

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Masa remaja atau *adolescence* berasal dari latin “*adolescere*” yang berarti “tumbuh”. Hurlock (1980, hlm. 206) beranggapan bahwa istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Sejalan dengan pendapat Hurlock, Santrock (2003, hlm. 26), mengartikan masa remaja (*adolescence*) sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dengan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.

Peserta didik sekolah menengah pertama (SMP) dilihat dari usia kronologisnya, berusia 11-15 tahun yang dikategorikan ke dalam usia remaja. Berdasarkan rentang usianya, Hurlock (1980, hlm. 206) membagi masa remaja menjadi dua periode yaitu: (1) remaja awal berlangsung kira-kira dari 13-17 tahun dan (2) remaja akhir 17-21 tahun. Berbeda halnya dengan Hurlock, Santrok (2003, hlm. 31) menganggap dalam sebagian besar budaya, remaja awal dimulai dari usia 10-13 tahun dan berakhir kira-kira usia 18-22 tahun.

Remaja adalah bagian dari perjalanan hidup individu. Setiap fase perkembangan memiliki ciri dan keunikannya masing-masing, begitu juga pada fase remaja. Pada masa remaja individu mengalami perkembangan fisik yang cepat disertai dengan perkembangan mental yang cepat pula. Konsekuensi dari masa transisi tersebut adalah masa remaja rentan dengan guncangan dan kebingungan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak-anak namun belum dapat dikatakan sebagai orang dewasa. Ketidakjelasan status ini, membuat remaja perlu menyesuaikan diri dengan membentuk mental, sikap, nilai, dan minat yang baru.

Menurut Yusuf (2001, hlm. 201) masa remaja merupakan saat berkembangnya *identity* (jati diri). Perkembangan “*identity*” merupakan isu sentral pada masa remaja yang memberikan dasar bagi masa remaja Yusuf (2001, hlm. 71) bahkan mengatakan apabila remaja gagal dalam mengembangkan rasa identitasnya, maka remaja akan kehilangan arah, bagaikan kapal yang kehilangan

kompas. Yusuf lebih lanjut menjelaskan dampak dari kehilangan arah tersebut remaja mungkin akan mengembangkan perilaku yang menyimpang (*delinquent*), melakukan kriminalitas, atau menutup diri (mengisolasi diri) dari masyarakat. Dalam perkembangan *identity* ini, remaja sangat dipengaruhi oleh konsep diri mereka.

Konsep diri menurut Shavelson & Bolus (1981, hlm. 1), didefinisikan secara luas, sebagai persepsi individu tentang dirinya sendiri. Menurut Hurlock (1980, hlm. 132), adalah inti dari pola kepribadian. Dengan kata lain, konsep diri individu akan mempengaruhi individu dalam berperilaku dan bertindak. Pernyataan ini diperkuat oleh pendapat Burns (1993, hlm. 72) yang mengatakan bahwa konsep diri akan mempengaruhi cara individu dalam bertingkah laku di tengah masyarakat. Serupa dengan pernyataan Burns, Desmita (2012, hlm. 169) mengatakan bahwa konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan tingkah laku individu. Desmita menjelaskan bahwa bagaimana individu memandang dirinya akan tercermin dari keseluruhan perilakunya.

Menurut Brooks (dalam Rahkmat, 2000, hlm. 105) dalam menilai dirinya individu ada yang menilai positif dan ada pula yang menilai negatif. Artinya individu ada yang memiliki konsep diri positif dan ada pula yang memiliki konsep diri negatif. Perilaku individu akan selaras dengan cara dia memandang dirinya sendiri. Artinya konsep diri baik positif maupun negatif, akan sangat menentukan perilaku yang ditampilkan individu. Apabila individu merasa dirinya tidak mampu dalam pekerjaan tertentu, maka keseluruhan perilakunya akan menunjukkan bahwa dia tidak mampu. Apabila perilaku tersebut terus-menerus dilakukan individu, maka akan terbentuklah sifat yang negatif dan apabila sifat-sifat negatif itu terus dilakukan berulang-ulang maka akan terbentuklah karakter yang negatif pula.

Dengan demikian konsep diri yang positif sangat dibutuhkan dalam membentuk karakter peserta didik positif. Individu dengan konsep diri positif akan membentuk karakter yang positif atau unggul yaitu menjadi seseorang yang berusaha melakukan hal-hal yang terbaik terhadap Tuhan YME, dirinya, sesama, lingkungan, bangsa dan negara serta dunia internasional pada umumnya dengan mengoptimalkan potensi (pengetahuan) dirinya dan disertai dengan kesadaran,

emosi dan motivasinya (perasaannya). Pembentukan konsep diri positif bagi peserta didik merupakan wujud nyata dari upaya dalam melaksanakan pendidikan karakter. Karena pendidikan karakter merupakan suatu keharusan yang telah diatur dalam undang-undang, yaitu dalam UU No 20 Tahun 2003 (KEMENAG, 2003) Tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 3, yang berbunyi:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi Manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dengan demikian pembentukan konsep diri positif bagi peserta didik merupakan suatu keharusan untuk melaksanakan fungsi pendidikan nasional. Namun pada kenyataannya masih terdapat remaja yang memiliki konsep diri yang rendah. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 10 Bandung tahun ajaran 2014/2015 yang menunjukkan bahwa dari sampel penelitian sebanyak 190 orang peserta didik, 85,3% atau sebanyak 162 orang peserta didik memiliki konsep diri pada kategori positif dan 14,7% atau sebanyak 28 orang peserta didik memiliki konsep diri pada kategori negatif. Hasil ini menunjukkan sebagian besar peserta didik memiliki konsep diri dengan kategori positif dan sebagian kecil peserta didik memiliki konsep diri dengan kategori negatif.

Fenomena kurang optimalnya konsep diri peserta didik di SMP Negeri 10 Bandung, juga dibuktikan dengan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMP Negeri 10 Bandung. Peneliti mewawancarai salah seorang guru BK SMP Negeri 10 Bandung tentang konsep diri peserta didik kelas VII. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diketahui bahwa terdapat peserta didik yang menunjukkan konsep diri yang negatif. Guru BK tersebut menuturkan karakteristik peserta didik yang memiliki konsep diri negatif adalah yang memiliki krisis kepercayaan diri, tidak mengetahui kelebihan atau potensi yang mereka miliki, dan terkadang ada peserta didik yang mengisolasi dirinya sendiri atau sulit bergaul. Berbeda halnya dengan peserta didik yang memiliki konsep diri positif mereka akan terlihat lebih percaya diri dan tidak malu menunjukkan kemampuannya sehingga bisa sejajar

dengan peserta didik yang lainnya. Maka perlu diadakan upaya untuk meningkatkan konsep diri tersebut.

Pada dasarnya konsep diri terbentuk dalam waktu yang relatif lama. Menurut Desmita (2012, hlm. 172) menyatakan bahwa konsep diri terbentuk melalui proses belajar yang berlangsung sejak masa pertumbuhan hingga dewasa. Lebih lanjut Desmita menjelaskan bahwa lingkungan, pengalaman, dan pola asuh orangtua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri individu. Sebelumnya Burns (1993, hlm. 186) juga telah menjelaskan bahwa konsep diri bukanlah dari pembawaan lahir tetapi berkembang dari beribu-ribu pengalaman. Artinya konsep diri individu akan terus berkembang dan bisa berubah kapan saja sesuai dengan pengalaman. Hal ini diperkuat dengan pernyataan Burns (1993, hlm. 188), bahwa proses perkembangan konsep diri berjalan terus dengan aktif dari saat kelahiran sampai kepada kematian.

Berdasarkan pendapat tersebut upaya pembentukan konsep diri positif sebenarnya dapat dilakukan pada jenjang kehidupan manapun. Namun Burns (1993, hlm. 220) mengungkapkan bahwa remaja adalah waktu ketika masing-masing individu butuh menguji ulang dan mengevaluasi kembali dirinya sendiri secara fisik, sosial, emosional dan konsep diri termasuk di dalamnya. Artinya pada saat masa remaja dapat mengevaluasi kembali konsep diri yang selama ini mereka yakini.

Pendapat lainnya datang dari Rais (dalam Sobur, 2003, hlm. 511). Rais menuturkan, pada waktu anak memasuki jenjang keremajaannya, mereka mengalami begitu banyak perubahan dalam dirinya, sikap atau tingkah lakunya yang ditampilkannya juga akan mengalami perubahan, dan sebagai akibatnya, sikap orang lain terhadap dirinya juga akan mengalami perubahan menyesuaikan dengan perubahan yang terampil dalam dirinya. Artinya pada saat anak memasuki masa remaja awal atau berkisar antara umur 13-17 tahun konsep diri pada mereka cenderung tidak konsisten. Hal ini karena sikap orang lain yang dipersepsikan oleh remaja tersebut juga berubah. Akan tetapi, melalui cara ini remaja mengalami suatu perkembangan konsep diri, sampai akhirnya ia memiliki konsep diri yang konsisten.

Belum konsistennya konsep diri yang dimiliki remaja tersebut, membuat mereka memiliki konsep diri yang berubah-ubah, konsep diri bisa positif dan bisa juga negatif. Bila konsep diri positif maka peserta didik akan mengembangkan sikap-sikap positif pula seperti percaya diri, memiliki harga diri yang baik, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Berbeda dengan peserta didik yang mempunyai konsep diri yang negatif, mereka cenderung memandang kehidupannya dengan sikap yang negatif. Dengan demikian perlu sekolah perlu memberikan upaya untuk meningkatkan konsep diri peserta didik, khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dimana peserta didik pada saat itu baru memasuki masa remaja awal yang penuh dengan masa perubahan.

Sekolah memiliki peran dalam mengembangkan tugas-tugas perkembangan peserta didik, sebagai mana pendapat dari Yusuf (2001, hlm. 95) yang menyatakan bahwa:

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu peserta didik agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional maupun sosial.

Sehubungan dengan hal ini, sekolah seyogyanya berupaya untuk menciptakan iklim yang kondusif dan memfasilitasi peserta didik supaya dapat mengembangkan konsep dirinya dengan positif. Salah satu fasilitas yang dapat sekolah berikan adalah melalui layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang memiliki kontribusi penting dalam mencegah atau mengatasi permasalahan peserta didik, karena secara khusus bimbingan dan konseling bertujuan membantu agar dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal salah satunya yaitu mengembangkan konsep diri peserta didik. Melalui layanan bimbingan dan konseling guru BK dapat menyusun program yang komprehensif di dalamnya mencakup upaya preventif, kuratif, maupun developmental agar peserta didik dapat mengembangkan konsep diri yang positif.

Selama ini telah banyak peneliti yang mengembangkan berbagai macam Program Bimbingan dan Konseling mengembangkan konsep diri peserta didik. Program tersebut sebagai upaya preventif untuk mengembangkan konsep diri

peserta didik sehingga tidak mengarah pada konsep diri yang negatif. Kemudian terkait permasalahan konsep diri negatif yang dimiliki peserta didik, guru BK perlu melakukan upaya kuratif yaitu dengan memberikan layanan responsif. Layanan responsif merupakan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan (ABKIN, 2008, hlm. 209).

Dalam layanan responsif terdapat berbagai bantuan yang dapat dilakukan. Salah satunya adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan strategi yang akan digunakan dalam penelitian ini, karena konseling kelompok memiliki keunggulan yaitu subjek konselingnya luas dan dapat mengefektifkan waktu.

Adapun dalam hal ini, karakteristik peserta didik yang perlu diberikan intervensi konseling kelompok yaitu peserta didik yang memiliki konsep diri negatif. Ciri-ciri individu dengan konsep diri negatif (Brooks & Emmert dalam Rahmat, 2000, hlm. 105) adalah : peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, bersikap hiperkritis, merasa tidak disenangi oleh orang lain, dan bersikap pesimis terhadap kompetisi.

Pada proses konseling terdapat macam-macam pendekatan atau teknik. Teknik *self-instruction* dirasakan tepat untuk membantu peserta didik mengembangkan konsep diri. Teknik *self-instruction* merupakan salah satu metodologi dari pendekatan *cognitive-behavior therapy* (CBT). CBT didasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif yang sangat mempengaruhi emosi. Melalui CBT, konseli terlibat aktivitas dan berpartisipasi dalam training untuk diri dengan cara membuat keputusan, penguatan diri dan strategi lain yang mengacu pada *self-regulation* (Matson & Ollendick, 1988: 44).

Pada proses konseling terdapat macam-macam pendekatan atau teknik. Teknik *self-instruction* dirasakan tepat untuk membantu peserta didik mengembangkan konsep diri. Teknik *self-instruction* merupakan salah satu metodologi dari pendekatan *cognitive-behavior therapy* (CBT). CBT didasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif yang sangat mempengaruhi emosi. Melalui CBT, konseli terlibat aktivitas dan berpartisipasi

dalam training untuk diri dengan cara membuat keputusan, penguatan diri dan strategi lain yang mengacu pada *self-regulation* (Matson & Ollendick, 1988: 44).

Pendekatan *cognitive-behavior* memiliki beberapa metode antara lain *cognitive restructuring*, *self-instruction*, dan *problem solving* (Martin & Pear, 2003). Berkaitan dengan usaha meningkatkan konsep diri peserta didik, dari ketiga metode *cognitive-behavior*, teknik *self-instruction* memiliki keunggulan yaitu selain dapat mengganti pandangan negatif individu menjadi positif, teknik ini juga dapat mengarahkan individu untuk mengubah konsep dirinya menjadi positif sehingga dan melakukan tindakan yang positif agar memperoleh konsekuensi yang efektif dari lingkungannya. Peserta didik tidak hanya diajak untuk mengubah pandangannya tetapi juga diarahkan untuk mengubah perilaku yang lebih efektif.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk melakukan kajian tentang **“Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-instruction* untuk Meningkatkan Konsep Diri Peserta Didik (Studi Pra-Eksperimen pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 10 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015)”**

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas dinyatakan bahwa konsep diri merupakan hal penting bagi peserta didik dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal. Konsep diri merupakan inti dari kepribadian, sehingga konsep diri dapat berpengaruh terhadap perilaku yang akan ditampilkan remaja/peserta didik itu sendiri. Remaja yang memiliki konsep diri positif akan tampil lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi. Sebaliknya remaja yang mengembangkan konsep diri negatif, mempunyai kesulitan dalam menerima dirinya sendiri, sering menolak dirinya serta sulit bagi mereka untuk melakukan penyesuaian diri yang baik. Dengan demikian dibutuhkan upaya untuk meningkatkan konsep diri peserta didik, salah satunya melalui bimbingan dan konseling.

Permasalahan yang dihadapi guru BK dalam mengembangkan konsep diri peserta didik adalah memilih strategi dan teknik yang efektif untuk diaplikasikan

di sekolah. Untuk menemukan bimbingan dan konseling yang tepat dan efektif maka penulis menggunakan teknik *self-instruction* sebagai salah satu intervensi untuk mengubah atau menekan konsep diri peserta didik yang negatif menjadi konsep diri yang positif. Teknik *self-instruction* modifikasi fungsi kognitif pada individu, diubah melalui verbalisasi diri. Dengan mengubah status pikiran dan perasaannya, konseli diharapkan dapat mengubah tingkah lakunya, dari negatif menjadi positif, karena berangkat dari keyakinan bahwa restrukturisasi kognitif memainkan peran sentral dalam mengubah perilaku individu.

Supaya lebih terfokus, maka secara rinci penulis menjabarkan rumusan penelitian dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 1) Seperti apa gambaran konsep diri peserta didik kelas VII SMP Negeri 10 Bandung tahun ajaran 2014/2015?
- 2) Bagaimana rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan konsep diri peserta didik VII SMP Negeri 10 Bandung tahun ajaran 2014/2015?
- 3) Bagaimana efektivitas rancangan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan konsep diri peserta didik VII SMP Negeri 10 Bandung tahun ajaran 2014/2015?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk menguji Efektivitas teknik *self-instruction* untuk meningkatkan konsep diri peserta didik di kelas VII SMP Negeri 10 Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini dimaksudkan untuk:

- 1) Mendeskripsikan profil konsep diri peserta didik kelas VII SMP Negeri 10 Bandung tahun ajaran 2014/2015.
- 2) Merancang teknik *self-instruction* dalam upaya meningkatkan konsep diri peserta didik.

- 3) Mendeskripsikan efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan konsep diri peserta didik VII SMP Negeri 10 Bandung tahun ajaran 2014/2015

1.4 Manfaat / Signifikasi Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan bagi perkembangan bagi bimbingan dan konseling khususnya dalam hal memahami pentingnya konsep diri positif pada peserta didik dan memberikan upaya dalam meningkatkan konsep diri peserta didik. Serta penelitian ini diharapkan nantinya dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Secara Praktis

1.4.2.1 Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendeskripsikan fenomena peserta didik yang memiliki konsep diri positif maupun negatif. Peserta didik yang memiliki konsep diri mengembangkan dan meningkatkan konsep negatif diharapkan dapat mengembangkan konsep diri yang positif melalui teknik *self-instruction*.

1.4.2.2 Bagi Guru BK/Konselor

Hasil penelitian dapat memberikan informasi bagi guru BK mengenai deskripsi profil konsep diri remaja dan efektivitas teknik *self-instruction* dalam meningkatkan konsep diri, sehingga dapat memberikan alternatif solusi dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling pada peserta didik, khususnya dalam pembentukan konsep diri peserta didik.

1.4.2.3 Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dengan menambah ragam penelitian di bidang bimbingan dan konseling. Masalah konsep diri adalah fenomena yang sering dilihat dan ditemukan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan penelitian ini diharapkan memberikan alternatif sudut pandang bagi jurusan bimbingan dan konseling dalam melihat fenomena yang terjadi di masyarakat.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi disusun untuk memberikan gambaran menyeluruh dan memudahkan penyusunan skripsi. Struktur organisasi skripsi berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam skripsi. Adapun struktur organisasi dalam skripsi sebagai berikut.

Bab I merupakan bab Pendahuluan. Pada bab ini menguraikan tentang secara global mengenai persoalan yang akan di bahas dalam bab selanjutnya. Bab ini terdiri atas : latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, manfaat/ signifikansi penelitian, serta struktur organisasi skripsi.

Bab II adalah kajian pustaka/landasan teoretis. Bab ini memberikan konteks yang jelas terhadap topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian yaitu menjelaskan tentang konsep diri dan teknik *self-instruction*

Bab III membahas metodologi penelitian yang didalamnya, mencakup desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

Bab IV memaparkan dua hal utama, yakni (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data sesuai dengan urutan rumusan masalah, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

Bab V menguraikan simpulan, implikasi dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian yang diperoleh.