

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan, proses dalam belajar, serta hasil belajar merupakan kesatuan yang tidak dapat terpisahkan dari kehidupan seluruh manusia. Pendidikan merupakan suatu pondasi dari perkembangan masyarakat, yang harus disertai dengan tujuan yang telah ditentukan agar dapat terencana dengan baik dan dapat terlaksana dengan baik ¹². Dalam mewujudkan peserta didik yang berpengetahuan luas pasti melalui proses pendidikan, dalam pendidikan tersebut sudah pasti terdapat proses belajar mengajar di dalamnya. Proses belajar mengajar ini merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dengan gurunya. Tanpa kita sadari dalam hal tersebut seorang guru dan murid saling bertukar pemikiran sehingga menghasilkan pengetahuan yang luas bagi peserta didik. ³

Lembaga sekolah merupakan sebagai lembaga formal banyak berperan dalam memberi pengetahuan serta keterampilan melalui berbagai kegiatan baik itu kegiatan akademik maupun kegiatan non akademik. Siswa dan siswi disekolah memiliki berbagai kegiatan seperti mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan baik atau mengikuti ekstrakurikuler sesuai dengan aturn sekolah. Di sekolah merupakan tempat di mana siswa dan

¹Aristiani Rina, "Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual," *Jurnal Konseling Gusjigang* 2, no. 2 (2016): 182–189.

² *Ibid.*

³ Vandini Intan, "Peran Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa [The Role of Self-Confidence on Students' Mathematics Learning Achievement]," *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA* 5, no. 3 (2016): 210–219.

siswi dapat bersosialisasi serta saling menghormati dan menghargai lingkungan sekitarnya, akan tetapi akhir-akhir ini terdapat banyak permasalahan yang di hadapi oleh para siswa dan siswi di sekolah sehingga mereka merasa kurang percaya diri dalam mengikuti kegiatan pembelajaran tersebut ⁴.

Masalah kepercayaan diri siswa dapat memunculkan hambatan yang besar baik pada bidang kehidupan sosial, belajar, serta karir. Menurut Lauster⁵ Kepercayaan diri suatu sikap dimana siswa yakin kepada kemampuan sendiri, dalam mengambil keputusan tanpa rasa ragu, bebas dalam melakukan sesuatu serta bertanggung jawab atas semua perbuatannya, memiliki rasa sopan saat berinteraksi, dengan orang lain, dapat mengenali kekurangan serta kelebihan yang di miliki. Usaha dalam meningkatkan rasa percaya diri pada siswa dengan menggunakan konseling perilaku, karena pendekatan ini merupakan hal yang penting dalam merubah tingkah laku manusia. Perubahan tingkah laku manusia itu dapat di pelajari dari proses belajar dari lingkungan yang ada. Pada dasarnya terapi tingkah laku diarahkan pada tujuan perilaku tingkah laku baru, serta menghilangkan tingkah laku yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan ⁶.

⁴Khoerunnisa Nisa, "Optimalisasi Metode Bermain Peran Dengan Menggunakan Alat Permainan Edukatif Dalam Mengasah Percaya Diri Anak Usia Dini," *Nisa Khoerunnisa Optimalisasi Metode Bermain Lentera* XVIII, no. 1 (2015): 77–91, https://journal.iain-samarinda.ac.id/index.php/lentera_journal/article/view/430.

⁵ Peter Lauster, *Tes Kepribadian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2012).

⁶ Dyesi Kumalasari, "Konsep *Behavioral Therapy* Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir," *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 14, no. 1 (2017): 15–24.

Rasa percaya diri ini dapat terlihat pada saat siswa melakukan presentasi di depan kelas di mana siswa yang mengalami masalah kurang percaya diri pada saat menyampaikan materi serta berinteraksi pada peserta presentasi. Siswa juga cenderung malu ketika akan mengajukan pertanyaan kepada guru apabila siswa tersebut merasa kurang jelas terhadap penjelasan yang diberikan oleh guru. Banyak juga siswa yang merasa dirinya tidak yakin dengan kemampuan yang dia miliki, dan tidak hanya itu saja maraknya budaya mencontek dikalangan siswa yang sulit dihilangkan sebagai bentuk rendahnya rasa percaya diri siswa ⁷.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada siswa kelas VIIIB MTSN 5 Tulungagung pada tanggal 18 Agustus 2022. Hasil dari wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan konseling masih terdapat siswa yang malu untuk bertanya kepada guru, jarang melakukan interaksi dengan teman, tidak berani mengangkat tangan ketika bertanya, ragu dengan kemampuan yang dia miliki, merasa ketakutan yang berlebih apabila disuruh menjelaskan di depan kelas, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2022 kepada siswa mereka merasa takut apabila jawab dia salah ketika ada guru yang bertanya, malu untuk berbicara di hadapan temannya, tidak pandai berbicara di depan orang banyak, siswa merasa gugup berbicara di depan kelas, siswa kurang berani dalam mengambil keputusan.

⁷ Amri Syaipul, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu," *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia* 03, no. 02 (2018): 156–168.

Dalam bimbingan konseling memiliki beberapa layanan, salah satunya yakni konseling kelompok dengan menggunakan konseling perilaku teknik bermain peran. Jadi Menurut Herlina⁸, menjelaskan tujuan dari teknik bermain peran yaitu membantu tercapainya pemahaman diri, meningkatkan keterampilan diri membantu menganalisis suatu perilaku dan membantu dalam memahami diri sendiri dan orang lain. Teknik bermain peran ini merupakan suatu teknik yang mampu di terapkan dalam bimbingan konseling di MTSN 5 Tulungagung yang tepat menangani kasus ini yaitu dengan teknik bermain peran merupakan sebuah percakapan yang dilakukan oleh konseli melalui apa yang sedang difikirkan ataupun dirasakannya, melalui percakapan seorang diri konselor dapat menggali lebih jauh perilaku maladaptif yang terdapat pada diri konseli tersebut ⁹. Maka dari itu peneliti memilih untuk menerapkan teknik bermain peran untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Hal yang menjadi alasan peneliti memilih MTSN 5 Tulungagung dimana layanan yang cenderung dilakukan yakni memakai konseling individu. hal ini di tinjau dengan hasil kepercayaan diri di MTSN 5 Tulungagung *pre-test* berada pada kategori rendah yakni 50%, sehingga melatar belakangi peneliti untuk meneliti kepercayaan diri siswa MTSN 5 Tulungagung. Maka tujuan dari peneliti untuk mengetahui tingkat efektivitas konseling perilaku teknik bermain peran untuk meningkatkan

⁸ Henny Christine Mamahit et al., "Penerapan Teknik Bermain Peran Melalui Konseling Kelompok Untuk Melatih Perilaku Asertif Sepuluh Siswa Kelas VIII SMP Kolose Kanisius Jakarta," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 6, no. 2 (2021): 673.

⁹ Widyarto Galuh Wikan, *Teori Konseling Dan Tekniknya* (Tulungagung: SATU PRES, 2021).

kepercayaan diri siswa di MTSN 5 Tulungagung, manfaat yang di inginkan oleh peneliti terciptanya peningkatan kepercayaan diri siswa di MTSN 5 Tulungagung. Selain itu juga akan bermanfaat bagi peneliti dan pembimbing sebagai bahan evaluasi untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

Dalam pandangan Islam kepercayaan diri harus dimiliki setiap manusia karena dengan kepercayaan diri manusia dapat meningkatkan kemampuan yang dia miliki. Dengan kepercayaan diri manusia akan lebih leluasa dalam bergaul dengan semua orang serta dengan rasa percaya diri manusia dapat beribadah dengan baik dan mendapat rido dari Allah SWT, dengan cara berani dalam mengungkapkan pendapatnya, bergaul dengan sesama muslim atau yang lainnya dapat menambah ilmu serta dapat meningkatkan kepercayaan diri karena dianggap dirinya diterima dengan baik oleh masyarakat. Adapun ayat tentang kepercayaan diri yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.”Surat Ali’Imran ayat 139.

Berdasarkan ayat diatas dapat di kategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan kepercayaan diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat, dimana dalam Al-Qur’an disebut sebagai orang yang

tidak takut dan sedih mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah¹⁰.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul efektivitas konseling perilaku dalam mengatasi kurangnya percaya diri pada siswa di MTSN 5 Tulungagung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di paparkan maka rumusan masalah ini adalah :

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri siswa di MTSN 5 Tulungagung ?
2. Bagaimana efektifitas konseling perilaku bermain peran untuk meningkatkan percaya diri pada siswa di MTSN 5 Tulungagung ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa di MTSN 5 Tulungagung
2. Untuk mengetahui keefektifitas konseling perilaku pendekatan bermain peran untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa di MTSN 5 Tulungagung

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian merupakan jawaban sementara dari persoalan penelitian yang dapat di rumuskan secara empirik¹¹. Untuk itu

¹⁰ Aya Mamlu'ah, "Konsep Percaya Diri Dalam Al Qur'an Surat Ali Imran Ayat 139," *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman* 1, no. 1 (2019): 30–39.

¹¹ Hasan Iqbal M, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian Dan Aplikasinya*, ed. M.SKhadafi dan Lolita, Cet. 1. (Bogor, 2002).

hipotesis masih diperlukan pembuktian keabsahannya berdasarkan faktor-faktor empiris. Dalam penelitian ini terdapat 2 macam hipotesis yaitu :

1. Hipotesis nihil (H_0), tidak ada peran konseling perilaku teknik bermain peran dalam meningkatkan kepercayaan pada siswa MTSN 5 Tulungagung.
2. Hipotesis alternatif (H_a), Ada peran konseling perilaku teknik bermain peran dalam meningkatkan kepercayaan pada siswa MTSN 5 Tulungagung.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi serta dapat menambah ilmu pengetahuan pada guru bimbingan konseling mengenai jalannya layanan Konseling Perilaku Teknik Bermain Peran, serta dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang tepat bagi permasalahan yang dialami siswa MTSN 5 Tulungagung, dapat memberikan manfaat untuk peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Kepala Sekolah

Dapat memberikan saran kepada sekolah untuk mengambil kebijakan layanan bimbingan konseling, yaitu konseling perilaku teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri pada siswa MTSN 5 Tulungagung.

b. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Bagi guru bimbingan konseling, dapat memberikan dan menerapkan layanan konseling perilaku dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri pada siswa MTSN 5 Tulungagung. Serta dapat memberikan keleluasaan guru bimbingan konseling untuk praktik di lingkungan sekitar.

c. Bagi Siswa

Dengan menggunakan Konseling Perilaku teknik bermain peran untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa MTSN 5 Tulungagung.

d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat diharapkan mendaji tolak ukur untuk kepentingan penelitian selanjutnya dalam melakukan pengembangan teknik dalam bimbingan konseling yang relefan.

F. Asumsi dan Batasan Penelitian

Asumsi penelitian merupakan suatu anggapan yang mendasar mengenai sesuatu serta merupakan suatu anggapan dasar yang harus dirumuskan secara jelas sebelum seroang peneliti mengumpulkan datanya asumsi dari penelitian ini adalah konseling Perilaku dengan menggunakan teknik bermain peran untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MTSN 5 Tulungagung. Agar dalam melakukan penelitian dapat terarah, terfokus, serta tidak meluas, peneliti memberikan batasan dalam permasalahan

penelitian ini pada konseling perilaku dalam meningkatkan percaya diri pada siswa di MTSN 5 Tulungagung.

G. Definisi Operasional

1. Konseling Perilaku Dengan Teknik Bermain Peran

Konseling perilaku merupakan suatu teknik dalam bimbingan konseling yang diaplikasikan kepada siswa dengan menggunakan modifikasi perilaku dalam memecahkan masalah yang sedang di hadapi siswa. Siswa di ajarkan untuk mengamati tingkah laku agar mereka dapat menyelesaikan masalah yang sedang di hadapi, dalam konseling perilaku ini juga terdapat modivikasi perilaku yang dapat digunakan untuk melakukan perubahan perilaku pada siswa yang maladaptif menjadi ke adaptif. Berasal dari belajar tingkah laku yang baru siswa yang akan mudah untuk menemukan jalan keluar masalah yang sedang dia alami.

Dalam konseling perilaku dengan teknik bermain peran siswa diajarkan untuk belajar yang berfokus pada tingkah laku dari suatu individu untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli, tindakan konseling ini berorientasi pada sebuah tindakan dalam melakukan proses konseling. Langkah-langkah konseling kelompok bermain peran dibagi menjadi 6 tahap sebagai berikut : pembinaan hubungan baik, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis, *follow-up*. Dalam teknik ini dilaksanakan dengan santai

sehingga anak rileks dalam memerankan perannya, dan terdapat diskusi antar teman tentang pemeranan.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap dimana individu dapat merasakan kenyamanan dalam melakukan suatu tindakan. Dengan kenyamanan tersebut rasa takut untuk melakukan sesuatu akan berkurang, dengan menerima kekurangan yang ada dalam dirinya kepercayaan diri akan terbentuk dengan baik. Pembentukan kepercayaan diri ini dapat dibentuk dengan bertahap sesuai dengan kemampuan siswa dalam mengadaptasikan serta mengaplikasikan rasa percaya diri mereka, karena kepercayaan ini bersumber dari diri sendiri. Terdapat aspek kepercayaan diri diantaranya : yakin dengan diri sendiri, Optimis, bertanggung jawab, rasional dan realistis menyampaikan pendapat angket kepercayaan diri ini di ukur menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 4 pilihan jawaban tersiri dari (ST) sangat setuju, (S) setuju, (TS) tidak setuju, (STS) sangat tidak setuju.

3. Siswa

Siswa merupakan pelajar yang sedang menempuh pendidikan di MTSN 5 Tulungagung. Siswa dari MTSN 5 Tulungagung ini merupakan remaja masa awal yang rata-rata berumur 12-14 tahun dan merupakan siswa aktif di MTSN 5 Tulungagung. Siswa-siswa tersebut mempunyai masalah yang mengakibatkan kepercayaan diri mereka rendah. Pemilihan sampel penelitian ini dilakukan dengan cara

memberikan angket kepada siswa secara *pre-test* terhadap siswa. Berdasarkan pemberian angket *pre-test* maka akan diperoleh siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah.