

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Manusia lahir dibekali Allah SWT suatu potensi dasar seperti abilitas, bakat, dan kepribadian. Potensi dasar tersebut dikembangkan selama manusia hidup di dunia melalui berbagai proses pelatihan dan pendidikan. Proses pengembangan potensi yang mayoritas dipilih oleh masyarakat Indonesia adalah melalui pendidikan formal. Hal ini ditandai pada peningkatan indeks pendidikan sekolah dari jenjang sekolah dasar, dan sekolah menengah yang meningkat 1,5% dari pertahun dari tahun 2000 sampai 2022.<sup>1</sup>

Subjek pendidikan di sekolah yaitu peserta didik, mereka merupakan anggota yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses kegiatan pendidikan yang berlaku di suatu lembaga sekolah. Mereka melaksanakan beberapa kegiatan sebagai proses pengembangan potensi dasar untuk mencapai kesuksesan-kesuksesan yang dicita-citakan. Adapun keberhasilan peserta didik dalam pendidikan di sekolah dapat dipengaruhi oleh beberapa kemampuan.

Pertama, kemampuan meraih keberhasilan atau kesuksesan dapat dilakukan dengan beberapa cara misalnya kemampuan akademik, dan non akademik. Pendukung kemampuan kesuksesan dan keberhasilan, dapat diwujudkan sekolah melalui program pembelajaran di kelas dan berbagai pembelajaran pendukung kemampuan pengetahuan aspek akademik seperti matematika, IPA, pendidikan agama, dll. Aspek non akademik melalui kegiatan olahraga dan program ekstrakurikuler.

Kedua, kemampuan psikologis untuk menghadapi serta merespon kegagalan dan permasalahan yang dihadapi peserta didik yang dapat membuat mereka rentang merasa sakit, merasa tertekan, merasa gagal, putus asa, dan tidak memiliki semangat untuk mengubah kegagalan menjadi motivasi sukses serta memutus peluang untuk membalikkan kegagalan menjadi keberhasilan. Pendukung kemampuan psikologis bagi peserta didik dapat diwujudkan sekolah melalui program menejemen bimbingan dan konseling.

Posisi bimbingan dan konseling terintegrasi dalam manajemen pendidikan di sekolah. Tiga bidang manajemen pendidikan yang terdiri dari administrasi dan supervisi, pengajaran atau tenaga

---

<sup>1</sup> Badan Pusat Statistik, “Indikator Pendidikan, 1994-2022,” Desember 2022, 1, <https://www.bps.go.id/statictable/2010/03/19/1525/indikator-pendidikan-1994-2019.html>.

pendidik, dan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling memiliki posisi yang independen pada posisi tugas dan fungsi di sekolah. Bimbingan dan konseling sebagai salah satu tenaga kependidikan di sekolah berperan membantu peserta didik yang berkaitan pada bidang pengembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Realisasi kegiatan bimbingan dan konseling yaitu membantu menjaga kesehatan psikologis, pengembangan kemampuan diri, pengenalan bakat adalah melalui bimbingan dan konseling.

Pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah didasarkan pada perancangan manajemen bimbingan dan konseling yang terwujud dalam strategi layanan seperti: bimbingan kelompok, bimbingan kelas besar (klasikal), bimbingan karir, konsultasi, mediasi, konseling kelompok, konseling individu, pengembangan individual, dan dukungan sistem. Adapun Fungsi layanan bimbingan dan konseling dalam pendidikan meliputi pengembangan aspek kepribadian, pencegahan dan penyelesaian permasalahan psikologis peserta didik, yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling.<sup>2</sup>

Konseling merupakan hal yang esensial dalam ke-BK-an, karena konseling menjadi hubungan antara konseli dan konselor (guru BK) dalam proses pemberian bantuan untuk memecahkan permasalahan kehidupan mereka melalui langkah-langkah dan teknik tertentu. Konseling dapat dilaksanakan dalam lingkup kelompok dan individu, disesuaikan pada keperluan konseli dalam menyelesaikan topik permasalahannya melalui setting dari guru BK. Selain itu, guru BK dalam pelaksanaan konseling dapat mengimplementasikan beberapa teknik konseling seperti psikoanalisis, *person centered therapy*, behavior, *rasional emotive, trait & factor, solution focused brief therapy* (SFBT), dan lain-lain.<sup>3</sup>

Implementasi pemilihan teknik yang dilakukan untuk mendukung keberhasilan tujuan pelaksanaan konseling, pemilihan teknik ini didasarkan pada situasi dan kondisi peserta didik sehingga berhasil mencapai tujuan yang sebelumnya telah direncanakan secara optimal. Hal ini memiliki kesamaan dengan guru pendidik dalam melaksanakan metode pengajaran, pemahaman posisi teknik sebagai komponen keberhasilan kegiatan pengajaran oleh guru merupakan

---

<sup>2</sup> Ahmad Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling* (Bandung: Refika Aditama, 2017).

<sup>3</sup> Bradley T Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, 2 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016).

pengetahuan ypenting dalam keberhasilan komponen pendidikan.<sup>4</sup> Begitupun guru BK dalam melaksanakan teknik-teknik konseling sebagai pendukung keberhasilan konseling.

Konseling pada bertujuan memberikan layanan digunakan untuk mengembangkan kesehatan mental, tingkah laku, dan perubahan mental.<sup>5</sup> Konseling membantu peserta didik menyelesaikan masalah pribadi, emosional, dan sosial. Pelaksanaan konseling dapat diatur melalui manajemen konseling agar tujuan pelaksanaan kegiatan dapat terwujud secara efisien dan efektif. Manajemen konseling menerapkan beberapa fungsi manajemen pada umumnya seperti *planning, organizing, actuating, controlling, dan follow up* pada pelaksanaan konseling.<sup>6</sup>

Adapun hal penting yang harus dipersiapkan peserta didik untuk menghadapi segala tantangan pendidikan adalah penguatan kepribadian. Pelaksanaan pendidikan harus mampu untuk menguatkan kemampuan kepribadian, agar mereka mampu bertahan menghadapi sresor kehidupan yang dialami, mempertahankan kondisi diri agar tetap kompeten, dan mentransformasi mengarahkan kegagalan yang dialami menjadi kehidupan yang lebih baik adalah peserta didik yang resilien. Dalam diri individu dipengaruhi oleh beberapa aspek psikologis yang harus dimiliki, salah satu aspek psikologis tersebut adalah resiliensi. Kemampuan resiliensi tidak didapatkan melalui mata pelajaran di kelas seperti kemampuan akademik pendukung kesuksesan lainnya.

Menyikapi hal ini manajemen bimbingan konseling sekolah harus dapat mengatur segala kegiatan yang dapat membantu meringankan permasalahan psikologis santri melalui strategi BK yang dapat dilakukan secara fleksibel dan kondisional, salah satunya adalah konseling. Adapun teknik *person centered therapy* dapat menjadi salah satu alternatif sebagai usaha BK sekolah untuk mengurangi kecemasan yang dapat mengakibatkan pikiran-pikiran negatif yang menimbulkan berbagai permasalahan di dalam proses pendidikan.

*Person centered therapy* sebagai teknik konseling yang berfokus pada asumsi bahwa kemampuan manusia pada kepercayaan kapasitas

---

<sup>4</sup> Ngalimun, Muhammad Fauzani, and Ahmad Salabi, *Strategi Dan Model Pembelajaran*, 1st ed. (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2016), 8.

<sup>5</sup> Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling*. 8

<sup>6</sup> Bernardus Widodo, "Manajemen konseling individual (studi kasus: pelaksanaan konseling individual di SMP N 7 Madiun)," *Prosiding SNBK (seminar nasional Bimbingan dan Konseling)* 3 No.1 (2019).

diri untuk mengarahkannya pada perubahan serta pengembangan diri. Bimbingan dan konseling pada bidang ini bertugas untuk memberikan pengalaman yang positif melalui *unconditional positive regard* atau penerimaan hal positif tanpa syarat, empati, dan melalui pemahaman terhadap masalah konseli.<sup>7</sup>

Berdasarkan penelitian sebelumnya menyatakan bahwa menyetorkan hafalan membuat takut dan cemas dikarenakan hafalan ini harus disetor setiap hari dan setiap minggunya. Pembelajaran yang dihafal di sekolah selain tahfidz membuat hafalan terkadang sering lupa sebelum hafalan disetorkan, ditambah dengan kurangnya persiapan dan ketika ulangan harian mereka tetap harus menyetorkan hafalan. Adanya proses pemberian motivasi dapat mengurangi kecemasan yang dialami oleh santri atau peserta didik tahfidh.<sup>8</sup>

Resiliensi akademik menjadi salah satu aspek kemampuan psikologis yang harus dimiliki peserta didik untuk menghadapi segala tantangan proses pendidikan. Resiliensi akademik merupakan kemampuan peserta didik menghadapi tantangan (*challenge*), kejatuhan (*setback*), tekanan (*pressure*), dan kesulitan (*adversity*) secara efektif dalam akademik.<sup>9</sup> Resiliensi dalam diri peserta didik berfungsi untuk meminimalisir stres akademik yang dirasakan peserta didik,<sup>10</sup> semakin tinggi resiliensi yang dimiliki peserta didik, maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dirasakan. Selain itu resiliensi akademik dapat meningkatkan hasil belajar dan prestasi peserta didik, semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki peserta didik.<sup>11</sup>

Data penelitian terdahulu yang membahas mengenai kecemasan santri tahfidh diperoleh data Mayoritas santri tidak mengalami depresi, dan sebagian kecil mengalami depresi ringan. Jenis kelamin, usia, dan kelas secara bersama-sama berpengaruh signifikan pada

---

<sup>7</sup> Sigit Muryono, "Mengembangkan Resiliensi Akademik Melalui Hubungan Positif Dalam Konsep Pendekatan Person Centered," *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 6, no. 2 (2022): 628.

<sup>8</sup> Cristian Hardinata et al., "Pengaruh Pembelajaran Tahfidz Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa," *Jurnal Studi Islam dan Kemuhammadiyah* 3, no. 1 (n.d.): 18, <https://jasika.umsida.ac.id/index.php/jasika>.

<sup>9</sup> Fuad Nashori dan Iswan Saputro, *Psikologi Resiliensi*, pertama. (Universitas Islam Indonesia, 2021), 47.

<sup>10</sup> Esti Widya Rahayu and Miftah Ellyan Anggi Djabbar, "Peran Resiliensi Terhadap Stres Akademik Siswa SMA" (2019): 216.

<sup>11</sup> Ghesela Ramadanti and Rahmi Sofah, "Resiliensi Akademik Pada Siswa Berdasarkan Prestasi Belajar" (n.d.): 147.

tingkat depresi.<sup>12</sup> Selain itu, penelitian oleh Noveri memperoleh hasil penelitian kesehatan mental per subskala pada skor kesulitan untuk gejala emosional (82,5%), masalah perilaku (70%), dan hiperaktivitas (47,5%) berada pada kondisi normal.<sup>13</sup> Adapun penelitian oleh Agung Nur tentang tingkat depresi remaja di pondok pesantren memperoleh hasil penelitian tingkat depresi pada remaja paling banyak masuk dalam kategori depresi yaitu sebesar (80.5%). Namun dari pernyataan responden sebagian besar tidak pernah ada rencana untuk melukai diri sendiri atau bunuh diri.<sup>14</sup>

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya tentang kecemasan dan tingkat depresi santri di pondok pesantren berbasis tahfidh, maka diperlukan penguatan resiliensi akademik santri. Stressor kehidupan remaja terutama dalam bidang akademik memerlukan penguatan resiliensi yang didukung komponen pemangku kepentingan sekolah, pendidik, tenaga kependidikan, dan orang tua terutama pada pelaksanaan program pendidikan yang dipilih. Setiap program pendidikan memiliki tanggungjawab yang berbeda. Salah satu program akademik memiliki berbagai pilihan program unggulan. salah satunya adalah program *boarding school* atau pondok pesantren terintegrasi dengan pendidikan formal.

Salah satu sekolah berbasis pondok pesantren di Kabupaen Kudus adalah MA Pesantren Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria. Sekolah tersebut memiliki target program akademik seperti tahfidh al-qur'an yaitu hafalan 5 juz pertahun dimulai dari jenjang MTs selama 3 tahun dan MA selama 3 tahun, sehingga pada hafalah atau kelulusan MA peserta didik genap menghafal 30 Juz Al-qur'an. Selain itu, keunggulan dari program akademik sekolah tersebut adalah pondok pesantren dan sekolah formal diadakan dalam satu lingkungan sehingga saling terintegrasi antara keduanya. Setiap santri diharapkan memiliki resiliensi akademik agar mampu menghadapi proses pendidikan yang berlaku

---

<sup>12</sup> Andi N Nazaruddin, "Tingkat Depresi Pada Santri Di Pondok Pesantren X Bogor: Peran Faktor Jenis Kelamin, Usia Dan Kelas," *UIN Syarif Hidayatullah* (n.d.).

<sup>13</sup> Noveri Aisyaroh and Suryo Ediyono, "Gambaran Kesehatan Mental Remaja Di Sekolah Pesantren," *Profesional Health Journal* 4, no. 2 (June 2023): 372–379, <https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/PHJ>.

<sup>14</sup> Agung N Jihad, "Gambaran Tingkat Depresi Pada Remaja Di Pondok Pesantren X Sukoharjo," *Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah* (n.d.).

yaitu santri dapat memiliki keseimbangan antara keberhasilan di pondok pesantren dan sekolah umumnya.<sup>15</sup>

Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria sangat mendukung kesejahteraan kesehatan psikologi santri, pondok terintegrasi sekolah tersebut memiliki manajemen pendidikan yang berkolaborasi dengan bimbingan dan konseling dalam penguatan resiliensi akademik santri. Salah satunya adalah keterlibatan BK pada pelaksanaan konseling harian, dan keterlibatan BK dalam pendidikan formal dan pendidikan tahfid pondok seperti menyiapkan santri pada kegiatan sekolah pagi, serta presensi kondisi harian santri.<sup>16</sup>

Adapun kegiatan bersama yang dilakukan oleh guru BK ditujukan agar santri memiliki resiliensi akademik dan dapat menghindari dan mengatasi masalah-masalah seperti santri sikap merasa tidak dapat memenuhi target atau tugas pendidikan yaitu tidak dapat target hafalan, merasa tidak memiliki teman, susah bergabung dengan teman dan cenderung menyendiri, merasa tidak seperti temannya: dapat memahami pelajaran sekolah pagi dan menghafal dengan baik, tidak memiliki semangat belajar, memiliki raut wajah yang murung, tidak hadir di sekolah pagi dengan banyak alasan, menghindari kegiatan keagamaan, dan rindu rumah melalui mencari alasan untuk tidak bermukim di pondok pesantren.<sup>17</sup>

Karena dalam hal ini, kehidupan santri di pondok pesantren jauh dari keluarga dan menghabiskan waktu dengan sesama teman, pengasuh pondok, dan para guru, sehingga dukungan sosial menjadi penting bagi mereka. Maka, peran dukungan sosial dari berbagai pihak termasuk BK sebagai pengupayaan penguatan resiliensi akademik santri yang memiliki permasalahan pada dirinya.<sup>18</sup>

Oleh karena itu, peneliti berusaha untuk memperoleh data tentang konsep resiliensi akademik santri yang mengikuti program unggulan tahfidh dan tinggal di pondok pesantren, data tentang implementasi manajemen konseling oleh guru BK dalam pengupayaan resiliensi akademik santri, dan pelaksanaan konseling PCT yang dilakukan oleh guru BK. Maka judul penelitian ini adalah "Penguatan Resiliensi Akademik Santri Melalui Konseling Individu Teknik *Person Centered Therapy* (Studi Kasus Manajemen Konseling di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria)"

---

<sup>15</sup> Anik Khaninah, *Observasi Manajemen Konseling Oleh Peneliti* (kantor BK dan lingkungan sekitar pondok pesantren, January 23, 2024).

<sup>16</sup> Nur Khamim, "Wawancara Oleh Peneliti," February 28, 2024.

<sup>17</sup> Anik Nur Khaninah, "Wawancara Oleh Penulis," November 26, 2024.

<sup>18</sup> Khamim, "Wawancara Oleh Peneliti."

## B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian dikembangkan pada subjek, kegiatan, dan setting penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah 6 santri Mts dan MA Yanbu'ul Qur'an 2 Muria yang terlibat langsung pada kegiatan konseling bersama guru BK, guru BK, dan kepala sekolah sebagai pemangku kepentingan pendidikan

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana kondisi resiliensi akademik santri di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria dalam Manajemen Konseling?
2. Bagaimana implementasi manajemen konseling dalam upaya penguatan resiliensi akademik santri Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria?
3. Apa langkah-langkah pelaksanaan konseling Individu teknik *person centered therapy* oleh guru bimbingan dan konseling dalam upaya penguatan resiliensi akademik santri Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria?

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian yang ada, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui kondisi resiliensi akademik santri di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria dalam manajemen konseling.
2. Untuk mengetahui implementasi manajemen konseling dalam upaya penguatan resiliensi akademik santri Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria.
3. Untuk mengetahui langkah-langkah pelaksanaan konseling Individu teknik *person centered therapy* oleh guru bimbingan dan konseling dalam upaya penguatan resiliensi akademik santri Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an (PTPYQ) 2 Muria.

## D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dapat diketahui dari manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat dari penelitian yang berjudul "Penguatan Resiliensi Akademik Santri Melalui Konseling Individu Teknik *Person Centered Therapy* (Studi Kasus Manajemen Konseling di Pondok Tahfidh Putri Yanbu'ul Qur'an 2 Muria)" adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan tambahan referensi keilmuan tentang bidang pendidikan bimbingan dan konseling. Terutama pada konsep resiliensi

akademik, dan pelaksanaan manajemen konseling. Memberikan kontribusi dalam kepentingan pengembangan pengetahuan layanan bimbingan dan konseling mengenai resiliensi akademik bagi pengajaran di pendidikan formal maupun nonformal.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi sekolah

Sebagai referensi dalam perencanaan pengembangan manajemen mutu pendidikan di sekolah melalui manajemen pelayanan bimbingan dan konseling sekolah.

### b. Bagi guru BK

- 1) Memberikan referensi strategi pelayanan bimbingan dan konseling sebagai pelaksanaan fungsi BK bagi peserta didik sebagai upaya menjadi pribadi resilien dalam akademik.
- 2) Memberikan referensi implementasi manajemen BK pada fungsi perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi hasil kegiatan konseling.
- 3) Dapat memberikan deskripsi, langkah-langkah pelaksanaan layanan konseling individu sebagai salah satu upaya mengembangkan layanan BK lebih inovatif kepada peserta didik

### c. Bagi peserta didik

- 1) Dapat memberikan pengetahuan dan kemampuan untuk menghadapi serta merespon kegagalan melalui penguatan resiliensi akademik
- 2) Memberikan alternatif cara menjadi individu yang resilien dalam kehidupan melalui layanan konseling individu dan konseling kelompok terutama pada lingkup sekolah dan pondok pesantren

### d. Bagi peneliti selanjutnya

- 1) Sebagai referensi untuk mengembangkan konsep resiliensi akademik lebih mendalam dan terperinci dalam penelitian lanjutan dengan variabel yang lebih beragam dan bervariasi.
- 2) Sebagai referensi pengembangan inovasi pelaksanaan konseling.

## E. Sistematika Penulisan

Penelitian ini disusun berdasarkan pedoman sistematika penulisan tesis IAIN Kudus, yaitu:



1. Bagian Muka

Bagian yang memuat halaman judul, nota persetujuan pembimbing tesis, hakaman pengesahan, pernyataan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar gambar, daftar lampiran, dan halaman abstrak.

2. Bagian Isi

Bagian isi pada penelitian ini meliputi 5 bab, yaitu:

**BAB I (Pendahuluan)**

Berisi latar belakang masalah penelitian, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

**BAB II (Kajian Pustaka)**

Berisi teori-teori yang berkaitan dengan judul penelitian yaitu resiliensi akademik, manajemen konseling, dan konseling individu teknik *person centered therapy*, serta penelitian terdahulu, kerangka berpikir, dan pertanyaan penelitian.

**BAB III (Metode penelitian)**

Berisi pendekatan dan jenis penelitian, setting penelitian, jenis dan sumber data (Subjek dan objek penelitian), teknik pengumpulan data, pengujian keabsahan data, dan teknik analisis data.

**BAB IV (Hasil Penelitian dan Pembahasan)**

Berisi beberapa pembahasan seperti : gambaran obyek penelitian, deskripsi hasil penelitian, dan analisis data penelitian.

**BAB V (Penutup)**

Berisi simpulan, implikasi, dan saran-saran.

3. Bagian akhir

Adapun bagian ini berisi daftar pustaka, serta lampiran-lampiran pendukung rujukan dari hasil penelitian yang diperoleh peneliti.