

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu hendaknya memiliki kemampuan dan keahlian untuk bertahan serta beradaptasi terhadap segala kondisi sulit yang terjadi, serta dapat mengetahui cara untuk menyelesaikan berbagai tantangan dalam hidupnya. Setiap orang pasti tidak akan lepas dari permasalahan atau tantangan yang akan terjadi dalam hidupnya. Namun permasalahan atau tantangan itu muncul dengan bentuk dan tingkatan yang berbeda-beda. Permasalahan yang dihadapi setiap orang, mulai dari yang ringan sampai dengan yang paling berat. Setiap permasalahan yang muncul pasti sesuai dengan usia dan tugas perkembangan yang sedang dijalani. Tahap perkembangan remaja merupakan tahap perkembangan yang seringkali bermasalah dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya.

Masa remaja adalah masa yang sangat dominan dalam hal kemandirian dan pengembangan identitas diri. Semakin banyak waktu yang dijalani oleh remaja di luar rumah, maka pikirannya pun semakin logis, abstrak dan idealistis (Trianziani, 2020). Remaja sering kali mengalami perubahan yang sangat cepat, baik perubahan fisik atau perubahan lainnya, dan ketidakstabilan emosi juga terjadi pada masa ini. Pada masa ini pula terjadi berbagai masalah psikologis, sosial, atau akademis.

Permasalahan yang kerap terjadi di masa remaja diantaranya tawuran pergaulan bebas, narkoba, ketidakmampuan individu untuk bertahan dalam suatu

kondisi atau suatu tekanan. Kondisi atau suatu tekanan yang dimaksud yaitu seperti tuntutan sebagai peserta didik untuk mengerjakan tugas dengan baik, mengumpulkan tugas tepat waktu, tuntutan nilai yang baik dari orang tua, dan lingkungan belajar yang kompetitif (Ramadanti & Sofah, 2022). Selain itu, ada juga beberapa permasalahan yang sering dihadapi oleh para remaja sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, emosional bahkan kesejahteraan akademiknya seperti, kecemasan, depresi, bullying, dan masalah lainnya yang berkaitan dengan hubungan interpersonal (Wahidah 2019). Maka dari itu remaja yang sedang mengalami masa labil lebih rentan melakukan berbagai perilaku negatif.

Remaja terkadang sulit untuk mengendalikan emosi yang ada dalam dirinya baik itu ketika adanya masalah kecil atau besar (Purba & Kusumawati, 2019). Hal itu disebabkan oleh remaja yang kurang mampu mengidentifikasi penyebab dari masalah yang dialaminya (Putri & Hidayat, 2023). Remaja kadang menganggap dirinya tidak mampu memecahkan permasalahan yang dialami sehingga tidak ada kesiapan untuk menghadapi segala tantangan yang datang pada kehidupannya. Kurangnya dukungan dari lingkungan juga sangat berpengaruh terhadap kemampuannya dalam mengatasi dan menghadapi masalah yang terjadi. Kemampuan remaja dalam menghadapi masalah disebut dengan resiliensi (Ruswahyuningsi & Afiatin, 2015).

Peserta didik yang memiliki resiliensi lebih siap menghadapi kemunduran, tantangan, kesulitan, dan tekanan (Rukmana, 2024). Resiliensi

merupakan kemampuan untuk bangkit kembali dari keterpurukan masa lalu menjadi lebih kuat (Munawaroh 2018). Orang yang memiliki resiliensi tinggi mampu bertahan dalam kondisi yang menekan bahkan saat dihadapkan dengan kesengsaraan atau permasalahan yang berat. Resiliensi berhubungan erat dengan kesejahteraan psikologis dan individu yang lebih resilien cenderung mengalami kesejahteraan emosional yang lebih baik serta mampu mengatasi kesulitan hidup dengan lebih efisien. (Ruggeri et al. 2020).

Resiliensi memiliki peran penting dalam membantu individu untuk menghadapi setiap permasalahan yang terjadi dalam hidupnya. Peserta didik yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung lebih mampu beradaptasi dengan perubahan, mengembangkan keterampilan pemecahan masalah, membangun hubungan sosial yang sehat, dan memiliki pandangan yang lebih positif terhadap masa depan mereka (Setiawati, dkk., 2023). Resiliensi juga dapat membantu anak-anak mengatasi stres, mengurangi tingkat kecemasan dan depresi, dan mengoptimalkan potensi mereka dalam mencapai kesejahteraan secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Poerwanto & Prihastiwi (2017) menemukan bahwa kualitas resiliensi remaja pada kategori sedang sebesar 82,24%, pada kategori tinggi 15,89%, dan pada kategori rendah sebesar 1,87%. Penelitian lain yang dilakukan Nuzuliya (2021) menunjukkan bahwa tingkat resiliensi akademik peserta didik SMA Negeri 1 Trenggalek sebanyak 95 peserta didik atau 73,6% peserta didik memiliki resiliensi akademik

sedang. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan maka belum semua remaja memiliki tingkat resiliensi yang tinggi.

Permasalahan rendahnya tingkat resiliensi juga terjadi pada peserta didik di SMP Muhammadiyah Bantul. Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling dapat diketahui bahwa kurangnya tingkat resiliensi yang dimiliki oleh peserta didik di SMP Muhammadiyah Bantul. Hal tersebut dibuktikan dengan peserta didik yang belum mampu untuk tetap tenang dalam menahan emosi, contohnya ketika guru akan mengadakan kuis tetapi guru belum memberitahu kepada peserta didik maka peserta didik akan merasa panik dan emosi, dan terkadang terjadi konflik dengan teman lainnya. Ada beberapa peserta didik yang tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki sehingga ketika ada tugas dikerjakan dengan mencontek, menunda-nunda tugas karena merasa tugas tersebut terlalu sulit atau takut gagal, mencari bantuan terus-menerus, dan menghindari tantangan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi diantaranya adalah komunikasi interpersonal, dukungan sosial, *self-esteem self-compassion*, religiusitas, efikasi diri, kecerdasan sosial, regulasi emosi, dan kecerdasan emosional (Apriani dan Listiyandini 2019). Namun, pada penelitian ini akan fokus mengkaji pada variabel komunikasi interpersonal dan dukungan sosial. Hal tersebut didasarkan pada masa remaja sangat membutuhkan komunikasi interpersonal yang positif dan dukungan yang kuat dari lingkungannya.

Komunikasi interpersonal adalah kegiatan untuk menyampaikan dan

menerima pesan yang akan dilakukan secara lisan (verbal) dan tidak diatur secara formal (Chairunnisa, dkk., 2024). Komunikasi interpersonal yang efektif ditunjukkan dengan kemampuan individu yang memiliki keterbukaan, memiliki rasa peduli, perilaku yang baik, kesetaraan, memiliki keyakinan dan berorientasi kepada orang lain (Saudia F 2019). Peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal yang baik akan mudah bersosialisasi dengan lingkungan di mana peserta didik itu berada. Hubungan interpersonal yang baik tercipta apabila ada komunikasi yang baik. Sementara peserta didik yang mempunyai komunikasi interpersonal yang kurang baik akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Penelitian yang dilakukan Amaniyah (2020) di SMA Negeri 1 Tumpang menunjukkan bahwa tingkat komunikasi interpersonal peserta didik memiliki persentase sebesar 98% pada kategori sedang dan sisanya dalam kategori rendah. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa sebesar 17% peserta didik di SMA Negeri 1 Karanganyar memiliki komunikasi interpersonal kategori rendah (Damayanti & Dewantoro, 2023). Hasil penelitian yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa belum semua peserta didik memiliki tingkat komunikasi interpersonal yang tinggi.

Berdasarkan wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMP Muhammadiyah Bantul diketahui bahwa ada permasalahan yang menunjukkan rendahnya komunikasi interpersonal pada peserta didik. Beberapa peserta didik tidak berani mengungkapkan pertanyaan ketika tidak memahami

materi, tidak berani mengeluarkan pendapatnya ketika diskusi, dan lebih cenderung diam, tidak menyapa guru ketika berpapasan. Oleh karena itu diperlukan juga peran Guru BK untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik.

Komunikasi yang efektif dapat dilihat dari adanya interaksi yang baik (Astuti & Dewi, 2021). Melalui komunikasi yang efektif, dapat mengungkapkan perasaan, kekhawatiran, atau pertanyaan mereka, dan orang disekitarnya dapat memberikan dukungan dan pemahaman yang diperlukan. Komunikasi interpersonal dapat memberikan pengaruh hubungan antar individu cenderung menjadi lebih harmonis dan bermakna (Astuti & Dewi, 2021).

Selain komunikasi interpersonal ada juga faktor dukungan sosial yang mempengaruhi resiliensi. Dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita (Sarrason 2001). Dukungan sosial dipahami sebagai bentuk-bentuk hubungan antar pribadi yang saling menguntungkan dan bersifat memberi bantuan atau pertolongan bagi orang lain. Dukungan yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lainnya, atau figuran penting dalam kehidupan individu dapat berperan sebagai faktor pelindung yang penting.

Dukungan sosial mencakup adanya kehangatan, perhatian, dan penerimaan yang diberikan kepada individu. Kehadiran figur yang mendukung secara emosional dapat membantu sehingga individu merasa didengar, dipahami, dan dicintai, yang pada akhirnya meningkatkan resiliensinya. Dukungan sosial

yang memadai dari lingkungan sosial juga berperan penting dalam membentuk resiliensi. Teman sebaya yang mendukung, guru yang peduli, atau anggota masyarakat lainnya dapat memberikan dukungan emosional dan praktis yang membantu individu mengatasi kesulitan yang mungkin mereka hadapi. Seseorang yang kurang mendapat dukungan dari keluarga, teman, atau lingkungan bisa menyebabkan merasa tidak termotivasi atau tidak mampu menghadapi tantangan, kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan, merasa kurang dihargai dan tidak mendapatkan dukungan untuk merasa bahagia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hidayat (2021) pada peserta didik kelas XI jurusan Teknik Kendaraan Ringan dan Otomotif SMK Muhammadiyah 1 Kepanjen Malang, tingkat dukungan sosial teman sebaya secara umum berada dalam kategori sedang dengan rincian kategori tinggi sebanyak 27 peserta didik (17,4%), kategori sedang sebanyak 105 peserta didik (67,7%), kategori rendah sebanyak 23 peserta didik (14,8%). Sedangkan penelitian di SMP Pagentan Banjarnegara menunjukkan bahwa: (1) dukungan sosial dan harapan secara bersama-sama mempengaruhi resiliensi ($p=0,000$), (2) dukungan sosial mempengaruhi resiliensi ($p=0,000$), (3) sumbangan efektif dukungan sosial dan harapan terhadap resiliensi sebesar 41%, sumbangan tersebut dari dukungan sosial sebesar 13,2% dan harapan sebesar 27,8%. Hasil penelitian tersebut menunjukkan masih terdapat peserta didik yang memiliki dukungan sosial yang rendah, padahal dukungan sosial berpengaruh terhadap resiliensi peserta didik.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan permasalahan yang ada di SMP Muhammadiyah Bantul yang diketahui dari hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling. Ada beberapa peserta didik di SMP Muhammadiyah Bantul yang masih kurang tingkat dukungan sosial dibuktikan dengan hasil akademik yang rendah karena kurang motivasi belajar dari lingkungan, beberapa peserta didik juga bersikap cuek jika ada teman yang sedang bersedih atau mengalami kesulitan. Beberapa peserta didik juga sering telat dan bolos karena tidak ada perhatian dari orangtua.

Peserta didik yang mendapatkan dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya akan merasa bahwa dirinya mendapatkan dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasi, dan jaringan sosial. Peserta didik juga akan merasa tenang dan nyaman karena mengetahui bahwa memiliki orang yang dapat diandalkan jika mengalami kesulitan. Kemudian peserta didik akan mengembangkan cara-cara yang efektif untuk meningkatkan motivasi berprestasi.

Komunikasi interpersonal dan dukungan sosial yang baik akan meningkatkan resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu. Oleh karena itu, penelitian ini ingin dapat mengetahui bahwa komunikasi interpersonal dan dukungan sosial adalah variabel yang dapat mempengaruhi resiliensi. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai “Pengaruh komunikasi interpersonal dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada peserta didik SMP Muhammadiyah Bantul.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka identifikasi masalah seperti berikut:

1. Ada Beberapa peserta didik SMP Muhammadiyah Bantul menunjukkan gejala komunikasi interpersonal yang rendah, yaitu:
 - a. Peserta didik tidak berani menyampaikan pendapat saat diskusi.
 - b. Peserta didik tidak berani mengungkapkan pertanyaan jika tidak memahami materi pembelajaran.
 - c. Beberapa peserta didik tidak menyapa guru saat berpapasan di jalan.
2. Ada beberapa peserta didik SMP Muhammadiyah Bantul menunjukkan gejala dukungan sosial yang dimiliki, antara lain:
 - a. Penurunan prestasi akademik akibat minimnya dukungan sehingga peserta didik merasa kurang termotivasi dan kurang percaya diri.
 - b. Beberapa peserta didik terlihat cuek ketika ada teman yang sedang kesulitan.
 - c. Kehadiran peserta didik di sekolah tidak teratur karena kurang semangat dan tidak nyaman berada di lingkungan sekolah.
3. Ada beberapa peserta didik di SMP Muhammadiyah Bantul menunjukkan gejala rendahnya tingkat resiliensi yang dimiliki, yaitu:
 - a. Beberapa peserta didik yang belum mampu untuk tetap tenang dalam menahan emosi.

- b. Terjadinya konflik dengan teman lain karena kurang mampu mengontrol emosi nya ketika terjadi perbedaan pendapat dan kritik dari teman lain.
- c. Ada beberapa peserta didik yang tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, penelitian ini dibatasi pada rendahnya komunikasi interpersonal dan dukungan sosial yang dapat berpengaruh terhadap rendahnya resiliensi pada peserta didik.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Apakah ada pengaruh komunikasi interpersonal terhadap resiliensi pada peserta didik?
2. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi peserta didik?
3. Apakah ada pengaruh secara bersama-sama antara komunikasi interpersonal dan dukungan sosial terhadap resiliensi peserta didik?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui:

1. Pengaruh komunikasi interpersonal terhadap resiliensi pada peserta didik.
2. Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi pada peserta didik.

3. Pengaruh komunikasi interpersonal dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada peserta didik.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi pada bidang bimbingan konseling dengan memberikan pengetahuan, pemahaman, dan wawasan mengenai komunikasi interpersonal, dukungan sosial dan resiliensi. Pengetahuan ini dapat bermanfaat dalam merancang dan memberikan layanan kepada yang membutuhkan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta didik

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan arahan bagi peserta didik untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan dukungan sosial agar bisa mengembangkan resiliensinya.

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat membantu guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan dan mengembangkan resiliensi dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan dukungan sosial peserta didik. Sebagaimana kita ketahui bahwa program bimbingan konseling tujuannya adalah memfasilitasi peserta didik mencapai tugas perkembangannya dan dapat

dilakukan dalam berbagai layanan. Pengembangan layanan dasar seperti bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok dapat direncanakan dan dilaksanakan berdasarkan hasil penelitian ini karena konsep dari komunikasi interpersonal, dukungan sosial dan resiliensi adalah bersifat pribadi.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan riset-riset lain untuk diaplikasikan kajian secara teoritis maupun praktis dan dapat dijadikan sebagai bahan materi layanan bimbingan dan konseling.