BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada akhir tahun 2019, terkonfirmasi 27 kasus fatal dengan gejala penyakit pneumonia di China yang dilaporkan oleh National Health Commision, organisasi kesehatan asal China (Yazdanpanah, 2020), yang kemudian kasus penyakit tersebut dikenal sebagai golongan virus Corona. Virus Corona adalah suatu kelompok virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia (WHO, 2020). Beberapa jenis coronavirus diketahui menyebabkan infeksi saluran nafas pada manusia mulai dari batuk pilek hingga yang lebih serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS), hingga jenis baru yang ditemukan menyebabkan penyakit menular melalui percikan saluran pernapasan, disebut sebagai COVID-19 (WHO, 2020). Penyakit ini merupakan virus baru dan yang sebelumnya tidak dikenal sebelum terjadi wabah di Wuhan, Tiongkok, bulan Desember 2019. Gejala-gejala COVID-19 yang paling umum adalah demam, rasa lelah, dan batuk kering. Beberapa pasien mungkin mengalami rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan hingga diare, gejala yang dialami biasanya bersifat ringan dan muncul secara bertahap.

Virus corona Covid-19 menyebar orang ke orang melalui tetesan kecil dari hidung atau mulut yang menyebar ketika seseorang batuk atau menghembuskan nafas. Tetesan ini kemudian jatuh ke benda yang disentuh oleh orang lain. Orang tersebut kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut. Berdasarkan studi yang ada saat ini belum ditemukan penyebaran Covid-19 melalui udara bebas. Dalam kondisi ini, sistem kekebalan tubuh akan melawan dan menyerang virus, sehingga menyebabkan peradangan dan demam, tetapi dalam kasus yang ekstrem, sistem kekebalan tubuh mengamuk, menyebabkan kerusakan lebih dari virus yang sebenarnya. (WHO, 2020). Pada 23 Januari 2020, Wuhan menutup keseluruhan kotanya dari segala aktifitas untuk

memberhentikan penyebaran COVID-19 di daerah tersebut, dimana virus tersebut juga sudah menyebar ke beberapa negara (Yazdanpanah, 2020). Dalam penyebarannya, terhitung hingga 11 Februari 2020 seluruh dunia mengkonfirmasi terdapat 43.101 kasus, termasuk 1.018 kasus yang menyebabkan kematian, sehingga World Health Organization (WHO) menetapkan COVID-19 sebagai Pandemi Global (Yazdanpanah, 2020). Di Indonesia, dikutip dari situs internet resmi penanganan COVID-19, kasus pertama dikonfirmasi pada 2 Maret 2020 dan berkembang hingga 467.113 kasus pada 15 November 2020.

Perserikatan Bangsa Bangsa atau PBB menyatakan bahwa salah satu sektor yang terdampak adanya wabah ini adalah dunia Pendidikan (Purwanto dkk, 2020:1). Hal tersebut membuat beberapa negara memutuskan untuk menutup sekolah maupun perguruan tinggi. Sebagai upaya untuk mencegah penyebaran covid 19, World Health Organization (WHO) merekomendasikan untuk menghentikan sementara kegiatan-kegiatan yang akan berpotensi menimbulkan kerumunan massa. Oleh karena itu, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menerbitkan Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19. Surat Edaran Nomor 15 ini untuk memperkuat Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat Coronavirus Disease (Covid-19). Dalam surat edaran ini disebutkan bahwa tujuan dari pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) adalah memastikan pemenuhan hak peserta didik untuk mendapatkan layanan pendidikan selama darurat Covid-19, melindungi warga satuan pendidikan dari dampak buruk Covid-19, mencegah penyebaran dan penularan Covid-19 di satuan pendidikan dan memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik, dan orang tua.

Siswa dari tingkat Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Atas melakukan pelaksanaan belajar dari rumah atau yang sering disebut juga *school from home* selama masa pandemi ini. Sehingga semua kegiatan belajar dilakukan di rumah masing-masing. Hal ini merupakan hal baru bagi siswa karena selama ini kegiatan belajar mengajar dilaksanakan secara tatap muka.

Siswa harus dihadapkan dengan sistem online yang pembelajarannya berupa teori. Sedangkan, biasanya siswa melakukan praktik untuk mata pelajaran yang membutuhkan praktik, karena pandemi ini membuat penyampaian materi tersebut hanya dengan teori. BDR atau pembelajaran secara daring membuat siswa harus beradaptasi menghadapi perubahan kegiatan belajar dan secara tidak langsung mempengaruhi kualitas hasil belajar. Siswa juga tidak dapat bersosialisasi secara langsung dengan teman sebaya dan gurunya.

BDR atau pembelajaran secara daring yang dilakukan selama pandemi dinilai Kementerian Kesehatan (Kemenkes) memengaruhi kesehatan jiwa anak, terutama remaja. Hasil studi penilaian cepat dampak corona dan pengaruhnya terhadap anak Indonesia yang dilakukan oleh lembaga masyarakat Wahana Visi Indonesia pada Mei 2020 menunjukkan bahwa dampak psikososial dari BDR selama pandemi cukup mengkhawatirkan. Terdapat 47% anak bosan tinggal di rumah, 35% anak khawatir tidak bisa mengikuti pelajaran, 20% anak merasa rindu untuk bertemu teman-temannya, dan 10% anak lainnya merasa khawatir tentang penghasilan orang tua mereka yang menurun akibat pandemi COVID-19. Data lain menunjukkan bahwa 11% anak mengalami kekerasan fisik karena proses belajar yang tidak lazim dan 62% anak mengalami kekerasan verbal. Agar anak/siswa mampu bertahan dalam masa pandemi ini, mereka harus memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan mampu mengatasi persoalan yang dihadapi. Kemampuan tersebut adalah resiliensi diri.

Resiliensi diri merupakan kemampuan-kemampuan individu untuk mengatasi dan beradaptasi bila terjadi sesuatu yang merugikan dalam hidupnya (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi diri dapat juga berarti strategi khusus yang dipakai individu untuk menghadapi situasi yang merugikan (Castro, 2010). Johnson, & Howard (2004) berpendapat bahwa resiliensi diri merupakan kapasitas individu dalam mengatasi kerentanan personal dan juga stres dari lingkungan. Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Resiliensi secara psikologi diartikan sebagai kemampuan merespon secara fleksibel untuk mengubah kebutuhan situasional dan kemampuan untuk bangkit dari

pengalaman emosional yang negatif (Block dan Block, Block dan Kremen, Lazarus dalam Swastika, 2010: 3).

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat (Ana Setyowati, dkk., 2010: 69). Resiliensi adalah kemampuan individu untuk mengelola dan mengatasi stres yang efektif serta dapat meningkatkan kemampuan individu tersebut dalam mengatasi stres di kemudian hari (Mangham, McGrath, Reid, SL Stewart 1995 dalam Wiela dan Henny E. Wirawan, 2009). Dalam menjalani BDR atau pembelajaran secara daring, siswa akan menemui banyak perubahan serta tantangan baru yang menuntutnya untuk cepat beradaptasi. Proses belajar selama pandemi bisa sangat melelahkan dan menjenuhkan. Hal ini dapat berpotensi meningkatnya stress pada siswa. Oleh karenanya, siswa diharapkan mampu untuk bangkit dari perasaan-perasaan negatif dan mengolahnya menjadi positif dengan bersikap optimis dan fokus terhadap potensi diri yang dimilikinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Schure, Odden, & Goins (2013), menyatakan bahwa tingginya tingkat resiliensi pada individu berkorelasi dengan tingkat depresi yang lebih rendah, serta memiliki ketahanan dan kesehatan mental dan fisik lebih baik. Individu dapat dikatakan memiliki taraf resiliensi tinggi apabila memiliki kemampuan untuk menunjukan pola pemulihan yang adaptif dalam menghadapi tekanan atau stres (Masten, 2015). Kemampuan resiliensi individu dapat ditingkatkan dengan meningkatkan berbagai faktor yang memengaruhinya. Hasil penelitian Ruswahyuningsih dan Afiatin (2015) menunjukan bahwa aspek positif yang dapat mendukung berkembangnya resiliensi pada remaja yaitu kemampuan mengelola emosi dan mengontrol diri.

Mansfield (2012) mengemukakan bahwa resiliensi memiliki beberapa faktor yang dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu, faktor protektif dan faktor resiko. Faktor resiko adalah karakteristik yang terasosiasikan negatif dengan kesehatan mental, seperti stress, burnout, dll. Faktor protektif adalah karakteristik yang diasosiasikan positif dengan kesehatan mental, seperti dukungan sosial, stres koping, dan efikasi diri.

Berdasarkan uraian mengenai resiliensi sebelumnya dan didukung dominasi siswa sekolah menengah atas yang melakukan belajar dari rumah atau pembelajaran secara daring pada saat pandemi, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mendalam mengenai resiliensi diri pada siswa sekolah menengah atas di saat pandemi COVID-19. Peneliti memilih untuk menggunakan teori resiliensi diri dari Connor dan Davidson karena aspek-aspek yang ada dalam teori tersebut sangat sesuai dengan situasi yang dihadapi oleh siswa saat ini. Peneliti ingin melihat kemampuan adaptasi, kapasitas dan kontrol diri siswa SMA yang harus melakukan proses pembelajaran saat pandemi berlangsung.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada bagian latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasikan permasalahannya dalam penelitian ini mengenai bagaimana gambaran resiliensi diri pada siswa sekolah menengah atas di saat pandemi COVID-19.

1.3 Batasan Masalah

Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini akan dibatasi pada gambaran resiliensi diri siswa sekolah menengah atas di saat pandemi COVID-19.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Bagaimana gambaran resiliensi diri pada siswa SMA di saat pandemi COVID-19?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mendapatkan data empiris dan mengetahui gambaran resiliensi diri siswa sekolah menengah atas di saat pandemi COVID-19.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

1.6.1.1. Penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan terutama untuk mahasiswa Fakultas Psikologi khususnya di bidang Psikologi Klinis yang akan meneliti mengenai dukungan sosial dan resiliensi diri.

1.6.1.2. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

1.6.2 Manfaat Praktik

1.6.2.1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemahaman kepada siswa dan sekolah.