

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Menengah Atas merupakan masa transisi bagi peserta didik dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru. Di sekolah menengah pertama, peserta didik sangat bergantung pada bimbingan guru dan orang tua untuk memenuhi persyaratan akademik, sedangkan di sekolah menengah atas, mereka diharapkan berperan lebih aktif dan mandiri dalam menyelesaikan tugas dan memenuhi tuntutan akademik (Heditya & Sawitri, 2023). Selain itu guru biasanya tidak memberikan bimbingan sebanyak yang mereka berikan di sekolah menengah pertama. Peserta didik biasanya merasa terbebani dengan tugas dan tekanan akademis ketika mereka harus menyesuaikan diri dengan gaya dan lingkungan belajar yang baru.

Kemampuan peserta didik dalam beradaptasi di lingkungan sekolah sangat penting dalam keberhasilan akademik (Zubaidah, 2020). Peserta didik yang memiliki kemampuan beradaptasi terhadap perubahan dan tantangan di lingkungan sekolah lebih besar kemungkinannya untuk mendapatkan pengalaman akademik yang positif. Mereka mampu menangani stres dengan lebih baik, mematuhi peraturan dan harapan sekolah, serta membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya dan guru. Di sisi lain, jika seorang individu tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan, hal ini dapat menyebabkan peningkatan stres dan pengalaman negatif secara keseluruhan.

Penting bagi peserta didik untuk mengembangkan keterampilan kemampuan beradaptasi sehingga mereka dapat berkembang dalam situasi apa pun.

Salah satu adaptasi yang harus dilakukan oleh peserta didik adalah menghadapi berbagai perubahan beban akademik, termasuk jumlah tugas yang lebih banyak dan adanya kegiatan praktikum bagi peserta didik di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Peserta didik sering kali menghadapi peningkatan tingkat stres sebagai akibat dari meningkatnya tekanan akademis, sehingga membuat mereka merasa kewalahan dengan berbagai tuntutan dan tekanan yang mereka hadapi (Barseli et al., 2020). Peserta didik mengalami stres akademik ketika menghadapi tuntutan berbagai tugas, ujian, dan praktikum sekolah kejuruan. Hal ini harus diperhatikan karena menyebabkan prestasi peserta didik yang menurun ataupun kecemasan sehingga memberikan banyak dampak negatif pada peserta didik jika tidak ditangani dengan baik. Maka dari itu penting bagi peserta didik untuk memiliki ketahanan (*hardiness*) agar dapat mengelola tekanan dan stres secara efektif ketika menghadapi beragam tantangan akademik (Heditya & Sawitri, 2023). Peserta didik yang memiliki *academic hardiness* yang tinggi cenderung akan mampu mengatasi stres akademik dengan lebih efektif karena lebih mampu mengontrol emosi dan respon mereka terhadap apa yang dirasakan.

Academic Hardiness adalah karakteristik kepribadian yang melibatkan peningkatan tingkat komitmen, pengendalian diri dan keberanian untuk menghadapi tantangan di masa depan. Individu yang memiliki *academic hardiness* cenderung menikmati dan melibatkan diri dalam tuntutan sebagai

akibat dari pilihan mereka sendiri, serta sebagai peluang untuk belajar dan berkembang. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maddi, Lifton dkk (dalam Evangelia, 2013) menunjukkan bahwa *academic hardiness* berperan penting sebagai prediktor efektivitas kinerja siswa. Selain itu, terdapat hubungan positif antara *academic hardiness* dengan tingkat retensi pengetahuan dan kreativitas di kalangan peserta didik. Di sisi lain, *academic hardiness* juga memiliki hubungan negatif dengan tingkat stres akademik dan keluhan kesehatan pada peserta didik.

Peserta didik dengan tingkat kepribadian *hardiness* yang tinggi akan menunjukkan motivasi belajar yang kuat dan memiliki komitmen yang lebih tinggi untuk berpartisipasi aktif di dalam kelas, berbeda dengan peserta didik yang memiliki *academic hardiness* rendah atau kurang memiliki sifat *hardiness* (Evangelia, 2013). Disebutkan juga dalam penelitian yang dilakukan oleh *sheard dan golby* (dalam Evangelia, 2013) seseorang dengan tingkat *hardiness* yang tinggi akan menunjukkan pola perilaku yang mampu mengatasi stres dan mengubah potensi stres yang bersifat bencana menjadi peluang bagi dirinya. Dalam hasilnya, individu yang memiliki *academic hardiness* yang kuat akan menunjukkan komitmen yang tinggi dalam melaksanakan aktivitas atau tuntutan akademik. Individu juga memiliki kontrol atas diri dan peristiwa yang mungkin terjadi, terutama dalam menghadapi tuntutan-tuntutan yang diberikan. Selain itu, peserta didik akan melihat beban tersebut sebagai tantangan yang harus dihadapi dan diselesaikan.

Berbagai dampak dari stres akademik bisa dilihat dari rendahnya prestasi akademik peserta didik yang mana tidak memiliki motivasi terhadap mata pelajaran, bolos sekolah ataupun pelajaran, tidak naik kelas bahkan berhenti atau di dikeluarkan dari sekolah. Hal ini banyak ditemukan di sekolah, seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh (Sudarsana, 2019) di SMPN 2 Kemalang yang dimana hasilnya semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah prestasi belajar begitupun sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin tinggi prestasi belajar peserta didik.

Minimnya dukungan dari guru terhadap *academic hardiness* pada peserta didik menjadi salah satu penyebab terjadinya stres akademik pada peserta didik. Akibatnya, peserta didik cenderung mengalami stres. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara skor *academic hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin kecil juga stres akademik yang dialaminya, dalam hal ini *academic hardiness* memberikan sumbangan 38,1% terhadap stres akademik yang dialami oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi (Azizah & Satwika, 2021). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *academic hardiness* sangat berpengaruh dalam mengerjakan skripsi atau tuntutan akademik.

Penelitian lain juga menyebutkan semakin tinggi *hardiness* akademik yang dimiliki mahasiswa rantau asal Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro, semakin tinggi pula efikasi diri akademiknya (Rasyid & Rusmawati, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat keuletan dan ketahanan mental mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik di lingkungan

universitas memiliki dampak positif terhadap keyakinannya terhadap kemampuan akademik dirinya. Dengan kata lain, semakin mahasiswa ini mampu mengatasi stres dan kesulitan dalam pembelajaran, semakin besar pula rasa percaya diri mereka dalam meraih kesuksesan dalam bidang akademik. Mahasiswa memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung memiliki keyakinan yang kuat dalam kemampuan mereka untuk mengatasi hambatan akademik dan meraih prestasi yang lebih tinggi di lingkungan universitas atau sekolah.

Salah satu strategi yang perlu diterapkan adalah meningkatkan *academic hardiness* pada peserta didik agar mereka dapat memenuhi tuntutan akademik secara efektif. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara proses bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam meningkatkan *academic hardiness* itu memerlukan layanan khusus tentang *academic hardiness*. Sejauh ini, media layanan bimbingan dan konseling di sekolah masih terbatas, dimana para guru cenderung menggunakan metode ceramah yang membuat peserta didik merasa bosan sehingga layanan bimbingan kelompok belum optimal. Hal ini menyebabkan peserta didik lebih memilih menghindari jadwal layanan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling jarang sekali menggunakan metode yang menarik atau menggunakan media dalam menyampaikan layanan, banyak peneliti membuat inovasi media seperti pembuatan modul ataupun poster. Di samping itu, terdapat pula inovasi dalam penggunaan media dan metode pembelajaran, termasuk penggunaan permainan.

Penggunaan permainan sebagai metode pembelajaran atau layanan masih minim dilakukan di sekolah, namun metode ini dapat menarik minat dan meningkatkan antusiasme peserta didik dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling. Pengaplikasian permainan dalam layanan bimbingan dan konseling dapat menjadi katarsis bagi peserta didik yang dimana dapat memberikan pengalaman langsung bagi peserta didik akan masalahnya atau nilai psikoedukasi yang akan disampaikan kepada peserta didik (Hariyadi et al., 2022). Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling membutuhkan pembaharuan untuk menarik peserta didik dalam mengikuti layanan yaitu dengan pengembangan media games.

Sebagai guru bimbingan dan konseling diperlukan memberikan layanan yang kreatif, inovatif, inspiratif dan interaktif sehingga dalam penyelenggaraan layanan peserta didik dapat menangkap isi materi yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling memiliki tugas dalam memberikan layanan untuk membantu peserta didik dalam pemahaman pentingnya memiliki *academic hardiness* dengan berbagai startegi dalam bimbingan dan konseling. Strategi yang digunakan yaitu salah satunya dengan penggunaan media yang diadaptasi dari monopoli untuk memberikan pemahaman pentingnya *academic hardiness* sehingga memungkinkan peserta didik untuk memahamai perilaku *academic hardiness* yang harus dimiliki.

Media games *Island Academic Hardiness* (ICHA) adalah jenis permainan yang menggunakan dadu untuk menentukan berapa langkah ketika

bermain. *Island Academic Hardiness* (ICHA) diadaptasi dari permainan monopoli, yang dimana bermain menggunakan dadu dan terdapat kartu yang berisikan pertanyaan dan tantangan. Permainan ini termasuk *board game* atau permainan papan sejenis dengan ular tangga, monopoli, ludo, dan sebagainya. Papan berupa gambar pulau-pulau kecil yang terdiri dari 12 pulau dengan 50 pijakan, 1 rumah singgah dan segitiga bermuda. Pulau-pulau yang terdapat di board game ini terdapat kartu pertanyaan dan tantangan yang harus dijawab peserta didik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan diatas, maka dapat dikemukakan beberapa masalah yang berkenaan dengan *academic hardiness*, diantaranya yaitu:

1. Rendahnya pemahaman mengenai *academic hardiness* sehingga mengakibatkan kesulitan dalam mengatasi tekanan di lingkungan sekolah.
2. Peserta didik mengalami tekanan atau beban akademik menyeimbangkan antara belajar di kelas dan praktikum.
3. Peserta didik mengalami stres akademik dikarenakan perubahan lingkungan belajar.
4. Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling belum optimal sehingga membutuhkan pembaharuan agar peserta didik tidak bosan untuk membantu tercapainya tujuan layanan bimbingan kelompok secara optimal.

5. Media dalam layanan bimbingan dan konseling belum optimal, sehingga membutuhkan pembaharuan baru untuk menunjang layanan bimbingan kelompok.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan pokok-pokok identifikasi masalah peneliti membatasi masalah pada pengembangan media *Island Academic Hardiness (ICHA)* tentang *academic hardiness* peserta didik kelas X. Maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah masih diperlukannya media kreatif, interaktif dan efisien guna membantu peserta didik untuk memahami pentingnya *Academic Hardiness*. Media yang dimaksud adalah media Bimbingan Konseling *Island Academic Hardiness (ICHA)* tentang *academic hardiness*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah diuraikan. Maka dapat dirumuskan permasalahannya yaitu bagaimana kelayakan media *Island Academic Hardiness (ICHA)* pada peserta didik kelas X?

E. Tujuan Pengembangan

Berdasarkan rumusan masalah, maka dapat dirumuskan tujuan penelitian yaitu: Menghasilkan produk media permainan *Island Academic Hardiness (ICHA)* yang layak tentang *academic hardiness* sampai revisi desain.

F. Maanfaat Pengembangan

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang media bimbingan dan konseling dengan mengembangkan media permainan simulasi yang diadaptasi dari monopoli yaitu *Island Academic Hardiness* (ICHA) sebagai media dalam memberikan layanan tentang *academic hardiness* peserta didik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peserta didik

Bagi peserta didik, penelitian ini dapat memudahkan peserta didik dalam memperoleh dan memahami layanan tentang pentingnya *academic hardiness* dengan menggunakan media permainan *Island Academic Hardiness* (ICHA)

b. Manfaat Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Bagi guru bimbingan dan konseling, manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai bekal untuk menambah wawasan dalam memberikan layanan bimbingan konseling yaitu tentang *academic hardiness* dengan menggunakan media permainan *Island Academic Hardiness* (ICHA) yang menarik dan kreatif.

G. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan

Spesifikasi produk yang dihasilkan dari pengembangan ini adalah sebuah media permainan simulasi yang diadaptasi dari monopoli yaitu *Island*

Academic Hardiness (ICHA) tentang *academic hardiness* pada peserta didik kelas X yang mempunyai spesifikasi sebagai berikut:

1. Media permainan simulasi *Island Academic Hardiness (ICHA)* ini memiliki spesifikasi yang dibuat secara khas mengenai pemahaman pentingnya *academic hardiness* dengan ukuran 1 x 1 m, terdapat 12 pulau, 50 bidak langkah dan terdapat kartu diskusi yang berisi 60 pertanyaan yang berisikan materi mengenai *academic hardiness* dan tantangan. Kartu pertanyaan dan tantangan sesuai dengan pulau yang dipijak oleh peserta didik. Pertanyaannyaapun telah disesuaikan dengan aspek dari *academic hardiness* yaitu: 1) *Commitmen*; 2) *Control* 3) *Challenge*. Kartu tantangan berisikan hiburan untuk membuat permainan lebih menarik dan membuat pemain peserta didik lebih antusias dan bersemangat ddalam melaksanakan layanan bimbingan konseling dengan menggunakan media permainan simulasi *Island Academic Hardiness (ICHA)*
2. Media permainan *Island Academic Hardiness (ICHA)* ini dilengkapi dengan buku panduan media permainan, buku panduan media ini berfungsi untuk fasilitator dan para peserta permainan untuk memudahkan dalam memainkan media *Island Academic Hardiness (ICHA)*
3. Media permainan *Island Academic Hardiness (ICHA)* ini dirancang sebagai bahan layanan bimbingan dan konseling serta sebagai bahan media dalam layanan bimbingan dan konseling.

H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

1. Asumsi Pengembangan

- a. Media simulasi game *Island Academic Hardiness* (ICHA) untuk membantu peserta didik meningkatkan pemahaman *academic hardiness* yang dimana sesuai dengan aspeknya yaitu 1) *Commitmen*; 2) *Control*; 3) *Challenge* guna membantu peserta didik dalam meningkatkan *academic hardiness* sehingga peserta didik bisa tahan dalam tekanan di lingkungan sekolah
- b. Pengembangan media simulasi game *Island Academic Hardiness* (ICHA) akan menarik bagi peserta didik sehingga bisa membantu guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan konseling.

2. Keterbatasan pengembangan

Setiap penelitian dan produk yang dibuat tentu saja tidak akan terlepas dari keterbatasan. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah simulasi game hanya mengenai *academic hardiness*. Pengembangan media *Island Academic Hardiness* (ICHA) ini dengan model *Borg and gall* yang dilakukan hanya pada tahap 5 yaitu revisi desain, dikarenakan keterbatasan waktu penelitian yang memakan waktu lama. Kemudian pada pengembangannya, peneliti hanya sampai pada tahap pengembangan (*development*) dikarenakan keterbatasan biaya yang belum bisa diproduksi secara masal di pasaran dan masih memerlukan pengembangan lebih lanjut dan hak paten agar sesuai ketika diberikan kepada peserta didik.