

BAB I

PENDAHULUAN

Pendahuluan menguraikan latar belakang penelitian, mengidentifikasi rumusan masalah, yang diteliti, merumuskan tujuan, menjelaskan manfaat, dan mengutarakan struktur organisasi penulisan.

1.1 Latar Belakang

Masa remaja dimulai pada usia 13-18 tahun (Hurlock, 1980). Masa remaja merupakan periode perubahan yang signifikan yakni dalam biologis, *cognitive*, dan pengembangan aspek sosial. Pada masa remaja individu mengalami masa pubertas, mengembangkan kapasitas untuk berpikir dalam hal yang sangat abstrak, dan pengalaman yang mengubah hubungan dengan teman sebaya dan orang tua (Eccles et al., 1993). Pada fase remaja, biasanya individu sedang memasuki dunia sekolah menengah. Individu mengambil tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri dan harus menjalankan peranan sebagai peserta didik dengan berbagai macam tuntutan baik secara akademik maupun psikologis (Haryadi & Cludia, 2021).

Setiap peserta didik saat menempuh sekolah menengah pertama pada umumnya hendak menjalani masa peralihan yang penuh dengan beragam perubahan dan sanggahan. Perubahan adalah kondisi yang bisa mengganggu kehidupan individu diantaranya yakni tingkat *self-esteem* (Chemers & Garcia, 2001). Penyebab dari *self-esteem* yang rendah pada remaja, yaitu disebabkan oleh pengalaman dalam menyesuaikan diri di lingkungan yang kurang menyenangkan, dapat terjadi hal negatif sebagai akibatnya (Sandha et al., 2012). Hasil riset yang dilaksanakan oleh Wang & Castaneda (2008) menyatakan, *self-esteem* menjadi prediktor yang paling penting dari kesejahteraan psikologis remaja. Peningkatan pada *self-esteem*, tidak menimbulkan level stres menjadi lebih rendah, lebih sedikit gejala psikologisnya, dan kepuasan hidup yang lebih besar.

Berkaitan pada fase remaja, individu memiliki tugas perkembangan salah satunya yaitu mendapatkan kelompok sosial yang setara dengan norma maupun opini pada diri remaja (Havighurs, 1953). *Self-esteem* yang tinggi dapat memperoleh kesejahteraan psikologis pada peserta didik maka diperlukannya

dukungan sosial yang diterima dari keluarga atau lingkungan. Hal ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Nurhidayati & Nurdibyanandaru (2014) bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self-esteem*. Dukungan sosial dapat dirasakan melalui hal-hal sederhana yang ditunjukkan oleh orang-orang sekitar maupun lingkungan terdekat (Thompson et al., 2005). Sedangkan menurut pendapat lain dukungan sosial merupakan suatu hubungan yang terbentuk dengan persepsi bahwa seseorang dicintai, dihargai, disayangi untuk memberikan kepada individu yang mengalami tekanan-tekanan di dalam kehidupannya (Cutrona, 1987).

Pada dasarnya hubungan *self-esteem* yang tinggi dipengaruhi oleh dukungan sosial hal ini didukung oleh beberapa penelitian mengungkapkan bahwa dukungan sosial dapat memprediksi tingkat *self-esteem* individu (Harris & Orth, 2019; Lakey & Orehek, 2011). *Sociometer theory* menyatakan bahwa *self-esteem* sangat dipengaruhi oleh kehadiran serta penerimaan orang lain pada diri individu, yaitu adanya penerimaan dari orang lain akan terkait dengan dukungan sosial (Leary & Baumeister, 2000). Dukungan sosial (hubungan sosial) dan *self-esteem* dapat bersifat resiprokal (Harris & Orth, 2019), artinya ketika individu memiliki hubungan sosial yang baik, *self-esteem* menjadi positif, lalu *self-esteem* yang positif juga mendorong individu untuk memiliki hubungan sosial yang baik.

Selain itu individu yang memiliki dukungan sosial keluarga yang tinggi maka secara keseluruhan memiliki *self-esteem* yang tinggi (Felson & Zielinski, 1989). Dukungan sosial pada perempuan lebih banyak dari teman dekat dan ibu, Kemudian dukungan yang diterima terkait dengan *self-esteem* yang lebih rendah pada perempuan, menunjukkan perbedaan dalam dampak dukungan yang diterima atau dirasakan pada *self-esteem* dan masalah internalisasi dan eksternalisasi. Seiring bertambahnya usia individu, dukungan orang tua akan menurun dan dukungan teman sebaya menjadi lebih penting (Larsen et al., 2012). Sama halnya pada individu usia remaja yakni pada peserta didik, dukungan yang diterima dari orang tua menurun dan membutuhkan dukungan dari teman sebaya. Maka dari itu responden dari penelitian ini adalah peserta didik sekolah menengah pertama di Kabupaten Bandung Barat yang berusia remaja yakni 13-16 tahun.

Pengembangan *self-esteem*, baik itu tinggi ataupun rendah tidak terlepas dari peran atau keterikatan orang tua. *Self-esteem* dipengaruhi oleh interaksi individu dengan lingkungan keluarga, sekolah atau lingkungan sekitarnya (Oswalt, 2010). Ikatan anak dengan orang tua pertama kali dibentuk ketika individu berusia enam atau tujuh bulan. Menurut penelitian terdapat tiga aspek keterikatan yaitu *trust*, *communication*, dan *alienation* (Armsden & Greenberg, 1983). Sebanyak 74,1% remaja dan dewasa awal banyak menghabiskan waktunya bersama orang lain dibandingkan dengan orang tua (Sears, 1991). Pengembangan *self-esteem* terjadi karena adanya hubungan emosional antara orang tua dan anak. Menurut Coopersmith (1967), ada korelasi antara sikap orang tua dengan *self-esteem* anak. *Self-esteem* yang tinggi pada individu dihasilkan dari hubungan yang kuat dengan orang tua. Hal ini didukung oleh Chen (2017) yang menemukan bahwa individu dengan *self-esteem* yang tinggi bersumber dari *secure attachment* kepada orang tuanya dibandingkan dengan *insecure attachment*. Keterikatan orang tua terhadap individu memainkan peran penting dalam pembentukan *self-esteem*.

Self-esteem didasarkan pada penilaian individu tentang dirinya baik secara positif atau negatif serta menunjukkan keyakinan bahwa dirinya sanggup, berharga dan berhasil. Individu dengan *self-esteem* tinggi akan mengambil strategi pengembangan diri, sebaliknya mereka dengan *self-esteem* rendah cenderung memilih strategi untuk melindungi diri (Burns, 1993). Seseorang dengan *self-esteem* tinggi akan menerima risiko untuk meningkatkan diri, sedangkan individu dengan *self-esteem* rendah cenderung melindungi diri dan menghindari risiko penghinaan umum, sekalipun untuk kesuksesan dalam menaikkan nilai diri (Baumeister et al., 1989). Maka dari itu *self-esteem* yang tinggi sangat penting bagi kehidupan seseorang.

Berdasarkan data penderita *self-esteem* rendah yang diambil di RSKD Provinsi Maluku, yang pernah dirawat pada tahun 2016-2018 adalah tahun 2016 sebanyak 20 dengan persentase 35,08%, tahun 2017 sebanyak 25 persentase 43,85%, tahun 2018 sebanyak 12 dengan presentase 21,05%. Dari total kasus *self-esteem* rendah yang terjadi 3 tahun terakhir (2016-2018) adalah 57 dengan persentase 99,98%. WHO pada tahun 2005 tercatat kasus bunuh diri yang dikaitkan dengan rendahnya *self-esteem* dan depresi pada remaja yang terjadi di

Indonesia pada rentang usia remaja hingga dewasa awal (15-24 tahun) sekitar 60% dan fenomena bunuh diri dikalangan remaja meningkat setiap tahunnya (Novianti, 2012).

Peneliti menemukan fenomena di lapangan, terdapat peserta didik SMP Negeri 1 Lembang yang memiliki *self-esteem* rendah. Berdasarkan pengamatan peneliti pada saat memasuki kelas VII. Subjek berinisial KA selalu memakai masker ketika disekolah, dirinya merasa tidak percaya diri karena memiliki masalah pada wajahnya. Sedangkan peserta didik kelas berinisial N dikenal sebagai seorang yang pendiam oleh teman-teman di kelasnya. Peserta didik berinisial MF mengalami tidak percaya diri pada saat ditugaskan untuk membaca puisi didepan kelas, ketika ditanya oleh peneliti peserta didik tersebut tidak mampu berbicara didepan banyak orang. Fenomena *self-esteem* rendah karena kurangnya dukungan sosial khususnya di sekolah. Hal ini didukung oleh Rosenberg (1965) bahwa salah satu aspek *self-esteem* yaitu aspek sosial. Aspek sosial berhubungan dengan keahlian individu dalam bersosialisasi di lingkungannya. Maksudnya individu memilih teman sesuai dengan kriteria individu tersebut.

Layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self-esteem* belum pernah dilakukan oleh guru BK di SMP Negeri 1 Lembang. Berdasarkan studi pendahuluan saat peserta didik dipersilakan tampil didepan kelas, peserta didik tersebut tidak mau dan ingin ditemani oleh temannya. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan dengan melakukan konseling kelompok bahwa setelah menyelesaikan posttest, 60% *self-esteem* peserta didik meningkat. Selanjutnya, intervensi konseling kelompok berkaitan dengan kebahagiaan dalam memperjuangkan *self-esteem* didukung oleh teman sebaya (Townsend, 2013).

Layanan responsif menjadi intervensi yang diperlukan oleh peserta didik dalam mengembangkan *self-esteem*. Intervensi yang sudah digunakan dalam mengembangkan *self-esteem* yaitu konseling kelompok. Konseling kelompok untuk meningkatkan *self-esteem* dapat dilakukan dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) teknik restrukturisasi kognitif. Telah terbukti berdasarkan hasil penelitian teknik restrukturisasi kognitif dalam menangani harga diri yang rendah pada peserta didik kelas VIII di MTs N 2 Bandar Lampung

Tahun Pelajaran 2016/2017 dapat disimpulkan bahwa hasil perhitungan rata-rata skor *self-esteem* sebelum mean *pre-test* mengikuti layanan konseling kognitif perilaku teknik restrukturisasi kognitif adalah 44,8% dan setelah mean *post-test* mengikuti layanan konseling kognitif perilaku dengan teknik restrukturisasi kognitif meningkat menjadi 65,8% (Damayanti & Nurjannah, 2016).

Self-esteem juga berpengaruh berdasarkan gender. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden laki-laki memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi dan perempuan memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi (Arshad et al., 2015). Kemungkinan penyebab dari hasil penelitian ini status laki-laki yang lebih independen daripada perempuan, yang dipengaruhi oleh budaya. Oleh karena itu status yang diberikan membuat laki-laki secara komparatif lebih bersifat sosial dan kuat. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, bahwa ada perbedaan gender dimana responden perempuan memiliki *self-esteem* lebih tinggi daripada responden laki-laki (D'Mello et al., 2018). Berdasarkan pernyataan diatas maka penelitian ini penting untuk diteliti terutama pada pengembangan *self-esteem* remaja yang dilihat dari dinamika, layanan konseling yang telah dilakukan oleh guru BK SMP Negeri 1 Lembang, sehingga tersusun rancangan layanan konseling pengembangan *self-esteem* pada peserta didik SMP Negeri 1 Lembang.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Sebagian besar masa remaja merupakan peserta didik pada umumnya mengalami emosi yang kurang stabil. Pada masa umumnya masa remaja adalah individu yang memiliki peran untuk dapat mencapai tingkat identitas egonya, seperti menunjukkan siapa dirinya dan bagaimana cara untuk berperan di dalam masyarakat (Erickson, 1968). Perubahan tersebut memberikan dampak bagi perilaku dan sikap serta penyesuaian diri individu. Sehingga perlu adanya pengembangan *self-esteem* pada individu sebagai upaya perubahan pada suatu lingkungan yang baru (Santrock, 1995). Berdasarkan identifikasi masalah, rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut.

- 1) Bagaimana dinamika *self-esteem* pada peserta didik SMP Negeri 1 Lembang?
- 2) Bagaimana rancangan layanan dasar konseling *self-esteem* pada peserta didik SMP Negeri 1 Lembang?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan dan fokus untuk mengetahui dinamika dan faktor dukungan sosial terhadap *self-esteem* pada peserta didik Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bandung Barat, serta menghasilkan rancangan layanan dasar konseling *self-esteem* untuk mengembangkan *self-esteem* yang rendah pada peserta didik Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bandung Barat.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian dapat memberikan manfaat baik peneliti, guru bimbingan dan konseling/konselor, maupun peneliti selanjutnya. Berikut manfaat penelitian.

1.4.1 Manfaat Teoretis

Secara teoretis manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai *self-esteem*, serta memberikan kontribusi dalam keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya dalam pengembangan diri peserta didik dalam mengembangkan *self-esteem* melalui rancangan layanan responsif konseling kelompok.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Guru BK/Konselor

Hasil penelitian dapat memberikan informasi sebagai bahan acuan bagi guru BK/konselor dalam mengenal dinamika *self-esteem* yang terjadi terhadap peserta didik, serta sebagai alternatif menggunakan rancangan layanan dasar konseling *self-esteem* untuk membantu peserta didik yang mengalami *self-esteem* rendah.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan dasar mengembangkan dan menyempurnakan penelitian mengenai *self-esteem* rendah yang dialami peserta didik di sekolah sampai pada pelaksanaan kegiatan layanan dasar konseling *self-esteem*.

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Sistematika penulisan dalam penelitian ini menguraikan kajian dan hasil penelitian mengenai rancangan layanan pengembangan *self-esteem* pada peserta didik SMP Negeri 1 Lembang. Kajian ini memuat dalam lima bab, yakni bab I pendahuluan menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi masalah,

rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penelitian.

Pada Bab II kajian lebih mempertajam kajian pustaka yang berisikan konsep dasar *self-esteem*, pengertian, aspek, faktor-faktor, fungsi, upaya mengembangkan *self-esteem* dari penelitian terdahulu yang relevan termasuk prosedur, subjek, dan temuannya. Kemudian pengukuran, definisi Bimbingan dan konseling komprehensif, layanan responsif, dan konseling kelompok. Pemaparan kajian pustaka dalam penelitian ini bersifat deskriptif, berfokus pada topik dan lebih mengedepankan sumber rujukan terkini.

Pada Bab III menjelaskan secara rinci metode penelitian yang mencakup desain penelitian yang digunakan, partisipan, dan lokasi penelitian, langkah-langkah pengumpulan data serta pengembangan instrumen. Bab IV menguraikan hasil temuan penelitian dan analisis data yang diolah dan diuraikan. Kemudian Bab V mengutarakan kesimpulan serta rekomendasi atau saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian.