

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di era digital telah membawa perubahan mendasar dalam berbagai aspek kehidupan sosial, termasuk dunia pendidikan. Teknologi tidak hanya mengubah cara siswa belajar, tetapi juga cara mereka berinteraksi, berkomunikasi, dan membangun identitas diri. Melalui internet dan media sosial, siswa kini memiliki akses tanpa batas terhadap informasi, ruang kolaborasi daring, dan ekspresi diri yang lebih luas. Namun, dibalik peluang tersebut, era digital juga menghadirkan tantangan baru terhadap kesejahteraan sosial dan emosional siswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa meningkatnya tekanan akademik, paparan berlebih terhadap media sosial, serta fenomena cyberbullying dapat menimbulkan stres, kecemasan, bahkan depresi di kalangan remaja.

Tekanan akademik dan sosial masyarakat di era digital semakin kompleks. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa siswa yang menghadapi tuntutan akademik tinggi yang dapat mengalami kelelahan emosional, kehilangan motivasi belajar, serta kesulitan beradaptasi secara sosial (Sahanaya & Ramadhan, 2025; Dwiana & Santoso, 2025). Di Indonesia, survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2022) menunjukkan bahwa 75% remaja usia sekolah aktif menggunakan internet dengan rata-rata waktu penggunaan lebih dari lima jam per hari. Kondisi ini memperbesar risiko munculnya masalah sosial-emosional seperti stres akademik (Santoso dkk, 2021), rendahnya kemampuan regulasi emosi (Pratiwi & Putri, 2020), hingga kecenderungan isolasi sosial akibat ketergantungan

pada dunia digital. Dalam konteks ini, tantangan bagi sekolah bukan hanya menyediakan fasilitas teknologi, tetapi juga harus memastikan kesejahteraan sosial-emosional siswa tetap terjaga di tengah derasnya arus digitalisasi saat ini.

Kondisi tersebut menuntut peran strategis guru bimbingan dan konseling (BK) di sekolah. Guru BK memiliki tanggung jawab yang tidak hanya dalam menangani masalah pribadi atau akademik siswa saja, tetapi juga dalam membangun keseimbangan sosial dan emosional yang sehat di era digital. Era digital menuntut guru BK untuk memahami pola komunikasi generasi Z, yang menginginkan lebih terbuka di media sosial dibandingkan dalam percakapan langsung (Anderson & Jiang, 2018). Banyak siswa mengekspresikan perasaan, stres, bahkan krisis identitas mereka melalui simbol digital seperti emoji, unggahan status, atau story di media sosial. Fenomena ini menandakan bahwa ekspresi sosial-emosional siswa kini tidak lagi sepenuhnya hadir di ruang fisik sekolah, melainkan juga tersebar dalam ruang virtual. Oleh sebab itu, guru BK perlu memiliki kemampuan untuk membaca, menafsirkan, dan merespons bentuk-bentuk simbolik tersebut secara empatik dan bermakna (Yuliani & Prasetyo, 2022).

Dalam konteks teori interaksionisme simbolik, fenomena ini dapat dijelaskan melalui cara siswa dan guru BK membangun makna terhadap kesejahteraan sosial-emosional melalui proses interaksi. Menurut George Herbert Mead (1934) dan Herbert Blumer (1969), perilaku manusia tidak ditentukan semata oleh rangsangan eksternal, tetapi oleh makna yang mereka berikan terhadap situasi sosial. Makna tersebut lahir dari interaksi simbolik - melalui bahasa, ekspresi, dan tindakan yang kemudian diinterpretasikan oleh masing-masing individu. Dengan demikian, kesejahteraan sosial-emosional siswa tidak hanya merupakan kondisi

psikologis, melainkan hasil dari proses sosial di mana siswa belajar memahami, menafsirkan, dan merespons dukungan serta perhatian dari guru BK. Guru BK berperan sebagai meaning-maker, yaitu individu yang membantu siswa membentuk pemaknaan positif terhadap dirinya dan lingkungannya melalui komunikasi yang empatik dan reflektif (Rahmawati dan Sari, 2021).

Pendekatan interaksionisme simbolik juga memandang bahwa kesejahteraan sosial-emosional merupakan hasil dari interaksi sosial yang sarat makna antara individu dan lingkungannya. Di sekolah, interaksi antara guru BK dan siswa menjadi ruang sosial penting tempat terbentuknya makna kesejahteraan. Proses konseling tidak hanya berlangsung melalui pertukaran informasi, tetapi juga melalui simbol, gestur, dan interpretasi emosional yang memperkuat hubungan kepercayaan. Dalam ruang digital, simbol-simbol tersebut juga muncul dalam bentuk komunikasi daring seperti pesan singkat, reaksi emoji, atau komentar positif - yang dapat memperkuat keterikatan sosial antara guru dan siswa. Interaksi yang demikian menjadi penting untuk membangun kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital yang cenderung individualistik (Salsabila & Nugraha, 2024).

Generasi Z, yang mendominasi usia sekolah saat ini, memiliki karakteristik unik dalam cara mereka berinteraksi dan memaknai pengalaman sosial. Mereka tumbuh di tengah budaya digital yang serba cepat, instan, dan berbasis visual (Prensky, 2001; Hidayat & Lestari, 2022). Akibatnya, mereka lebih sensitif terhadap validasi sosial, seperti jumlah likes, komentar, atau pengakuan dari teman sebaya di dunia maya. Ketika interaksi sosial mereka didominasi oleh dunia digital, pengalaman emosional yang mereka alami pun seringkali dipengaruhi oleh makna simbolik dari interaksi virtual tersebut. Di sinilah pentingnya kehadiran guru BK

yang mampu memahami konteks simbolik ini bukan hanya sebagai konselor sekolah, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu siswa membangun makna sosial yang sehat di tengah realitas digital.

Berdasarkan observasi awal nonpartisipan peneliti menemukan bahwa fenomena penggunaan media digital cukup tinggi dalam pembelajaran, dan media sosial yang cukup intens di kalangan siswa, yang dapat berpotensi berdampak pada perubahan perilaku sosial dan emosional di lingkungan sekolah, (Observasi awal, 13 Oktober 2025). Layanan bimbingan dan konseling di sekolah ini juga telah berjalan cukup baik, namun menghadapi tantangan dalam memahami pola komunikasi digital siswa.

Hasil wawancara awal dengan Farhan Setiawan yang merupakan salah satu guru mata pelajaran, peneliti mendapatkan bahwa SMA Negeri 1 Lhokseumawe telah memanfaatkan media digital dalam proses belajar mengajar, baik melalui penggunaan platform pembelajaran daring, rumah pendidikan, media sosial, maupun aplikasi komunikasi yang mengintegrasikan antara guru dan siswa. Pemanfaatan media digital tersebut dinilai membantu kelancaran penyampaian materi dan meningkatkan akses informasi bagi siswa. Hal ini sesuai dengan tuntutan zaman yang adaptif terhadap perkembangan teknologi. Namun, berdasarkan temuan awal, penggunaan teknologi digital ini belum sepenuhnya diimbangi dengan pendampingan yang memadai terhadap aspek sosial dan emosional siswa. salah satu guru SMA Negeri 1 Lhokseumawe mengungkapkan bahwa sebagian siswa menunjukkan perubahan perilaku sosial, seperti berkurangnya interaksi sosial, meningkatnya ketergantungan gawai, serta kesulitan dalam

mengelola emosi ketika menghadapi tekanan akademik maupun sosial yang muncul di ruang digital. (Wawancara awal, 28 januari 2026).

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru bimbingan dan konseling telah melakukan berbagai upaya bimbingan, seperti layanan bimbingan individu, konseling individu, bimbingan kelompok, konseling kelompok, bimbingan klasikal, serta pemberian materi terkait etika penggunaan media digital. Namun, strategi tersebut masih bersifat umum dan belum terstruktur secara khusus untuk meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital.

Berdasarkan hasil wawancara awal tersebut, dapat disimpulkan bahwa meskipun SMA Negeri 1 Lhokseumawe telah beradaptasi dengan perkembangan teknologi digital dalam pembelajaran, masih diperlukan strategi guru bimbingan dan konseling yang lebih terarah dan kontekstual untuk menjawab tantangan kesejahteraan sosial-emosional siswa. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan siswa di era digital dengan praktik pelayanan bimbingan dan konseling yang berjalan, sehingga perlu dikaji secara mendalam melalui penelitian mengenai strategi guru bimbingan dan konseling, faktor pendukung dan penghambat, serta hasil penerapan strategi tersebut terhadap kesejahteraan sosial-emosional siswa.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk dan implementasi strategi guru BK dalam meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital?

2. Bagaimana hasil implementasi strategi guru BK terhadap kesejahteraan sosial-emosional siswa?
3. Apa faktor pendukung dan penghambat internal dan eksternal strategi guru BK meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital?

1.3. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini diarahkan pada strategi guru bimbingan dan konseling (BK) dalam meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa SMA Negeri 1 Lhokseumawe di era digital yaitu meliputi:

1. Menganalisis bentuk dan implementasi strategi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital.
2. Mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat (internal dan eksternal) yang mempengaruhi efektivitas strategi tersebut,
3. Mengevaluasi hasil implementasinya terhadap perkembangan kesejahteraan sosial-emosional siswa.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memetakan peran guru BK, tetapi juga menilai kontribusi nyata strategi dalam menjaga dan meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa SMA Negeri 1 Lhokseumawe.

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan bentuk dan implementasi strategi guru BK dalam meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital.

2. Untuk menganalisis hasil implementasi strategi guru BK terhadap peningkatan kesejahteraan sosial-emosional siswa di era digital.
3. Untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor pendukung serta penghambat, baik internal maupun eksternal, dalam pelaksanaan strategi guru BK dalam meningkatkan kesejahteraan sosial-emosional siswa.

1.5. Manfaat Penelitian

Proposal penelitian tesis ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian Sosiologi Pendidikan, khususnya dalam memahami dinamika interaksi sosial, peran institusi sekolah, dan pengaruh teknologi digital terhadap kesejahteraan sosial-emosional siswa. Beberapa kontribusi teoritisnya adalah sebagai berikut:

1. Mengembangkan kajian sosiologi pendidikan dengan menyoroti sekolah yang berfungsi sebagai sosialisator dalam membentuk karakter kesejahteraan sosial-emosional siswa ditengah perubahan sosial yang diakibatkan oleh digitalisasi
2. Memperkaya teori interaksionisme simbolik (Herbert Blumer dan George H. Mead) dengan mengaplikasikannya pada konteks layanan Bimbingan dan Konseling (BK). Dalam hal ini, interaksi antara guru BK dan siswa dipahami sebagai proses pembentukan makna sosial yang berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional individu.

3. Menawarkan perspektif baru dalam sosiologi pendidikan, bahwa kesejahteraan sosial-emosional bukan hanya hasil proses psikologis individu, tetapi juga hasil konstruksi sosial melalui interaksi, nilai, dan norma yang berkembang di lingkungan sekolah.

1.5.2 Manfaat Praktis:

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat nyata bagi berbagai pihak dalam upaya meningkatkan kualitas kesejahteraan sosial-emosional siswa serta memperkuat fungsi sosial pendidikan di era digital, berikut ini beberapa manfaat praktis, sebagai berikut:

1. Bagi guru bimbingan dan konseling (BK) dapat memberikan panduan dalam merancang strategi layanan bimbingan dan konseling yang relevan dengan tantangan sosial-emosional siswa di era digital, dan membantu guru bimbingan dan konseling dalam memahami dinamika sosial siswa, termasuk pengaruh media sosial terhadap perilaku dan keseimbangan sosial-emosional siswa
2. Bagi siswa diharapkan dapat membantu dalam mengembangkan sosial-emosional, empati dan regulasi emosi dalam menghadapi tekanan sosial di dunia maya atau dunia nyata, juga mendorong pembentukan identitas sosial yang positif serta hubungan interpersonal yang sehat di lingkungan sekolah.
3. Bagi sekolah dapat memberikan masukan bagi pengembangan program layanan BK yang terintegrasi dengan visi sekolah dalam membangun kultur pendidikan yang humanis dan menguatkan fungsi sekolah sebagai lembaga sosial yang tidak hanya berorientasi akademik, tetapi juga kesejahteraan sosial-emosional peserta didik.