

Resiliensi Siswa SMK Selama Masa Pandemi COVID-19

Dewi Afra Khairunnisa¹, Aprilia Setyowati²

¹Universitas Ahmad Dahlan, ²Univeritas Ahmad Dahlan

Key Words:

Resiliensi, Siswa SMK, Covid 19

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui resiliensi pada diri peserta didik Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) selama pembelajaran jarak jauh secara daring di masa pandemi COVID-19. Studi literatur digunakan sebagai metode dalam penelitian ini, dengan cara mencari berbagai sumber teori yang asalnya dari buku, jurnal, ataupun sumber lain yang tentunya berkaitan dengan topik penelitian. Dari studi literatur tersebut menghasilkan bahwa kemampuan seseorang untuk bertahan, beradaptasi, mencari jalan keluar dari berbagai permasalahan maupun tekanan yang terjadi dalam hidup, dan pulih kembali dari situasi sulit disebut sebagai resiliensi. Komponen yang terdapat dalam resiliensi adalah regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, analisis kasus, empati, efikasi diri, dan *reaching out*. Resiliensi dalam diri seseorang memiliki beberapa fungsi dimana hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor.

How to Cite: Khairunnisa, D.A., & Setyowati, A. (2021). Resiliensi Siswa SMK Selama Masa Pandemi COVID-19.. *Seminar Nasional Pengenalan Lapangan Persekolahan UAD*

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease (COVID-19) saat ini masih menyita perhatian publik dan belum juga berakhir. Mengutip dari laman resmi mengenai informasi COVID-19 di Indonesia (www.covid19.go.id), penyebaran virus COVID-19 ditetapkan sebagai bencana nasional nonalam yang tercantum dalam Keputusan Presiden Republik Indonesia No. 12 Tahun 2020 yang mengacu pada penetapan COVID-19 menjadi *global pandemic* oleh *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 11 Maret 2020. Virus corona memunculkan dampak multidimensi dalam kehidupan manusia, salah satunya yaitu pada segi pendidikan. Pemerintah Indonesia dengan cepat mengambil sikap dengan menetapkan peraturan pembelajaran jarak jauh yang dapat dilaksanakan dimana pun dan kapan pun secara virtual (tatap maya) dengan memanfaatkan teknologi modern, sesuai dengan isi dalam Surat Edaran Menteri Pendidikan Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 pada satuan Pendidikan Nomor 36962/MPK.A/2020 mengenai Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat Coronavirus Disease (COVID-19).

Selain itu, peraturan paling anyar mengenai KBM selama masa pandemi COVID-19 diatur dalam Keputusan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor: 03/KB/2021, Nomor: 384 Tahun 2021, Nomor: HK.01.08/MENKES/4242/2021, Nomor 440 -717 Tahun 2021 Tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Isi dari peraturan tersebut yaitu terdapat dua pilihan bagi sekolah untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar selama masa pandemi. Pilihan pertama, sekolah diperbolehkan untuk melangsungkan kegiatan belajar mengajar tatap muka secara terbatas dengan syarat pihak-pihak yang terlibat sudah divaksinasi dan tidak lepas dari penerapan protokol kesehatan. Pilihan ke dua, sekolah melaksanakan kegiatan belajar mengajar jarak jauh secara penuh. Kedua pilihan tersebut dipertimbangkan dengan baik sesuai dengan kondisi di wilayah masing-masing. Meski begitu, tentunya pihak-pihak yang terlibat dalam dunia pendidikan harus menyiapkan diri untuk bisa memanfaatkan teknologi dengan baik selama pembelajaran daring (dalam jaringan).

Pembelajaran daring seperti memiliki dua sisi. Sisi pertama, dikatakan efektif sebab dapat menjadi salah satu cara untuk menghentikan virus corona semakin menyebar. Namun di sisi ke dua, tidak menutup kemungkinan terdapat beberapa faktor penghambat yang menjadi kendala selama pembelajaran daring. Kendala fundamental yang paling umum terjadi yaitu keterbatasan kuota internet, berada di daerah yang sulit

untuk mendapatkan sinyal yang stabil, dan gawai yang tidak memadai. Belum lagi, jika terdapat keluarga yang ekonominya terdampak akibat dari adanya virus corona, tak jarang menjadikan peserta didik mengemban tanggung jawab lainnya selain belajar yaitu membantu orang tua bekerja untuk memperlancar roda ekonomi keluarga.

Resiliensi dalam diri peserta didik dikhawatirkan dapat terpengaruh mengingat banyaknya hambatan yang terjadi selama proses belajar mengajar secara daring. Asal dari kata Resiliensi adalah “Resilio” artinya melompat atau melompat kembali. Menurut Alexander (Clark dkk., 2020) resiliensi adalah kepiawaian individu untuk pulih kembali atau mengubah kondisi dari sulit menjadi lebih baik. *The National Infrastructure Advisory Council* mengartikan resiliensi sebagai kemampuan untuk mengurangi durasi atau besarnya suatu peristiwa yang membuat tidak nyaman. Efektivitas dari resiliensi bergantung pada kemampuan individu dalam mengantisipasi, beradaptasi, dan/atau pulih kembali dengan cepat setelah mengalami peristiwa buruk. Menurut Reivich dan Shatte, individu resilien mempunyai beberapa sifat, salah satunya adalah optimis dalam menjalani hidup (Ainiah dkk., 2018).

METODE

Studi literatur digunakan sebagai metode dalam penelitian ini, dengan cara mencari berbagai sumber teori yang asalnya dari buku, jurnal, ataupun sumber lain yang tentunya berkaitan dengan topik penelitian. Menurut Cresswell, kajian literatur dapat diartikan sebagai penulisan ikhtisar dari berbagai referensi yang berisi informasi berkaitan dengan topik penelitian lalu disusun sedemikian rupa agar menjadi suatu dokumen yang diperlukan (Habsy, 2017; Rumetna, 2018). Di situasi pandemi dimana alangkah lebih baik apabila di rumah saja, penggunaan metode studi literatur efektif digunakan sebab peneliti mampu menghimpun berbagai sumber penelitian melalui internet tanpa harus keluar rumah dan juga untuk turut berpartisipasi dalam memutus mata rantai virus Covid-19 (Prawitasari, 2020; Purwaningsih, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Resiliensi

Menurut Keyes & Pidgeon, resiliensi adalah kapabilitas diri seseorang dalam hal menjaga keseimbangan kondisi psikologis saat menjumpai situasi yang menimbulkan stres. Menurut Masten, resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat kembali ke kondisi semula setelah terjadi gangguan dalam hidupnya (Utami, 2017). Resiliensi dalam diri individu akan tampak ketika ia sedang menghadapi kesulitan. Alih-alih menyerah, ia akan terus berusaha mencari cara untuk menyelesaikannya dan beradaptasi dengan hal tersebut. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan seseorang untuk bertahan, beradaptasi, mencari jalan keluar dari berbagai permasalahan maupun tekanan yang terjadi dalam hidup, dan pulih kembali dari situasi sulit disebut dengan resiliensi.

Menurut Reivich dan Shatte (Uyun, 2012; Wahyudi, 2020) komponen resiliensi yang diaa kemukakan terdiri dari:

1. *Emotion Regulation*

Kapabilitas individu saat menghadapi tekanan dengan pembawaan yang tenang. Individu yang dapat mengendalikan diri dari emosi negatif, akan mampu untuk mencari jalan keluar lebih cepat dari setiap permasalahan yang tengah dihadapi disebut sebagai regulasi emosi.

2. *Impulse Control*

Pengendalian impuls adalah keterampilan seseorang dalam mengelola ambisi, hasrat, kesenangan, serta tekanan yang hadir dalam hidupnya. Pengelolaan impuls yang kurang baik akan berpengaruh pada pikiran dan perilaku individu, sebab ia akan merasakan perubahan emosi yang cepat seperti mudah marah, kurang sabar, bertindak agresif, dan perilakunya cenderung impulsif (spontan, tanpa berpikir panjang).

3. *Optimism*

Individu yang optimis memandang segala sesuatu secara positif. Ia percaya bahwa dirinya akan berhasil memecahkan masalah yang sedang dialami. Secara fisik dan psikis akan terlihat lebih sehat dan juga lebih mudah untuk produktif dan meraih prestasi.

4. *Self-Efficacy*

Keyakinan individu terhadap kapabilitas pribadi untuk menyelesaikan berbagai tantangan yang dihadapi disebut dengan efikasi diri. Individu dengan efikasi diri yang bagus, tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan sebab ia tidak ragu dengan kemampuan dirinya. Perbedaan antara optimisme dengan efikasi diri yaitu orang yang optimis cenderung mempertahankan harapan positif yang akan terjadi di hidupnya, terlepas dari kemampuan personal yang dimiliki. Sementara orang yang memiliki efikasi diri percaya bahwa hal-hal baik seperti mampu bertahan dan menemukan jalan keluar dari suatu permasalahan disebabkan karena ia mampu untuk melakukan hal-hal tersebut.

5. Analisis Kasus

Kemampuan seseorang untuk mengetahui penyebab dari permasalahan yang terjadi dalam hidupnya sehingga ia tidak melakukan kesalahan yang sama secara berulang disebut sebagai analisis kasus.

6. *Empathy*

Empati yaitu keterampilan seseorang dalam menafsirkan perasaan dan pikiran orang lain dengan berandai apabila ia ditempatkan di posisi yang serupa. Apabila seseorang memiliki empati yang rendah maka ia memiliki kecenderungan sulit memelihara hubungan sosial, sebab akan dianggap tidak peka dengan perasaan orang lain.

7. *Reaching out*

Reaching out atau pencapaian menggambarkan kemampuan individu untuk meningkatkan aspek-aspek positif dalam hidup dan berani mengambil kesempatan serta tantangan baru (Taufiq & Susanty, 2014). Selain itu, *reaching out* dapat diartikan sebagai keterampilan individu dalam mengambil hal positif dari kemalangan yang ada dalam hidupnya (Nisa, 2016).

Munawaroh&Mashudi (Maharani, 2021) menjelaskan ada faktor risiko dan faktor protektif yang bisa diperhatikan untuk mengetahui tingkat resiliensi yang ada pada diri individu. Faktor risiko meliputi lingkungan yang bermasalah, perselisihan, dan trauma. Dalam arti lain, faktor risiko yaitu faktor penghambat resiliensi dalam diri individu. Sedangkan faktor protektif adalah faktor pendukung resiliensi dalam diri individu yang dapat dibedakan menjadi dua. Pertama, berasal dari dalam diri (seperti *self-efficacy*) dan kedua berasal dari luar diri (seperti dukungan sosial dari keluarga, teman, atau orang lain). Menurut Grotberg (Uyun, 2012), macam-macam faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi individu yaitu:

1. *I Am*, yaitu faktor yang asalnya dari dalam diri, dapat dibagi menjadi: bangga dan percaya pada diri sendiri, perasaan dicintai dan sikap yang menarik, empati, mandiri dan bertanggung jawab.
2. *I Have*, yaitu faktor yang asalnya bukan dari dalam diri. Sumber-sumbernya yaitu struktur dan aturan di keluarga, seseorang yang dijadikan panutan, memiliki hubungan sosial yang baik yang dapat ditunjukkan dengan dukungan dan kasih sayang dari orang-orang terdekat atau tercinta.
3. *I Can*, yaitu faktor yang memiliki kaitan dengan kemampuan interpersonal. Elemen-elemennya yaitu kemampuan mengelola perasaan, memilih kekerabatan yang bisa dipercaya, kecakapan dalam berkomunikasi, memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, *problem solving*.

Individu dapat dikatakan resilien apabila mempunyai ketiga faktor tersebut. Jika hanya memiliki salah satu faktor saja, tidak termasuk orang yang resilien. Menurut Reivich&Shatte (Cathlin dkk., 2020), fungsi dari resiliensi adalah *overcoming* (mampu menghadapi masalah), *steering through* (mampu melewati masalah dengan pembawaan yang positif), *bounce back* (bangkit kembali dan melewati masa trauma), *reaching out* (memahami kemampuan diri dan menemukan makna hidup). Individu yang resilien memiliki ciri pembawaan diri yang tenang dan memiliki kapabilitas untuk berdiri kembali setelah mengalami hal yang sulit dalam hidup (Pragholapati & Munawaroh, 2020).

Pandemi COVID-19

Virus corona menjangkit saluran pernapasan bagian bawah dan menyebabkan pneumonia pada manusia dengan gejala yang tampak lebih ringan daripada infeksi SARS atau MERS, tetapi bila dibiarkan dapat

berujung pada penyakit mematikan seperti hiperinflamasi dan gangguan pernapasan. Tanda-tanda orang yang terpapar virus Corona yaitu sesak napas, demam, batuk kering, menggigil dan sakit di sekujur tubuh, kehilangan bau dan rasa, kelelahan bagi sebagian orang.

Cara sederhana namun penting yang dapat dilakukan untuk melawan penyebaran virus tersebut adalah mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir atau bisa juga menggunakan *handsanitizer* dengan kadar alkohol sekitar 60%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh WHO, dihasilkan bahwa COVID-19 dapat menyebar apabila percikan air liur dari penderita keluar saat batuk atau bersin. Jika ada individu lain yang menyentuh mata, hidung, atau mulut setelah tidak sengaja maupun sengaja menyentuh permukaan yang terpapar droplet dari penderita COVID-19, maka dapat menyebabkan infeksi pada diri individu tersebut. Hendaknya, ketika bersin atau batuk segera tutup menggunakan tisu atau lengan bagian dalam, cuci tangan terlebih dahulu sebelum menyentuh wajah, hidung, atau mulut, dan sebisa mungkin hindari kontak secara langsung dengan penderita COVID-19. (Clark dkk., 2020).

Penelitian Relevan

1. Penelitian di India yang berjudul “*Students’ Perception and Preference for Online Education in India During COVID-19 Pandemic*” (Muthuprasad dkk., 2021) terhadap peserta didik di jurusan agrikultural (pertanian), menunjukkan bahwa mereka mengaku kesulitan dan bingung selama belajar secara daring, sebab studi yang mereka tempuh seharusnya hampir 70% dilakukan secara tatap muka. Apabila hanya dijelaskan melalui *video conference* atau diminta untuk membaca berbagai literatur, mereka merasa kurang dapat memahaminya. Penelitian tersebut melibatkan 307 orang, yaitu 172 perempuan dan 135 laki-laki. Pengumpulan data responden dirancang dengan bantuan survei literatur dan diskusi informal dengan peserta didik yang sedang mengikuti kelas *online*.
2. Penelitian berjudul “Survei tingkat kejenuhan siswa SMK belajar di rumah pada mata pelajaran produk kreatif dan kewirausahaan selama masa pandemi covid-19” (Rinawati & Darisman, 2020) Penelitian tersebut melibatkan 40 siswa SMKN 1 Dringu dengan sampel siswa kelas XI, baik dari jurusan APHPi, APAT, dan TKJI dengan memanfaatkan kuesioner tertutup sebagai instrumen utama pengumpulan data. Analisis secara deskriptif kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Hasilnya adalah dari 40 siswa di SMKN 1 Dringu, sebanyak 18 siswa (45%) mengalami tingkat kejenuhan rendah dan 22 siswa (55%) mengalami kejenuhan dengan kategori sedang. Perasaan negatif dapat timbul apabila siswa secara terus menerus mengalami gejala kejenuhan saat melakukan aktivitas pembelajaran daring. Bila hal tersebut dibiarkan maka akan memperburuk persepsi diri terhadap aktivitas yang diikuti, kemudian dapat menyebabkan siswa perlahan menarik diri dari segala aktivitas yang dilakukannya.
3. Penelitian di dalam negeri yang berjudul “Analisis Efektivitas Pembelajaran Daring (*Online*) Untuk Siswa SMK Negeri 8 Kota Tangerang Pada Saat Pandemi Covid 19” (Rachmat & Krisnadi, 2020). Penyebaran kuesioner secara *online* digunakan dalam penelitian tersebut sebagai alat pengumpul data dan melibatkan 88 orang responden yang merupakan siswa SMK 8 Kota Tangerang dengan program studi Teknik Instalasi Tenaga Listrik yang terdiri dari 61 siswa kelas XI dan 29 siswa kelas X. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa para peserta didik kurang dapat memahami materi yang disampaikan oleh guru dan mereka juga menilai bahwa pembelajaran daring dirasa kurang efektif. Kendala yang mereka alami yaitu tidak memiliki gawai yang memadai, jaringan internet yang lambat, dan kuota internet yang terbatas.

KESIMPULAN

Dari hasil beberapa penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring yang saat ini dilakukan menimbulkan berbagai hambatan sehingga berpengaruh pada ketahanan diri peserta didik khususnya siswa SMK, dimana mereka seharusnya lebih banyak belajar menggunakan praktik dibandingkan dengan teori. Umumnya peserta didik mengalami kejenuhan yang apabila dibiarkan khawatir akan berpengaruh pada penurunan prestasi akademik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada seluruh pihak yang berkontribusi, khususnya ibu Aprilia Setyowati, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan dalam kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan 2 (PLP 2) Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan tahun 2021 yang telah membimbing penulis dan telah memberi kesempatan pada penulis untuk mengunggah artikel ini pada Seminar Nasional Kolokium Artikel PLP Mahasiswa.

REFERENSI

- Ainiah, Q., Khusumadewi, A., Pd, S., & Pd, M. (2018). *PENERAPAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI DIRI (SELF RESILIENCE) SISWA*. 7.
- Cathlin, C. A., Anggreany, Y., & Dewi, W. P. (2020). Pengaruh harapan terhadap resiliensi wanita dewasa muda yang pernah mengalami abortus spontan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.24854/jpu82>
- Clark, H., Coll-Seck, A. M., Banerjee, A., Peterson, S., DalGLISH, S. L., Ameratunga, S., Balabanova, D., Bhan, M. K., Bhutta, Z. A., Borrazzo, J., Claeson, M., Doherty, T., El-Jardali, F., George, A. S., Gichaga, A., Gram, L., Hipgrave, D. B., Kwamie, A., Meng, Q., ... Costello, A. (2020). A future for the world's children? A WHO–UNICEF–Lancet Commission. *The Lancet*, 395(10224), 605–658. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)32540-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32540-1)
- Habsy, B. A. (2017). Seni Memahami Penelitian Kuliitatif Dalam Bimbingan Dan Konseling: Studi Literatur. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 90. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.56>
- Maharani, P. C. D. (2021). HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI SISWA SMK NEGERI 1 WONOSEGORO KABUPATEN BOYOLALI TAHUN PELAJARAN 2020/2021. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 85–95. <https://doi.org/10.26877/empati.v8i1.7977>
- Muthuprasad, T., Aiswarya, S., Aditya, K. S., & Jha, G. K. (2021). Students' perception and preference for online education in India during COVID -19 pandemic. *Social Sciences & Humanities Open*, 3(1), 100101. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2020.100101>
- Nisa, M. K. (2016). *STUDI TENTANG DAYA TANGGUH (RESILIENSI) ANAK DI PANTI ASUHAN SIDOARJO A STUDY OF CHILDREN RESILIENCE IN SIDOARJO ORPHANAGES*. 5.
- Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). RESILIENSI PADA LANSIA. *Jurnal Surya Muda*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i1.55>
- Prawitasari, I. (2020). IMPLEMENTASI PELAKSANAAN BIMBINGAN DAN KONSELING DI MASA PANDEMI COVID-19: A LITERATURE REVIEW. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 3(2), 8.
- Purwaningsih, H. (2021). PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MELAYANI PESERTA DIDIK DI MASA PANDEMI COVID-19. *EDUCATIONAL : Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran*, 1(1), 36–44. <https://doi.org/10.51878/educational.v1i1.53>
- Rachmat, A., & Krisnadi, I. (2020). *ANALISIS EFEKTIFITAS PEMBELAJARAN DARING (ONLINE) UNTUK SISWA SMK NEGERI 8 KOTA TANGERANG PADA SAAT PANDEMI COVID 19*. 7.
- Rinawati, D., & Darisman, E. K. (2020). *Survei tingkat kejenuhan siswa SMK belajar di rumah pada mata pelajaran produk kreatif dan kewirausahaan selama masa pandemi covid-19*. 9.
- Rumetna, M. S. (2018). Title Case. *Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 5(3), 305. <https://doi.org/10.25126/jtiik.201853595>
- Taufiq, R., & Susanty, E. (2014). *GAMBARAN RESILIENSI ANAK PASCA BENCANA BANJIR DI DESA DAYEUKOLOK, KABUPATEN BANDUNG, JAWA BARAT*. 15.
- Utami, C. T. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54–65. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>
- Uyun, Z. (2012). *RESILIENSI DALAM PENDIDIKAN KARAKTER*. 9.
- Wahyudi, A. (2020). MODEL RASCH: ANALISIS SKALA RESILIENSI CONNOR-DAVIDSON VERSI BAHASA INDONESIA. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 28. <https://doi.org/10.32585/advice.v2i1.701>