

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan salah satu cara yang ditempuh individu untuk meningkatkan kualitas diri secara umum. Tujuan pendidikan saat ini tidak saja menetapkan aspek inteligensi sebagai satu-satunya aspek yang hendak dicapai sekolah bagi anak didiknya, namun juga terdapat aspek-aspek lainnya, seperti aspek interpersonal, kemandirian, kepemimpinan, dan kemampuan *problem solving*. Hal-hal tersebut dapat dicapai melalui program yang dijalankan sekolah, misalnya adanya latihan kepemimpinan, ekstrakurikuler sekolah, *study tour*, mengikutsertakan siswa didik pada kompetisi Olimpiade mata pelajaran tertentu,

Sekolah dengan berbagai macam fasilitas dan program pendidikan yang dimiliki ini menjadi salah satu pertimbangan siswa dan orang tua murid dalam menentukan pilihan sekolah. Penentuan pilihan sekolah umumnya terjadi pada peralihan dari SMP ke jenjang pendidikan SMA, dan berbagai jenis pertimbangan dilakukan oleh orang tua maupun siswa. Misalnya berkaitan dengan apakah dirinya akan tetap di sekolah asalnya, pindah ke SMA lain, ke SMA yang di luar daerahnya, bahkan ke sekolah yang berada di luar Indonesia.

Kota Bandung merupakan salah satu kota yang memiliki cukup banyak pilihan sekolah, khususnya berkaitan dalam penelitian ini, adalah jenis sekolah

tingkat SMA. SMA “X” merupakan salah satu sekolah yang tiap tahunnya membuka pendaftaran dan menerima siswa yang berasal dari Bandung maupun luar Kota Bandung. Dalam tiga tahun terakhir (periode tahun 2007 – 2010), mereka menerima sekitar 82 siswa yang berasal dari luar Kota Bandung di SMA “X”, artinya rata-rata penerimaan tiap tahunnya sekitar 27 siswa. Pada tahun ajaran 2010-2011, menerima 32 siswa yang berasal dari luar Kota Bandung. Beberapa daerah diantaranya adalah Sukabumi, Cirebon, Karawang, Cianjur, Subang, Jakarta, Purwakarta, Garut, Bogor, Cilacap, Tegal, Bondowoso, Purwokerto, Lampung, Tana Toraja, Lubuk Linggau, Batam, dan Papua.

Survey awal terhadap 32 siswa kelas X tahun ajaran 2010 - 2011 yang berasal dari luar Kota Bandung, terdapat beberapa alasan mereka memilih SMA “X” sebagai pilihan sekolahnya. Hasilnya, sebanyak 16 siswa menyatakan pindah ke SMA “X” karena menganggap mutu pendidikan SMA “X” dianggap berkualitas. Informasi ini mereka ketahui dari kakak kelas ataupun saudara mereka yang pernah bersekolah di sana. Sebagian besar, pilihan ini dilakukan atas dasar keinginan mereka sendiri, hanya saja berbagai alasan yang mendasarinya cukup beragam. Sebanyak enam (6) siswa memilih SMA “X” karena mengikuti jejak kakaknya ataupun kakak kelasnya terdahulu, delapan (8) siswa ingin mendapat suasana dan pengalaman baru, dan sebanyak dua (2) siswa pindah ke SMA “X” karena mengikuti saran orang tua mereka.

Sekolah sebagai penyelenggara pendidikan dan siswa sebagai peserta didik memiliki tugas dan tanggungjawab yang secara umum dapat dianggap menjadi sebuah tantangan bagi mereka. Mutu dan citra sekolah yang tercermin melalui

akreditasi merupakan tantangan bagi pihak sekolah agar mereka dapat mempertahankan bahkan meningkatkan prestasi tersebut, sehingga nama sekolah mereka semakin dikenal dan diperhitungkan sebagai pilihan sekolah bagi para calon siswa. Tantangan ini dijawab pihak sekolah dengan program pendidikan yang menarik namun juga bermanfaat bagi siswa. Misalnya melalui sarana dan prasarana sekolah yang disediakan, memilih tenaga pengajar berkualitas, meningkatkan kemampuan tenaga pengajar melalui pelatihan, atau melakukan studi banding terhadap sekolah lain. Salah satu keberhasilan SMA “X” adalah tercapainya akreditasi A yang disahkan berdasarkan Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional 02.00/444/BAT-SN/X/2009 pada 10-11 Agustus 2009.

Bagi peserta didik, belajar dan mengembangkan diri merupakan tugas dan tanggungjawab pribadi mereka sehingga memiliki bekal di masa mendatang. Tantangan ini tampaknya menjadi cukup besar bagi siswa kelas X yang baru saja masuk ke SMA “X” Bandung, karena mereka perlu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang dimiliki. Perubahan ini dapat berasal dari dalam maupun luar lingkungan sekolah, dan tentunya dapat mempengaruhi kondisi diri mereka, termasuk dalam kegiatan belajar di sekolah.

Seluruh siswa baru kelas X yang masuk ke SMA “X” memiliki tantangan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi yang menyertai mereka, sehingga mampu menjalani proses belajar secara optimal dan pada akhir tahun ajaran dapat mencapai standar nilai tertentu sebagai syarat kenaikan kelas. Bila proses penyesuaian diri tersebut dapat dilalui dengan baik, maka mereka akan merasa puas terhadap diri dan lingkungannya (Willis, 2005). Pada kenyataannya,

proses penyesuaian diri siswa di sekolah tidak selalu dapat berjalan lancar. Hal ini dapat diketahui bahwa setiap tahun ajaran, terdapat siswa-siswa yang dianggap bermasalah bagi pihak sekolah. Misalnya siswa yang dianggap sering melakukan pelanggaran tata tertib, seperti membolos, pakaian sekolah tidak sesuai dengan standar yang ditentukan, mencontek, melakukan perkelahian, siswa yang mengalami demotivasi, atau bahkan siswa yang harus tinggal kelas.

Siswa kelas X yang berasal dari luar Kota Bandung merupakan subjek penelitian ini, dimana dasar pemilihan mereka sebagai subjek dalam penelitian ini adalah karena mereka merupakan individu yang memiliki keinginan untuk mandiri, namun dipihak lain juga masih membutuhkan pendampingan orang tua. Pada kenyataannya, saat ini mereka tinggal di lingkungan baru yang memberikan kesempatan untuk hidup mandiri sekaligus menghadapi proses perubahan lingkungan yang menuntut penyesuaian diri, khususnya berkaitan dengan permasalahan sehari-hari atau biasa yang disebut sebagai *daily hassles*. Fenomena ini tampaknya memberikan tantangan cukup besar bagi kelangsungan hidup mereka selama menjalani proses pendidikannya.

Lingkungan sekolah dan tempat tinggal (kos) merupakan lingkungan yang relatif baru baginya. Di sekolah, mereka memiliki lingkungan teman-teman dan guru yang baru, sehingga penyesuaian terhadap karakteristik teman dan guru pun memerlukan proses pembelajaran tersendiri. Di lingkungan tempat tinggal (kos), mereka perlu menyesuaikan diri dengan teman kos serta perlu mengurus kebutuhan hidup mereka sehari-hari. Perubahan lingkungan serta kondisi yang menyertainya ini dapat dihayati oleh masing-masing siswa secara berbeda; sangat

bergantung pada penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) yang dilakukan. Saat kondisi dinilai mereka sebagai sesuatu yang menekan dan mengganggu kesejahteraan dirinya, dapat dikatakan bahwa mereka berada dalam suatu keadaan *stress*. Keadaan ini muncul karena siswa menilai hubungan antara diri dan lingkungannya sebagai suatu tuntutan, ataupun melebihi sumber dayanya (*coping resources*) dan membahayakan kesejahteraan diri (*well-being*) mereka (Lazarus dan Folkman, 1984).

Berdasarkan survey awal terhadap 32 siswa dari luar Kota Bandung, diperoleh gambaran bahwa situasi yang dinilai menekan bagi mereka cukup beragam. Sebanyak 46.8% (15 siswa) menilai kondisi sekolah sebagai hal yang paling menekan bagi dirinya. Siswa A mengungkapkan bahwa tuntutan pelajaran di SMA “X” tergolong tinggi. Dirinya juga menghayati bahwa pelajarannya tergolong sulit dibandingkan dengan di sekolahnya terdahulu, sehingga ia merasa kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap pelajaran di sekolah. Siswi R menjelaskan bahwa aturan sekolah “X” tergolong ketat. Menurutny terdapat beberapa hal yang tidak begitu penting diatur juga dalam aturan sekolah, misalnya seperti penggunaan pin lambang sekolah dan standar panjang rok yang harus dikenakan. Siswa A menilai bahwa beberapa guru dianggap tidak menyenangkan karena karakteristik guru yang dianggap senang memberikan tugas dan ulangan tanpa pemberitahuan, juga terdapat guru yang senang memberikan tugas menjelang liburan.

Kondisi lain yang dinilai menekan bagi siswa berkaitan munculnya perasaan *homesick*, yaitu sebesar 31.2% (10 siswa). Siswi M menyatakan bahwa

sering merasa ingin bertemu orang tuanya saat sudah berada di SMA “X” Bandung. Selanjutnya, ia menyatakan ingin segera pulang dan tinggal kembali bersama orang tuanya karena merasa yakin bahwa akan memiliki kehidupan yang lebih menyenangkan, khususnya berkaitan dengan peran orang tua yang dapat membantu dirinya dalam mengatur dan memelihara kebutuhan hidup sehari-hari. Kondisi lain yang dianggap menekan adalah berkaitan dengan relasi *peer-group*, yaitu sebanyak 21.8 % (7 siswa). Seperti yang diungkapkan oleh siswi L, ia menganggap bahwa dirinya sulit bergaul karena teman-teman sekelasnya cenderung arogan, pilih-pilih, tidak terbuka, dan memiliki egoisme yang tinggi.

Permasalahan penyesuaian yang dialami oleh siswa luar Kota Bandung merupakan hal yang kerap terjadi setiap tahun. Menurut Bapak B sebagai guru Kesiswaan di SMA “X”, gaya komunikasi yang dilakukan oleh siswa Bandung merupakan hal yang juga berpengaruh pada proses penyesuaian diri siswa yang berasal dari luar Kota Bandung. Misalnya memanggil nama teman dengan ‘nama alias’ seperti dengan menyebutkan nama orang tua atau dengan sebutan yang seringkali dianggap tidak sopan oleh sebagian besar individu, misalnya dengan sebutan ‘monyet’, ‘anjing’. Kondisi ini sempat menjadi permasalahan serius di SMA “X”, karena ada siswa luar Kota Bandung yang merasa terhina dan mengeluhkan pada pihak sekolah. Solusi yang dilakukan pihak sekolah adalah memasukkan aturan tentang larangan memanggil teman dengan ‘nama alias’. Peraturan ini dibuat pada tahun ajaran 2009-2010, dan jika terjadi pelanggaran, siswa yang bersangkutan akan dicatat namanya dalam buku siswa. Buku siswa merupakan buku yang digunakan untuk mencatat pelanggaran siswa, misalnya

masalah keterlambatan, mencontek saat ulangan, pemakaian seragam yang tidak lengkap, perkelahian, makan di kelas. Terdapat hukuman tersendiri bila jumlah pelanggaran yang dilakukan siswa telah melebihi limit yang ditentukan.

Hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) SMA “X”, kondisi yang sering terlihat menjadi masalah bagi siswa luar Kota Bandung seringkali berkaitan dengan masalah *peer group*, *homesick*, dan tuntutan pelajaran yang dinilai terlalu tinggi. Cukup banyak siswa yang menyatakan bahwa nilai harian sebesar 7 – 9 sulit diraih, padahal mereka telah menerapkan cara belajar yang serupa seperti saat mereka berada di sekolah terdahulu.

Fenomena serupa juga ditangkap oleh Kepala Sekolah SMA “X”, dimana ia pernah menanggapi permintaan orang tua yang meminta izin untuk memindahkan sekolah anaknya dengan alasan tuntutan pelajaran yang dianggap kurang sesuai dengan kemampuan anak mereka. Mereka menuturkan merasa kasihan bila melihat anaknya merasa tertekan berada di sekolah tersebut. Solusi yang biasanya diambil orang tua terhadap anak mereka adalah mendaftarkan anaknya ke pendidikan kursus tertentu, kemudian menyekolahkan ke sekolah lain pada tahun ajaran berikut atau pindah ke Luar Negeri dengan dasar pemikiran bahwa waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan pendidikan di Luar Negeri lebih singkat. Pemaparan kondisi-kondisi di atas menunjukkan keterbatasan siswa dalam melakukan penyesuaian diri di SMA “X”. Individu yang gagal melakukan penyesuaian diri dan menghayati bahwa dirinya berada dalam kondisi penuh tekanan, seringkali mengalami suatu keadaan *stress* yang dapat berakhir dengan keadaan depresi (Mu’tadin, <http://www.e-psikologi.com>, 04/09/02).

Survey terhadap 32 siswa kelas X yang berasal dari luar Kota Bandung memberikan gambaran tentang seberapa tinggi keadaan *stress* dihayati mereka berkaitan dengan perubahan lingkungan yang dialami. Sebanyak 12.5% atau empat (4) siswa menghayati dirinya berada pada derajat *stress* tinggi, 53.1% atau 17 siswa berada pada derajat *stress* cenderung tinggi, sebanyak 28.1% atau sembilan siswa (9) berada pada derajat *stress* cenderung rendah, dan sebanyak 6.25% atau dua siswa (2) menghayati dirinya berada pada derajat *stress* rendah.

Keadaan *stress* muncul dan dihayati secara berbeda oleh tiap individu; sangatlah bergantung pada penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) yang mereka lakukan, yaitu apakah suatu situasi berhubungan dengan motivasi/*goal* yang dimiliki, sejalan atau tidakkah dengan nilai tertentu yang mereka anut, atau apakah mereka memiliki sumber daya (*resources*) yang memadai untuk mengatasi kondisi tersebut. Penilaian ini diproses individu dalam penilaian primer (*primary appraisal*) (Lazarus & Folkman, 1984), dan gejala yang menyertainya dapat diketahui melalui kemunculan respon-respon fisiologis, kognitif, emosi dan behavioral (Taylor, 1991).

Survey awal terhadap beberapa siswa mengenai kemunculan respon-respon *stress* yang berkaitan dengan pemasalahan kehidupan mereka sehari-hari (*daily hassle*) karena perubahan lingkungan yang mereka alami, diperoleh gambaran yang cukup beragam mengenai respon dan alasan kemunculan respon tersebut. Siswi M mengungkapkan bahwa dirinya merasa cemas dan tidak percaya diri menjelang ulangan harian mata pelajaran tertentu. Rasa cemas ini muncul karena ia menilai tentang terbatasnya waktu yang dimiliki untuk mengerjakan

persoalan, khususnya pada mata pelajaran berhitung dimana ia juga menilai dirinya memiliki keterbatasan dalam kemampuan matematis. Berbeda dengannya, siswi S yang menghayati bahwa situasi yang lebih membuat dirinya tidak seimbang yaitu berkaitan dengan *homesick*. Ia merasa sedih bila mengingat orang tua maupun teman-temannya terdahulu.

Semua bentuk dari penilaian dan reaksi yang muncul ini tentunya membutuhkan upaya yang bertujuan agar siswa mampu mencapai keseimbangan dirinya kembali, atau biasa disebut dengan *Coping*. *Coping* merupakan upaya kognitif dan tingkah laku individu untuk mengatasi kondisi ketidakseimbangan tertentu. Penilaian tentang apa yang dapat dilakukan individu untuk mengatasi ketidakseimbangan diri ini merupakan proses kognitif yang terjadi pada penilaian sekunder (*secondary appraisal*). Aktivitas *coping* sendiri tidak saja dilakukan untuk mengatasi situasi-situasi besar seperti pengalaman ditinggal meninggal oleh keluarga yang dicintai ataupun mengalami kecelakaan yang mengakibatkan luka permanen, namun juga dilakukan dalam mengatasi permasalahan kehidupan sehari-hari (*daily hassle*).

Pada siswa kelas X yang berasal dari luar Kota Bandung, *daily hassle* yang mereka miliki berkaitan dengan permasalahan pergaulan, mengatur kebutuhan hidup sehari-hari, memperhatikan kesehatan diri terutama bila mengalami sakit, mengelola kehidupan emosi mereka saat merasa *homesick*. Penelitian oleh *Berkeley Stress and Coping Project* (1980-an) mengemukakan bahwa *daily hassle* dapat mengganggu dan membingungkan individu, terutama bila terjadi penumpukan dan menyentuh aspek kehidupan yang mudah terluka dari

individu, dapat menimbulkan keadaan sangat *stressful* pada beberapa individu dan membahayakan kesejahteraan (*well-being*) serta kesehatan fisik seseorang (DeLongis, Coyne, Dakof, Folkman, & Lazarus, 198; Kanner, Coyne, Schaefer, & Lazarus, 1981).

Penilaian terhadap kemampuan individu dalam melakukan aktivitas *coping*, ditentukan oleh bagaimana dirinya menilai ketersediaan sumber daya yang dimiliki/dikenali/dapat diperolehnya. Sumber-sumber ini disebut sebagai *coping resources*, yaitu kondisi fisik, psikologis, kemampuan (kompetensi) serta kondisi lingkungan yang dimiliki dan/atau yang dapat ditemukan individu untuk digunakan sebagai properti dalam melakukan *coping*. *Coping Resources* mempengaruhi individu dalam interaksinya dengan lingkungan, karena dengan ketersediaan *resources* dalam kehidupan seseorang, dirinya akan lebih terhindar dari keadaan *stress* dan pada akhirnya mampu beradaptasi pada kondisi-kondisi yang dimilikinya (Lazarus & Folkman, 1984, 1985). Saat individu mampu mengadakan penyesuaian di lingkungan, mereka akan memunculkan perasaan tentang diri dan kondisi hidupnya dengan lebih positif, seperti munculnya perasaan bahagia (McDowell & Praught, 1982; Wilson, 1967), puas (Campbell, Converse, & Rodgers, 1976), serta kesejahteraan subjektif/*well-being subjective* (Bradburn 1969; Costa & McCrae, 1980; Diener, in press).

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan tentang beberapa jenis *Coping Resources* yang penting untuk dimiliki individu, yaitu *health and energy, positive belief, problem-solving skill, social skill, social support*, dan *material resources*. Ketersediaan salah satu jenis *Coping Resources* ini dapat dimanfaatkan individu

untuk memperoleh jenis *Coping Resources* lainnya. Pada kenyataannya, sebagian besar siswa kelas X yang berasal dari luar Kota Bandung menyatakan bahwa diri mereka memiliki keterbatasan *Coping Resources*, sehingga proses penyesuaian diri mereka saat ini terasa tidaklah mudah untuk mereka jalani.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan, terdapat penilaian diri siswa yang mengarah pada adanya suatu penghayatan tentang keterbatasan *coping resources* yang mereka miliki. Hasilnya, sebanyak 31.2% (10 siswa) menilai diri mereka memiliki jenis *coping resources problem-solving skill* yang terbatas. Siswa S menyatakan bahwa pengambilan keputusan yang ia lakukan dinilai kurang tepat, karena seringkali memberikan hasil yang kurang sesuai dengan harapan ataupun merasa menyesal. Misalnya memutuskan menerima ajakan teman saat tugas belum selesai, sehingga target tugas tersebut menjadi tidak tercapai. Contoh pengambilan keputusan ini menunjukkan terbatasnya kemampuan siswa dalam memperhitungkan konsekuensi negatif yang dapat dialami karena skala prioritas pengambilan keputusannya kurang sesuai.

Sebanyak 25 % atau delapan (8) siswa menilai diri mereka memiliki jenis *coping resources social skill* yang terbatas. Lazarus & Folkman (1984) menyatakan bahwa kemampuan ini dapat membantu individu untuk memecahkan permasalahan yang dialami yang berhubungan dengan orang lain. Siswa M menyatakan tentang kesulitan ini dalam kaitannya tinggal di lingkungan kos, dimana ia seringkali kesulitan untuk mengutarakan pendapatnya pada teman satu kos. Misalnya saat hendak meminta teman satu kosnya untuk tidak berkunjung ke kamarnya pada saat tertentu. *Social skill* disini merujuk pada kemampuan siswa

dalam berkomunikasi dan berelasi dengan lingkungannya. Sebanyak 15.6% atau (5) siswa memiliki jenis *coping resources positive belief* yang terbatas. Siswa L menyatakan bahwa dirinya sering menilai diri kurang mampu dalam mata pelajaran tertentu. *Positive belief* disini merujuk pada keyakinan siswa terhadap kontrol dirinya dalam mengendalikan situasi-situasi atau biasa disebut dengan *internal locus of control*.

Selanjutnya, siswa yang menilai bahwa dirinya memiliki jenis *coping resources social support* terbatas dihayati oleh sebesar 9.3% atau tiga (3) siswa. Siswi M menyatakan bahwa ia kurang memiliki lingkungan yang mampu memberikan dukungan padanya secara penuh, terutama karena saat ini ia lebih banyak berada pada lingkungan dengan individu-individu yang baru dikenalnya. Sebanyak 3.12% atau satu (1) siswa mengungkapkan bahwa jenis *coping resources health and energy* dimiliki secara terbatas oleh mereka. Siswa S menyatakan bahwa ia termasuk individu yang mudah sakit, karena fisiknya tergolong lemah. Hal ini semakin ia rasakan saat ini, terutama karena jadwal makannya semakin menjadi tidak teratur semenjak dirinya tinggal di kos. *Health and energy* memfasilitasi aktivitas *coping* berkaitan dengan mobilitas yang dilakukan siswa dalam mencari informasi mendapatkan sumber-sumber lainnya, yaitu materi serta dukungan sosial (Lazarus dan Folkman, 1984). Sisanya sebanyak 35.7% atau lima (5) siswa memiliki penilaian yang terbatas terhadap *coping resources* yang tidak dapat tergambarkan secara jelas, dimana mereka sendiri menyatakan tidak tahu tentang apa yang sebenarnya mereka butuhkan saat menghadapi situasi-situasi sulit tertentu di lingkungan yang baru. Selanjutnya,

mereka menyatakan bahwa kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan baginya merupakan hal yang sebaiknya tidak mereka pikirkan. Dalam hal ini, mereka tampak bersikap *avoidant* terhadap permasalahannya.

Berdasarkan data dan pertimbangan yang dilakukan peneliti, bahwa siswa kelas X di SMA “X” yang berasal dari luar Kota Bandung menghayati berbagai situasi yang dianggap menekan diri mereka, serta terdapat penilaian mereka tentang keterbatasan jenis *Coping Resources* yang dimilikinya, sehingga peneliti terdorong untuk melakukan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan jenis-jenis *Coping Resources* yang mereka miliki.

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa intervensi terhadap individu yang mengalami keadaan *stress* tidak saja dapat dilakukan secara individual, namun juga dapat dilakukan pada sejumlah kelompok individu (*group*). Khususnya pada individu yang memiliki keterbatasan pengetahuan, kemampuan ataupun pengalaman; dimana proses teurapetik yang dilakukan adalah bertujuan untuk mengatasi adanya *gap* dalam keterbatasan yang dimiliki individu. Dalam kaitannya dengan penelitian ini, intervensi berupa uji coba pelatihan *Educational Coping Resources* dalam bentuk *experiential learning* akan dilakukan oleh peneliti. Adapun harapan dari pemberian intervensi ini, adalah agar siswa mampu memanfaatkan proses pembelajaran yang diperolehnya dalam mengatasi *daily hassles* yang mereka miliki, baik yang berasal dari lingkungan sekolah maupun luar sekolah.

Experiential learning merupakan model pembelajaran yang dimulai dengan mendapatkan pengalaman langsung yang diikuti dengan suatu pemikiran, diskusi, analisis dan evaluasi dari pengalaman tersebut (Weight, Albert, *Participative Education and The Inevitable Revolution in Journal of Creative Behavior*, Vol. 4, Fall 1970, pp 234-282).

Pemberian intervensi berupa pelatihan yang berdasar pada *experiential learning* ini juga sejalan dengan keinginan siswa mengenai jenis intervensi apa yang mereka harapkan dan dianggap dapat memenuhi kebutuhannya saat ini. Hasilnya, sebanyak 43.7% (14 siswa) memilih jenis kegiatan *training*, 28,12% (9 siswa) memilih konseling kelompok, 15,6% (5 siswa) memilih terapi, dan lainnya sebanyak 12,5% (4 siswa) yang memberikan masukan tentang diadakannya kegiatan bersama seperti doa bersama, melakukan ziarah keagamaan, dan retreat. Dalam rangka penyempurnaan modul pelatihan ini, juga akan dilakukan evaluasi terhadap perancangan modul tersebut.

1.2 Identifikasi masalah

Permasalahan penyesuaian diri pada siswa kelas X di SMA “X” Bandung yang berasal dari luar kota Bandung berdampak pada munculnya keadaan *stress* siswa. Kondisi ini dialami karena penilaian (*cognitive appraisal*) siswa terhadap lingkungan dan terbatasnya *coping resources* yang mereka miliki ataupun yang dapat mereka temukan. Salah satu intervensi yang akan dilakukan terhadap siswa tersebut adalah dengan menyusun modul pelatihan *educational coping resources*

untuk melihat apakah terdapat peningkatan derajat *coping resources* mereka yang dilihat perubahannya melalui *single group pre dan post test design (before-after)*. Selanjutnya juga akan dilakukan evaluasi terhadap modul pelatihan tersebut dengan meninjau pada aspek materi, fasilitator, waktu serta fasilitas pelatihan.

1.3 Maksud, Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud penelitian ini adalah melakukan uji coba serta evaluasi terhadap modul pelatihan *Educational Coping Resources* dalam meningkatkan penilaian dan kemampuan untuk menemukan jenis-jenis *coping resources* utama pada siswa kelas X SMA “X” yang berasal dari luar Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menyediakan modul pelatihan bagi siswa baru dalam meningkatkan penilaian serta kemampuan untuk menemukan jenis-jenis *coping resources* yang mereka miliki, yang diharapkan dapat memediasi aktivitas *coping* siswa dalam menghadapi *daily hassle*.

1.3.3 Kegunaan Penelitian

1.3.3.1 Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini digunakan sebagai upaya pengembangan ilmu psikologi yang ada, khususnya dalam psikologi pendidikan. Melalui penelitian

ini akan diperoleh gambaran *coping resources* yang lebih mendalam pada siswa yang berasal dari luar Kota Bandung kelas X SMA “X” Bandung.

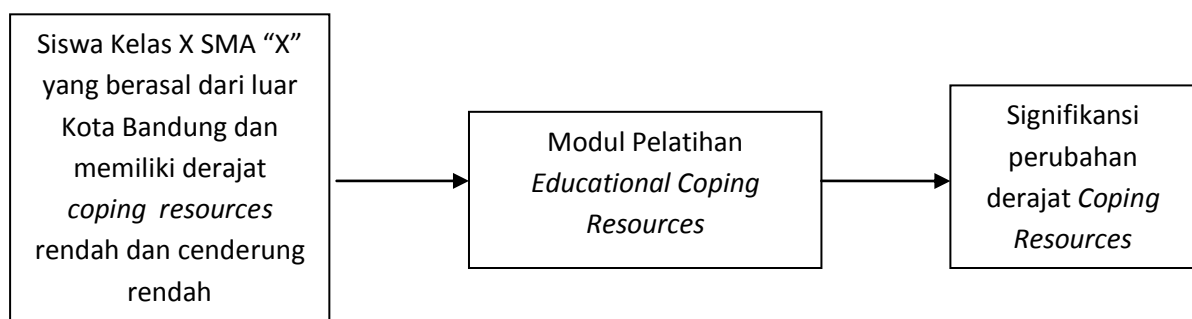
1.3.3.2 Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai:

- Memberikan informasi bagi siswa baru di SMA “X” yang berasal dari luar Kota Bandung tentang berbagai jenis *coping resources* utama yang dapat mereka manfaatkan dalam melakukan *coping* terhadap *daily hassle* yang dihadapi dengan menggunakan pelatihan *educational coping resources*.
- Memberikan masukan bagi pihak SMA “X” Bandung, khususnya bagian Bimbingan dan Konseling mengenai gambaran tentang berbagai jenis *coping resources* pada siswa dengan menggunakan pelatihan *educational coping resources* dalam upaya memberikan bimbingan serta bantuan psikologis.
- Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi wali kelas sehingga mereka memahami lebih dalam kondisi siswa yang berasal dari luar Kota Bandung. Dimana diharapkan selanjutnya para wali kelas dapat membantu siswa-siswi untuk mengatasi permasalahan penyesuaian diri yang dialami siswa.
- Menghasilkan modul pelatihan *educational coping resources* yang dapat diterapkan pada siswa baru yang berasal dari luar Kota Bandung untuk membantu mereka dalam penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru.

1.4 Metodologi

Penelitian ini berusaha menghasilkan modul pelatihan *Educational Coping Resources* dan melihat signifikasinya terhadap perubahan derajat *Coping Resources* sebelum dan sesudah pelatihan pada siswa kelas X di SMA “X” Bandung. Desain yang digunakan adalah *Single Group Pre-Test and Post-Test Design (Before-After)*, dengan alat ukur kuesioner derajat *Coping Resources* yang disusun peneliti berdasarkan teori jenis *Coping Resources* (Lazarus and Folkman, 1984). Adapun jenis-jenis *Coping Resources* yang dimaksudkan adalah *Health and Energy*, *Positive Belief*, *Problem Solving Skill*, *Social Skill*, *Social Support*, dan *Material Treatment* yang diberikan berupa pelatihan dengan metode *experiential learning*. Analisis hasil yang didapat menggunakan Uji Statistik Bertanda dari Wilcoxon (*Wilcoxon Signed-Rank Test*). Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA “X” Bandung yang berasal dari luar Kota Bandung dengan derajat *Coping Resources* rendah dan cenderung rendah, disertai dengan penghayatan derajat *stress* cenderung tinggi dan tinggi. Rancangan penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Bagan 1.1 Rancangan Penelitian