

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia berkembang adalah suatu proses kehidupan dari pertumbuhan dan perubahan fisik, perilaku, kognitif, dan emosional. Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa dan berumur 11-21 tahun. Tahun 1974, WHO memberikan definisi konseptual tentang remaja. Menurut WHO, remaja adalah suatu masa di mana individu dapat berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Kemudian individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Terakhir terjadinya peralihan dari ketergantungan ekonomi yang membuat lebih mandiri. (Herlina, 2013)

Masa remaja merupakan periode penting dari rentang kehidupan, merupakan periode transisional, masa perubahan, usia yang bermasalah, masa individu mencari identitas diri, dan ambang menuju kedewasaan. Menurut Krori, perubahan sosial yang penting pada masa remaja mencakup meningkatnya pengaruh teman sebaya, pola perilaku sosial yang matang, pembuatan sebuah kelompok sosial, dan munculnya nilai-nilai baru dalam memilih teman. (Herlina, 2013)

Remaja sendiri juga mengalami perkembangan emosi yang beberapa memberikan ciri seperti keterlibatan dalam hubungan sosial pada masa remaja lebih intim. Jaringan sosial sangat luas. Menurut Erickson remaja harus bisa menyelesaikan konflik internal yang berkaitan dengan tahap perkembangannya. Di masa remaja krisis yang terjadi biasa disebut krisis antara identitas dengan keaburan identitas. Krisis memperlihatkan perjuangan untuk mendapat keseimbangan antara mengembangkan identitas

individu unik dengan kekaburan identitas tadi. Dimana remaja harus mengerti “siapa saya” “apa yang harus saya lakukan” “bagaimana caranya”. Bila remaja berhasil mengatasi krisis dan memahami identitas dirinya, maka remaja tersebut akan bisa membagi “dirinya” dengan orang lain dan bisa menyesuaikan diri dengan baik. Jika remaja gagal mengatasi krisis, dia tidak meyakini dirinya, maka ia akan terpisah dari hubungan sosial dan tidak mampu menjadi dewasa yang matang secara emosi. (Herlina, 2013)

Remaja yang tidak memahami dirinya sendiri bisa menjadikan kepercayaan dirinya turun. Percaya diri (*self confidence*) merupakan keyakinan pada kemampuan dan penilaian diri sendiri di dalam melakukan sebuah tugas. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas segala keputusan yang telah diambilnya. Sedangkan kepercayaan diri merupakan sikap positif seorang individu yang mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki seseorang, keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan dalam hidupnya. (Mufarohah, 2013)

Pada masa remaja banyak sekali tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan salah satunya percaya diri. (Iffa Dian, 2016) Siswa yang tidak percaya diri seperti saat di sekolah tidak berani untuk mengemukakan pendapatnya, tidak percaya bahwa dirinya bisa, menyerah dengan mudah, selalu berfikir negatif dan tidak mau bertanggung jawab. Hal ini berbanding terbalik dengan ciri-ciri percaya diri yang diungkapkan Lautser, orang yang percaya diri adalah mandiri, tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, ambisius, optimis, tidak pemalu, yakin dengan pendapatnya sendiri dan tidak (Siska, 2003)

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri menurut Santrock, yang pertama adalah penampilan fisik. Sejumlah peneliti telah menemukan penampilan fisik merupakan salah satu faktor

yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja. Kedua adalah konsep diri, adanya hubungan yang kuat antara penampilan fisik dengan harga diri secara umum yang tidak hanya di masa remaja, melainkan di sepanjang masa hidup. Ketiga adalah hubungan dengan orang tua. Dengan adanya rasa kasih sayang, perhatian terhadap masalah anak, keharmonisan di rumah juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu tersebut. Terakhir adalah hubungan teman sebaya, penilaian teman sebaya memiliki derajat yang tinggi pada anak-anak yang lebih tua dan remaja. Dukungan dari teman sebaya lebih berpengaruh pada tingkat kepercayaan diri pada individu pada masa remaja (Amandha, 2016)

Menurut *Dove Girl Beauty Confidence Report* menunjukkan bahwa 54 persen remaja perempuan di dunia tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Bahkan, 7 dari 10 remaja di Indonesia menarik diri dari aktivitas-aktivitas penting di kehidupan karena tidak percaya diri dengan penampilan. Mereka enggan berkumpul bersama teman dan keluarga, mengikuti kegiatan kelompok, serta aktivitas yang dapat membantu mereka meraih potensi terbaiknya.” Menurut Asisten Deputi Bidang Pemenuhan Hak Anak Atas Pendidikan, Kreatifitas, dan Kebudayaan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Elvi Hendrani, pola asuh yang kurang tepat dari keluarga atau orang tua juga mempunyai pengaruh besar dalam menurunkan kepercayaan diri pada anak (Liputan6.com). Menurut psikolog Lizzie, remaja mudah tidak percaya diri, karena adanya perubahan hormonal yang mempengaruhi kondisi psikologis dan fisiknya. Saat anak memasuki masa remaja, mereka memerlukan adanya bimbingan yang benar agar bisa menjadi pribadi yang berkualitas.

Remaja dapat mendapatkan bimbingan melewati guru BK di sekolahnya. Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang mempunyai kewajiban untuk membentuk siswa menjadi pribadi luhur. Selain tentang akademik, sekolah juga memberikan pendidikan mengenai pribadi yang baik. Karena itu adanya guru Bimbingan dan Konseling di sekolah sangat

diperlukan. Bimbingan dan Konseling bertujuan membuat individu berkembang sesuai dengan potensinya. Dalam usahanya sendiri terdapat upaya membantu memahami diri dan mengambil keputusan. Bimbingan dan konseling seorang individu yang sedang berada pada proses berkembang, ialah berkembang kearah kemandirian atau kematangan. Untuk mencapai kematangan tersebut, individu membutuhkan bimbingan karena belum mempunyai pemahaman atau wawasan tentang dirinya, dan pengalaman yang menentukan arah hidupnya ke depan (Kamaluddin, 2011)

Bimbingan dan Konseling berupaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT, kepadanya untuk menjalani tuntutan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntutan Allah SWT.

Dapat dilihat bahwa konseling Islami merupakan kegiatan yang “membantu” . Dikatakan membantu karena hakikatnya bahwa individu lah yang harus hidup sesuai tuntutan Allah (jalan yang benar) supaya mereka bisa selamat. Posisi konselor membantu, sehingga konsekuensinya individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan melaksanakan tuntutan dalam Islam (al-Qur’an dan sunah rasul-Nya). Pihak yang membantu adalah konselor yang mukmin yang memiliki pemahaman mendalam tentang tuntutan Allah dan menaatinya. Bantuan yang dimaksud berupa pemberian dorongan dan pendampingan dalam memahami dan mengamalkan syari’at Islam. Dengan begitu individu dapat berkembang secara optimal (Sutoyo, 2015).

Rahmat dan Herdi mengatakan bahwa profesi konselor terutama di sekolah mempunyai peran untuk mendorong perkembangan individu, membantu dalam pemecahan masalah dan mendorong tercapainya kesejahteraan individu dalam aspek fisik, intelektual, psikologis emosional ataupun spiritual. Konselor mempunyai cara atau teknik untuk melakukan pendekatan kepada klien. Pastinya konselor harus membuat klien percaya

dan nyaman padanya. Ada beberapa macam pendekatan yang dilakukan saat melakukan bimbingan. Contohnya adalah bimbingan kelompok yang maksudnya untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli. Kegiatan bimbingan kelompok berisi terdiri atas penyampaian 18 informasi yang berkenaan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak diberikan pada pelajaran (Rahmat Dede, 2014).

Menurut Prayitno, Bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok. Dengan demikian bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok agar bisa mencapai tujuan tertentu (Rahmat Dede, 2014).

Salah satu teknik dalam Bimbingan Konseling tersebut adalah teknik diskusi, teknik ini dapat diterapkan untuk meningkatkan pengertian tentang suatu tema yang melibatkan partisipasi siswa dalam prosesnya. Di Dalam diskusi kelompok anggota akan dibuat untuk berpartisipasi dalam menyampaikan pendapat, pengalaman, bertukar pikiran sehingga membuat tema yang telah dibahas menjadi lebih jelas dengan pemahaman masing-masing dari anggota. Pada diskusi kelompok itu sendiri terdapat beberapa hal dari klien yang bisa dilihat, antara lain adalah kepercayaan diri yang bisa dilihat dan digali, dengan begitu siswa akan berani dan aktif sehingga perlahan dapat meningkatkan kepercayaan diri tersebut. (Rahmat Dede, 2014).

Keefektifan intervensi layanan bimbingan kelompok teknik diskusi ini dapat ditemukan dalam beberapa penelitian yang dilakukan oleh Aliyustati yang berjudul "*Efektivitas Teknik Diskusi dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa*" terbukti efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah yang baru. Hasil dapat dilihat dengan adanya skor pada siswa meningkat (Aliyustati, 2016). Kemudian juga penelitian yang sudah dilakukan oleh

Norma Afriani berjudul *“Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa dengan Teknik Diskusi Kelompok pada Pelajaran Matematika di MTS Al Muddakir Banjarmasin”*. Di dalam penelitian tersebut juga terbukti bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi efektif untuk meningkatkan minat belajar siswa (Afriani, 2013).

Kepercayaan diri bukanlah sifat turunan dari kedua orang tua, kepercayaan diri didapat dari pengalaman hidup. Dengan demikian kepercayaan diri dapat terbentuk dan berkembang melalui proses interaksi dengan individu atau dengan kelompok di lingkungan selain itu setiap individu harus mensugesti dirinya untuk terus menerus berpikiran positif agar kepercayaan diri di dalam dirinya tidak berkurang atau hilang. Seseorang yang kehilangan kepercayaan dirinya akan sulit sekali berkembang dilingkungannya. Lingkungan keluarga, sekolah maupun teman sebaya (Iffa D, 2016).

Pada konteks kepercayaan diri terlihat adanya siswa yang kurang percaya diri dalam belajar, kebiasaan mencontek saat ujian maupun mengerjakan tugas, tidak berani berpendapat saat ditanya oleh guru, dan melemparkan tugas dalam mengerjakan tugas kelompok. Hal tersebut berbanding terbalik dari salah satu ciri kepercayaan diri yang diutarakan oleh Lautser, yaitu mandiri dan yakin dengan pendapatnya sendiri. Kepercayaan diri akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain dan mampu mengambil keputusan sendiri dapat membuat siswa mandiri dalam belajarnya di sekolah. Siswa yang memiliki kepercayaan yang tinggi dan baik akan dapat mengelola belajar dan mengatur keinginan untuk melanjutkan masa depannya dengan baik tanpa bergantung pada orang lain (Iffa D, 2016)

Saat ini masalah kepercayaan diri sangat banyak muncul di kalangan siswa. Tidak adanya kepercayaan diri dapat menghambat segala sesuatu yang berkaitan dengan individu tersebut seperti halnya dapat membuat individu takut untuk bertindak, malas akan mencoba sesuatu, lalu kurangnya motivasi dalam diri dan dapat berujung dengan membenci diri sendiri. Penggunaan pendekatan bimbingan kelompok ini mampu

relavan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Berdasarkan penuturan salah satu guru di SMAN 1 Ponggok, beliau berucap “Banyak siswa yang kepercayaan dirinya kurang, kalau diberi pertanyaan enggan untuk angkat tangan dan menjawab, hal itu tidak dibiasakan sehingga terbawa sampai naik kelas dan bahkan lulus. Siswa juga masih sering mencontek tugas temannya karena merasa dia tidak mampu mengerjakan tugas sekolahnya”. Adapula hampir sama dengan yang dirasa oleh dua siswa kelas X dari SMAN 1 Ponggok berikut, mereka menuturkan bahwa kepercayaan diri mereka kurang apalagi saat berada di kelas. Mereka tidak tahu cara untuk mengembangkan rasa percaya diri tersebut. Mereka pun khawatir jika kepercayaan diri mereka tidak dikembangkan dengan baik maka bisa mempengaruhi dalam masa pembelajaran berikutnya. Kebanyakan siswa kelas 10 kepercayaan dirinya belum terbentuk dengan baik. Sehingga mendorong peneliti untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Bimbingan Konseling Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMAN 1 Ponggok”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka focus penelitian dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana kepercayaan diri siswa sebelum diberi bimbingan kelompok teknik diskusi
2. Bagaimana kepercayaan diri siswa sesudah diberi bimbingan kelompok teknik diskusi

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan utama dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui efektifitas bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa di SMAN 1 Ponggok.
2. Mengetahui bagaimana kepercayaan diri setelah dilakukannya Bimbingan Kelompok teknik diskusi terhadap siswa SMAN 1 Ponggok.

D. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian memiliki kegunaan tersendiri, manfaat dari penelitian ini adalah meningkatkan kompetensi peneliti sebagai calon konselor profesional. Dengan melakukan penelitian ini, pengetahuan dan wawasan peneliti dalam melakukan penelitian akan bertambah. Selain itu penelitian ini berguna secara teoritis ataupun praktis, yaitu

- a. Manfaat teoritis : Memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu tentang bimbingan dan konseling khususnya mengenai Bimbingan Konseling teknik Diskusi. Hal ini dapat memberikan kontribusi bagi mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam untuk menambah pengetahuan tentang meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok teknik diskusi. Teknik ini dapat digunakan oleh mahasiswa untuk tambahan pengetahuan dan referensi dalam mengadakan penelitian.
- b. Secara Praktis : untuk siswa dapat digunakan dalam usaha mengembangkan rasa percaya diri. Dan untuk konselor , sebagai bahan informasi dalam memecahkan permasalahan siswa sehubungan dengan proses belajar mengajar atau kepercayaan diri siswa. Dan menambah wawasan untuk peneliti sehingga dapat mengembangkan penelitian tersebut.

Diharapkan peneliti bisa menggunakan teknik tersebut untuk meningkatkan kepercayaan diri. Sehingga dapat mengaplikasikan ilmu sosial yang telah dipahami melalui layanan.