

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab satu akan diuraikan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur penulisan tesis.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Harga diri adalah sikap negatif atau positif yang dimiliki individu terhadap diri (*self*). Harga diri merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya yang mengarah pada penerimaan, penolakan dan keyakinan individu terhadap kemampuannya (Coopersmith, 1967). Pada akhirnya, kepercayaan diri adalah penilaian tunggal terhadap sensasi nilai yang dikomunikasikan dalam mentalitas tunggal dan artikulasi nilai terhadap dirinya sendiri. Dalam proses perkembangan, harga diri adalah kebutuhan dasar individu sehingga individu merasa bahwa dirinya adalah individu yang pantas dihargai dan dihormati sebagai manusia dan memiliki nilai untuk bertahan hidup.

Maslow (Rohmah, 2012) mengemukakan bahwa harga diri adalah kebutuhan yang harus dipenuhi oleh manusia. Maslow membagi kebutuhan harga diri menjadi dua kategori: (1) Penghormatan atau penghargaan dari diri sendiri, yang mencakup keinginan untuk mencapai kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, dan kemandirian. Individu merasa bahwa dirinya berharga dan mampu mengatasi berbagai tantangan. (2) Penghargaan dari orang lain, seperti prestasi. Individu merasa perlu dihargai atas pencapaian yang telah diraihnya (Sri Mendari, 2010).

Harga diri berperan sebagai sistem kekebalan kesadaran (*immune system of consciousness*) yang memiliki fungsi memberikan ketahanan, kekuatan dan regenerasi. Individu dengan harga diri yang tinggi mampu memahami keadaan dirinya, menerima dirinya sendiri, bertindak mandiri, bangga atas pencapaiannya, menghadapi tantangan dengan penuh semangat, menghadapi kegagalan dengan baik, dan mengoreksi diri dengan hal-hal positif lainnya.

Individu yang memiliki harga diri tinggi akan merasa yakin akan kemampuan diri, merasa berguna dan memiliki pemikiran bahwa kehadirannya dibutuhkan oleh lingkungan. Dengan kepercayaan diri yang dimiliki peserta didik akan bersungguh-

sungguh dalam mencapai cita-citanya, mampu berkomunikasi dengan baik, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain dan memiliki motivasi berprestasi (Vohs & Baumeister, 2016). Setiap individu sebaiknya memiliki harga diri yang tinggi supaya mereka dapat memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, merasa percaya diri dengan kemampuannya sehingga dapat mencapai prestasi yang diinginkan dan diharapkan oleh dirinya sendiri maupun orang lain.

Harga diri merupakan faktor penting yang mempengaruhi kualitas kehidupan pribadi, khususnya pada perkembangan remaja (Santrock, 2017), hal ini karena keyakinan dan pendapat individu tentang dirinya menentukan siapa dirinya, apa yang dilakukannya, dan menjadi apa dirinya (Mann et al., 2004 hlm 357). Cara individu berinteraksi dan menyesuaikan diri secara sosial akan dipengaruhi oleh cara individu menilai dirinya sendiri. Individu dengan harga diri yang tinggi merasa puas dengan kemampuannya dan merasa mendapat apresiasi positif dari lingkungannya (Widodo & Pratitis, 2013 hlm 131).

Dalam dunia pendidikan, harga diri memiliki peranan penting dalam perkembangan peserta didik terutama peserta didik dalam tahap perkembangan remaja, hal ini dikarenakan bagi seorang remaja harga diri akan menentukan kesuksesan maupun kegagalan di kehidupan selanjutnya (Boden et al., 2008). Remaja memerlukan harga diri yang positif agar dapat mencapai keberhasilan dalam berbagai bidang kehidupannya. Pada tahun 2023, Elizabeth (Acosta-Gonzaga, 2023) melakukan penelitian terkait harga diri dalam bidang akademik, hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri yang tinggi berkaitan erat dengan motivasi dari dalam dan prestasi akademik yang baik, sementara individu dengan harga diri rendah cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih rendah di sekolah (Bos et al., 2006). Selain itu, dalam konteks sosial, remaja dengan harga diri rendah sering kali kurang diterima oleh teman-temannya (Bos et al., 2006).

Tinggi rendahnya harga diri ditentukan oleh dirinya sendiri, bagaimana individu merasakan serta memandang kehidupannya secara negatif atau positif. Harga diri dapat mempengaruhi perilaku individu sehingga akan berdampak pada perilaku peserta didik ketika menghadapi masalah dan tantangan seperti muncul

perasaan takut gagal, tidak percaya diri dan ragu terhadap kemampuan diri. Peserta didik dengan harga diri rendah merasa tidak kompeten dan tidak berarti serta kurang termotivasi untuk menghadapi tantangan baru dalam hidup, suka melakukan hal-hal yang tidak diwajibkan, takut terhadap tanggapan/respon yang diberikan orang lain, cenderung menghindari tantangan, lebih suka melakukan hal-hal yang sudah biasa, menyenangi hal-hal yang tidak banyak menuntut resiko, bolos sekolah, menyontek, dan sering berdiam diri di kelas, tidak mampu melakukan komunikasi dengan baik antar teman dan merasa tidak bahagia dalam hidup untuk menghindari persahabatan (Clemes, 2012 hlm 3)

Menurut Pelham & Swan (Aditomo & Retnowati, 2004) harga diri rendah erat kaitannya dengan akademik, sebagai prediktor dalam kemampuan belajar. Peserta didik dengan harga diri rendah juga berkaitan dengan rendahnya fungsi sosial, seperti penerimaan oleh teman sebaya. Dalam aspek sosial, peserta didik dengan harga diri rendah sering kali menunjukkan kesulitan dalam menyesuaikan diri saat memasuki lingkungan baru, karena mereka takut bahwa teman-teman baru tidak akan menerima mereka, menghindari tantangan yang dihadapi, serta takut memulai berinteraksi. Secara akademis, peserta didik dengan harga diri rendah tampak kurang percaya diri dalam mengemukakan pendapat atau gagasannya, merasa tidak bernilai di depan orang lain, dan menghindar dari keadaan yang dapat menimbulkan stres.

Dalam lingkungan sekolah yang tidak dapat diprediksi dan kompetitif peserta didik dengan harga diri yang rendah akan kesulitan dalam memulai interaksi, mempertahankan pendapat, cenderung mengalah, sehingga mudah menjadi korban perundungan. Dari berbagai referensi menunjukkan bahwa perilaku perundungan memiliki kaitan dengan harga diri. Peserta didik dengan harga diri rendah memiliki karakteristik perasaan inferior, seperti mudah merasa bersalah, kesulitan dalam mengekspresikan diri, kurang konsisten, mudah putus asa, dan sangat rentan menjadi korban perundungan (Rosenberg, 1995). Mereka tidak memiliki keberanian untuk melawan karena berfikir bahwa dirinya tidak mampu melawan tindakan yang dilakukan oleh orang lain meskipun tindakan tersebut merugikan dirinya sendiri.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dapat diketahui bahwa banyaknya kasus perundungan yang saat ini sering terjadi di sekolah dapat menyebabkan rendahnya harga diri peserta didik. Individu yang pernah mengalami perundungan sering kali mengembangkan rasa rendah diri, ketakutan yang berlebihan, diam, terisolasi, bahkan penolakan untuk berinteraksi dengan orang lain. Hal ini dikarenakan adanya keyakinan bahwa dirinya tidak berharga dan sulit berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Prapanca Saragih & Soetikno, 2023). Hal ini sejalan dengan pendapat (Olweus, 1993) bahwa individu yang pernah menjadi korban perundungan cenderung memiliki harga diri rendah.

Olweus dkk (2007) melakukan penelitian dengan metode kuasi eksperimental terhadap 2.500 peserta didik kelas 4-7 di Norwegia, hasil penelitian menunjukkan bahwa korban perundungan cenderung mengalami kegagalan dan masalah harga diri yang serius. Penelitian yang dilakukan oleh Saniya pada tahun 2019 di SMAN 5 Kota Pekanbaru mengungkapkan adanya hubungan antara perundungan dan rendahnya harga diri, dan remaja yang pernah mengalami *bullying* dipengaruhi oleh tekanan psikologis sehingga menyebabkan rendahnya harga diri. (Saniya, 2019)

Individu yang sering menjadi korban perundungan secara berulang-ulang akan menilai dirinya negatif sehingga mengakibatkan rendahnya harga diri bagi individu yang bersangkutan. Penilaian tersebut seperti menganggap dirinya tidak berguna karena lingkungan selalu meremehkannya (Annum Malasari & Mukhlis, 2022).

Mengingat begitu pentingnya harga diri bagi remaja yang pada saat ini berada pada jenjang SMP maka peneliti memiliki keinginan untuk melakukan penelitian terkait harga diri peserta didik yang pernah mengalami perundungan (*bullying*) sebelum mereka mengalami gangguan psikologis yang lebih berat.

Berdasarkan hasil wawancara tidak terstruktur yang dilakukan pada hari Jum'at, 17 November 2023 kepada guru BK SMP Negeri 56 Bandung menyebutkan bahwa terdapat beberapa kasus perundungan yang terjadi di sekolah sepanjang tahun 2023.

Perundungan yang paling sering terjadi adalah perundungan verbal melibatkan tindakan seperti mengejek atau memberi julukan yang tidak pantas, memanggil

nama orang tua dengan sebutan yang kurang baik dan seringkali menyebarkan gosip. Selain itu, perundungan sosial pun kerap terjadi seperti diasingkan didalam kelas, tidak ditemani dan memprovokasi teman-temannya untuk menjauhi salah satu teman dikelas, selain itu dengan maraknya media sosial, kasus perundungan terjadi pada media sosial dimana peserta didik mengejek temannya pada sebuah aplikasi.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 56 Bandung didapatkan hasil bahwa peserta didik yang pernah menjadi korban perundungan seringkali menghindari pertemanan, mereka seringkali menarik diri, jarang mengikuti kegiatan-kegiatan OSIS dan lebih memilih menjadi penonton bahkan beberapa kasus menunjukkan bahwa peserta didik korban perundungan sering kali mengalami mogok sekolah karena merasa tidak diterima oleh teman-teman sekelasnya.

Berdasarkan data yang didapatkan dari hasil wawancara dengan 5 orang siswi SMP Negeri 56 Bandung yang pernah merasa menjadi korban perundungan, mereka merasa bahwa dirinya tidak secantik teman-teman sekelasnya, mereka merasa tidak pandai sehingga lebih memilih diam daripada mengeluarkan pendapat, mereka tidak memiliki keinginan untuk mengikuti seleksi pengurus OSIS karena mereka berfikir bahwa salah satu kriteria untuk mengikuti seleksi adalah harus pandai baik dalam prestasi maupun verbal. Dalam bersosialisasi mereka merasa takut untuk memulai berinteraksi dengan orang lain dikarenakan takut adanya penolakan. Begitupula dalam kegiatan pembelajaran, mereka tidak pernah memberikan pendapat ataupun menjawab pertanyaan dari guru karena takut salah.

Salah satu peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung mengalami kasus perundungan di lingkungan keluarga, peserta didik seringkali dikatakan tidak berguna, membuat malu keluarga sehingga dia merasa dirinya tidak memiliki keahlian dan keterampilan. Hal ini sangat berbeda jauh dengan persepsi dari wali kelasnya yang menganggap peserta didik tersebut memiliki banyak kelebihan namun tidak percaya diri dan cenderung menghindar jika diminta untuk tampil ke depan.

Berdasarkan fenomena diatas peserta didik yang pernah mengalami perundungan cenderung menghindari, merasa tidak berharga di depan teman-temannya, serta menghindari dari keadaan yang dapat membuat stres dan tidak nyaman, mengasingkan diri, murung, enggan berbaur dengan teman-teman yang lain, tidak mau sekolah dan ada yang ingin keluar dari sekolah. Mereka merasa teman-teman disekitarnya tidak mengharapkan kehadirannya. Selain itu, dari beberapa peserta didik yang pernah mengalami perundungan, mereka cenderung pendiam dan menarik diri dalam situasi sosial. Beberapa diantara mereka menolak ketika diminta untuk mengikuti lomba yang diadakan di sekolah maupun luar sekolah, tidak mau mengikuti pemilihan pengurus OSIS dengan alasan mereka tidak akan mampu.

Dari pemaparan di atas menunjukkan bahwa harga diri memiliki peranan penting pada kehidupan peserta didik khususnya peserta didik SMP, peserta didik dengan harga diri tinggi, selalu tampak optimis meskipun banyak kekurangan dan menunjukkan semangat untuk memperbaiki kekurangan melalui aktivitas-aktivitas positif seperti peserta didik yang kurang pandai pelajaran matematika namun ia memiliki keahlian dalam seni budaya maka ia akan tetap merasa percaya diri karena memiliki kemampuan yang lain dan memiliki pemikiran bahwa dirinya pantas untuk dibanggakan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap 273 peserta didik SMP Negeri 56 Bandung dengan menggunakan *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) didapatkan hasil bahwa mayoritas peserta didik memiliki harga diri sedang sebanyak 61,43% atau sebanyak 180 peserta didik, kemudian peserta didik yang memiliki harga diri rendah sebanyak 29,69% atau 87 peserta didik sedangkan prosentasi terakhir sebanyak 8,87% (26) peserta didik yang memiliki harga diri tinggi.

Data yang didapatkan dari hasil wawancara kepada peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang memiliki harga diri rendah, ditemukan bahwa mereka merasa tidak mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan baru karena merasa tidak pantas dan tidak layak untuk berteman dengan orang lain. Mereka cenderung

mengalah karena merasa tidak mampu menghadapi perlakuan yang kurang menyenangkan, serta merasa minder karena kondisi fisik yang menurut mereka tidak sebaik dan sesempurna teman-temannya bahkan mereka tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan oleh sekolah karena beranggapan tidak memiliki bakat yang bisa dibanggakan.

Dalam situasi pembelajaran, mereka sering merasa tidak mampu dalam menuntaskan tugas yang diberikan oleh guru, mereka tidak mau jika diminta untuk mempresentasikan hasil yang sudah dibuat. Mereka merasa bahwa dirinya tidak pintar sehingga dijauhi oleh teman-temannya, merasa tidak sehebat teman-temannya dalam menyampaikan pendapat di depan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik tersebut memiliki harga diri rendah, sehingga tidak dapat memahami dan menerima dirinya sendiri. Mereka tidak hanya enggan melakukan sesuatu padahal mereka mampu melakukannya, tetapi juga cenderung memunculkan informasi negatif atau irasional dalam pemikiran mereka, yang menanamkan rasa takut untuk mencoba. Apapun informasi yang mereka dapatkan dari lingkungan akan menjadi penyebab kecemasan dan ancaman terhadap dirinya.

Fenomena yang dijelaskan di atas menggambarkan peserta didik dengan harga diri rendah berdampak pada aspek akademik, sosial dan pribadi mereka selama mengikuti proses pembelajaran di sekolah. Sebelumnya telah dipaparkan bahwa perkembangan remaja, harga diri merupakan faktor penting dan mempengaruhi masa depannya di kemudian hari. Oleh karenanya, sekolah harus berupaya untuk meningkatkan harga diri peserta didik, terutama melalui layanan responsif yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.

Layanan responsif adalah bentuk bantuan yang diberikan kepada peserta didik yang mengalami masalah dan memerlukan bantuan/pertolongan segera. Layanan ini bersifat kuratif, dengan strategi yang digunakan untuk membantu peserta didik mengatasi masalahnya melalui konseling (Yusuf & Nurihsan, 2016). Peserta didik dapat memecahkan masalah bersama-sama ketika intervensi dilakukan secara berkelompok, memastikan bahwa setiap peserta didik mendapat manfaat dari interaksi kelompok (Brabender et al., 2004).

Konseling kelompok adalah praktik profesional yang dikenal sebagai metode pemecahan masalah interpersonal, yang bertujuan membantu peserta kelompok memecahkan masalah kehidupan melalui dukungan antarpribadi dan pemecahan masalah (Gladding, 1992). Menurut (Myrick, 2011), konseling kelompok adalah pendidikan yang dimana peserta didik mampu mengungkapkan ide, perilaku, sikap dan perasaan dalam mendukung pengembangan diri dan peningkatan kinerja sekolah dengan bekerja sama.

Konseling kognitif perilaku merupakan pendekatan yang paling umum yang dapat digunakan untuk mengintervensi masalah harga diri. Konseling kognitif perilaku mengajak peserta didik untuk menentang pikiran-pikiran yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki sudut pandang bahwa seluruh peserta didik memiliki kemampuan untuk berkembang terutama pada masa remaja dimana mereka didorong untuk dapat menggunakan potensi yang dimilikinya secara optimal agar mencapai keberhasilan. Harga diri merupakan salah satu faktor yang mendukung peserta didik dalam mencapai keberhasilan dalam hidupnya.

Harga diri merupakan kemampuan seseorang untuk beradaptasi secara tepat. Harga diri sangat penting dalam kehidupan remaja. Peserta didik dengan harga diri tinggi akan dapat bertahan dalam kesulitan dalam lingkungan akademik dan sosial serta lebih siap dalam mengatasi tantangan dan tuntutan hidup. Harga diri adalah perasaan mampu menghadapi rintangan mendasar dalam hidup dan pantas mendapatkan kebahagiaan yang mencakup aspek: (1) keyakinan (*belief*) seperti ungkapan aku mampu, aku bisa; (2) emosi seperti merasa bangga, malu, putus asa; (3) kepercayaan diri, bersikap hati-hati (Nathaniel, 1994, hlm 12)

Harga diri adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri dan persepsi perilaku yang mencakup sudut pandang mental, penuh perasaan dan evaluatif (Smelser, 1990).

Knapp (dalam Widodo & Pratitis, 2013, hlm 131) mengemukakan bahwa harga diri adalah salah satu aspek yang menentukan kesuksesan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Perasaan seseorang terhadap dirinya sendiri memengaruhi cara mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Orang dengan harga diri tinggi merasa puas dengan kemampuan mereka dan menerima umpan balik positif dari lingkungan sekitar. Dengan kata lain harga diri bukan sesuatu yang dibawa sejak lahir namun dibentuk oleh lingkungan dimana individu tersebut melakukan interaksi dengan manusia lain.

Lingkungan yang memberikan penilaian positif terhadap diri individu cenderung akan menumbuhkan harga diri tinggi. Begitupun sebaliknya ketika individu mengalami peristiwa yang membuat dirinya merasa tidak berharga seperti ejekan, hinaan, julukan yang tidak baik atau sering disebut dengan perundungan maka apa yang dikatakan oleh lingkungan akan menjadi evaluasi diri bagi individu sehingga akan membentuk harga diri yang rendah sehingga peserta didik perlu dibekali keterampilan untuk mempertahankan hak, pendapat dan membela diri sendiri.

Peserta didik yang pernah menjadi korban perundungan mempunyai persepsi diri yang negatif, tidak mampu mewujudkan potensi dirinya secara penuh, kurang percaya diri, sering menarik diri dari lingkungannya, dan mempunyai keraguan terhadap kemampuannya. Mereka tidak percaya diri dalam mengungkapkan pendapatnya karena ada kekhawatiran akan menjadi bahan tertawaan dan ejekan teman-temannya, merasa tidak sehebat teman-temannya, merasa tidak memiliki bakat apapun bahkan merasa tidak sebanding dengan teman-temannya sehingga tampak jelas bahwa dirinya tidak efektif dan terus-menerus gagal. Peserta didik sering kali mengisolasi diri dari teman-temannya karena mereka masih belum mampu menerima kekurangan mereka sendiri. seperti tidak mau terlibat dalam kegiatan OSIS dan kegiatan pengembangan potensi lainnya.

Harga diri tinggi merupakan faktor penting yang harus dimiliki oleh semua peserta didik supaya peserta didik mampu mencapai keberhasilan baik dari aspek pribadi, sosial maupun akademik. Fenomena yang terjadi di SMP Negeri 56

Bandung menggambarkan rendahnya harga diri yang dimiliki oleh peserta didik sehingga sangat penting untuk memberikan layanan kepada peserta didik untuk meningkatkan harga dirinya. Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengikuti layanan bimbingan dan konseling tentunya dapat menumbuhkan rasa penghargaan dalam diri mereka sehingga mereka merasa diakui keberadaannya. Pemberian layanan kepada peserta didik yang memiliki harga diri rendah tentunya memerlukan teknik yang cocok dan sesuai dengan kebutuhan mereka.

Guindon (2010) mengemukakan terdapat beberapa pendekatan intervensi yang dapat meningkatkan harga diri yaitu *social support*, *cognitive behavior therapy*, terapi keluarga, terapi individual, terapi kelompok, *physical fitness strategies*, dan pendekatan (*reality therapy*, terapi naratif, *solution-focused therapy*). Diantara beberapa pendekatan intervensi di atas, pendekatan yang paling umum dan terbukti efektif untuk meningkatkan harga diri adalah pendekatan *cognitive behavior therapy* (Guindon, 2010). Selain itu, (Chen et al., 2006) telah terbukti bahwa terapi berbasis kognitif perilaku mampu meningkatkan harga diri pada individu yang mengalami depresi.

Penanganan yang paling umum untuk harga diri rendah adalah terapi perilaku kognitif. Menurut penelitian sebelumnya (Chen et al., 2006) dan (Whelan et al., 2007) pendekatan terapi perilaku kognitif (CBT) telah terbukti efektif dalam meningkatkan harga diri akademis dan harga diri secara keseluruhan. Evaluasi diri, restrukturisasi kognitif, pelatihan pemecahan masalah, dan pelatihan keterampilan sosial termasuk di antara metode pendekatan perilaku kognitif, menurut Westbrook, Kennerley, dan Kirk (2011). Evaluasi diri memerlukan pemantauan (pengukuran) berbagai reaksi, termasuk perasaan, pikiran, serta tindakan, yang muncul sebagai respons pada berbagai pengalaman. Frekuensi atau intensitas respons dapat dicatat sebagai ukuran peningkatan atau perubahan pada individu, dan ini dapat digunakan sebagai tolak ukur.

Restrukturisasi kognitif berfokus pada upaya menyadarkan sekelompok orang akan fungsi kognitif maladaptif mereka sendiri, berbagai efek negatif yang dapat ditimbulkannya, dan cara meningkatkannya dengan mengajarkan mereka fungsi

kognitif yang lebih adaptif.

Selama tahap restrukturisasi kognitif, pelatihan keterampilan sosial terkait dengan pelatihan kemampuan sosial. Orang-orang diajarkan untuk menghadapi berbagai situasi sosial, yang dapat menyebabkan pikiran negatif (distorsi kognitif) tentang bagaimana lingkungan sosial seharusnya dipandang. Pelatihan keterampilan sosial melibatkan upaya untuk mengubah skema yang salah dan mengurangi kemungkinan munculnya kembali skema tersebut.

Restrukturisasi kognitif bertujuan untuk membantu konseli menentang pikiran dan emosi yang keliru melalui mendatangkan bukti yang berlawanan dengan keyakinan mereka. Hal tersebut sejalan dengan konsep harga diri dimana harga diri rendah disebabkan oleh faktor keyakinan yang rendah terhadap kekuatan fikiran atau ketidakberfungsian fikiran sehingga individu memiliki keyakinan bahwa dirinya tidak pantas, tidak berharga dan tidak berguna (Nathaniel, 1994, hlm 12)

Teknik restrukturisasi kognitif mengidentifikasi masalah-masalah emosi dengan mengevaluasi emosi negatif, pikiran otomatis, dan keyakinan dasar (Bond & Dryden, 2002). Dengan teknik restrukturisasi kognitif, diharapkan individu dapat mengidentifikasi keyakinan yang bersifat dogmatis dalam dirinya dan secara aktif berusaha menguranginya. Selain itu, individu diharapkan memiliki komitmen untuk melakukan perubahan menyeluruh pada pikiran, perasaan, dan tindakan, dari yang bersifat negatif menjadi positif.

Esensi harga diri terletak pada diri individu itu sendiri; meskipun lingkungan dapat membentuk dan merusak harga diri, individu yang memiliki harga diri tinggi akan mampu bertahan, hal ini karena hakikat dari harga diri adalah memberdayakan, memotivasi dan menjadi penggerak bagi individu (Nathaniel, 1994). Peserta didik yang pernah mengalami perundungan, mereka akan mampu menghadapi situasi yang dihadapinya jika memiliki harga diri tinggi.

Berdasarkan uraian diatas maka maka peneliti memiliki asumsi bahwa harga diri peserta didik SMP Negeri 56 Bandung dapat ditingkatkan melalui teknik restrukturisasi kognitif. Peneliti bermaksud akan melakukan penelitian dengan judul

“konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri peserta didik Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung”.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini diharapkan teknik restrukturisasi kognitif dapat meningkatkan harga diri peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang mengalami harga diri rendah akibat pikiran-pikiran tidak logis mengenai keberadaan diri, potensi, dan penerimaan diri mereka.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif efektif untuk meningkatkan harga diri korban perundungan pada peserta didik Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung”? Dari permasalahan tersebut, diuraikan pertanyaan penelitian yaitu:

- a. Apakah konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif dapat meningkatkan harga diri peserta didik Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan ?
- b. Apakah peserta didik yang mendapatkan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif memiliki harga diri lebih tinggi dari pada peserta didik yang tidak mendapatkan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif di SMP Negeri 56 Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan layanan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri peserta didik. Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung. Secara khusus penelitian bertujuan untuk memperoleh data dan fakta empiris berupa:

- a. Rumusan program konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri peserta didik Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan
- b. Efektivitas program konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri peserta didik Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan

1.4 Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoretis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah evidensi ilmiah serta memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling khususnya dalam memberikan layanan kepada peserta didik dengan harga diri rendah, khususnya layanan yang dapat diterapkan di lembaga pendidikan.

2) Manfaat Praktis

1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Membantu guru BK dalam memahami dinamika harga diri peserta didik sebagai referensi dalam mengembangkan materi layanan responsif yang difokuskan pada peningkatan harga diri peserta didik terutama yang pernah mengalami perundungan.

2) Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi penelitian selanjutnya untuk memperluas wawasan serta pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling serta sebagai informasi awal bagi peneliti terkait peningkatan harga diri.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Struktur penulisan tesis ini terdiri dari lima bab, yaitu: bab satu meliputi latar belakang, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan. Bab dua mencakup landasan teoretis, yang berisi kajian teori sebagai kerangka berpikir dalam pembahasan. Selanjutnya bab tiga adalah metodologi penelitian yang meliputi metode penelitian, populasi/sampel atau subjek/objek penelitian, instrumen penelitian (pengumpulan data), dan teknik analisis data.

Bab empat adalah hasil dan pembahasan penelitian yang memaparkan hasil penelitian dan analisisnya. Terakhir adalah bab Lima meliputi kesimpulan dan rekomendasi.