimana penerapan teknik *role playing* yang menyatukan prinsip “Sangkan Parining Dumadi” terhadap peningkatan resiliensi pada siswa SMPN 1 Wonodadi?
2. Apa faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam meningkatkan resiliensi siswa SMPN 1 Wonodadi?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik *role playing* yang menyatukan prinsip “Sangkan Parining Dumadi” terhadap peningkatan resiliensi siswa di SMPN 1 Wonodadi.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan atau kegagalan dalam upaya meningkatkan resiliensi melalui layanan bimbingan kelompok teknik *role playing* dengan menyatukan prinsip “Sangkan Parining Dumadi” di SMPN 1 Wonodadi.

E. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dan pengembangan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling

khususnya yang berkaitan dengan efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dalam meningkatkan resiliensi siswa berprinsip “Sangkan Paranning Dumadi”.

2. Secara praktis

a. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam memberikan bantuan kepada siswa khususnya dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP 1 Wonodadi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini bisa jadi bahan rujukan bagi peneliti lain yang ingin meneliti hal serupa, khususnya tentang cara meningkatkan resiliensi siswa lewat bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dan prinsip Sangkan Paranning Dumadi. Selain itu, penelitian ini juga memberi gambaran tentang langkah-langkah penelitian dan bentuk intervensi yang bisa dikembangkan atau dicoba lagi dalam situasi yang berbeda.

c. Bagi Calon Konselor

Bagi calon konselor, penelitian ini bisa menjadi bekal yang bermanfaat untuk belajar bagaimana memberikan bimbingan kelompok yang efektif dengan menggunakan teknik *role playing* dan nilai-nilai kearifan lokal seperti Sangkan Paranning Dumadi, agar kelak mampu membantu siswa menjadi lebih tangguh, percaya diri, dan memahami makna hidup secara lebih dalam.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian merupakan batas yang dibuat agar penelitian lebih terfokus dan efektif. Penelitian ini merupakan studi kuantitatif pre-eksperimen dengan desain one group pretest-posttest desain. Subjek penelitiannya siswa kelas VIII di SMPN 1 Wonodadi. Penelitian ini mengkaji 2 variabel yaitu variabel bebas (X) bimbingan kelompok teknik *role playing* dengan prinsip sangkan paranning dumadi dan variabel terikat (Y) Resiliensi siswa.

G. Penegasan Variabel

1. Variabel bebas (X)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok teknik *role playing* dengan prinsip sangkan paraning dumadi yaitu layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik bermain peran (*role playing*) yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada siswa agar dapat memahami diri sendiri dan membentuk karakter melalui prinsip sangkan paraning dumadi yang bertujuan untuk memahami tujuan hidup.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi siswa, yaitu kemampuan untuk bangkit kembali setelah melalui masa masa sulit dalam hidupnya.

H. Sistematika Penulisan

1. Bab I Pendahuluan

Pada penelitian ini bab 1 berisikan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, dan sistematika penulisan.

2. Bab II Landasan Teori

Pada landasan teori ini berisikan teori-teori tentang resiliensi, bimbingan kelompok, teknik *role playing* dan prinsip sangkan paraning dumadi. Serta penelitian terdahulu, kerangka teori, dan hipotesis penelitian.

3. Bab III Metode Penelitian

Pada metode penelitian berisikan tentang pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampling, dan sampel

penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, dan tahapan penelitian yang dilakukan.

4. Bab IV Hasil Penelitian

Pada hasil penelitian ini membahas hasil yang dilakukan setelah melakukan penelitian yang berupa deskripsi data dan temuan penelitian.

5. Bab V Pembahasan

Pada pembahasan peneliti memberikan hasil analisis data, temuan penelitian, pembahasan yang dikaitkan dengan teori dan penelitian terdahulu.

6. Bab IV Penutup

Pada bab ini berisikan kesimpulan dan saran.