

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab pendahuluan ini disajikan beberapa bagian yang menjelaskan tentang: latar belakang penelitian, identifikasi masalah, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi tesis.

A. Latar Belakang Penelitian

Salah satu periode pertumbuhan dan perkembangan yang akan dihadapi oleh individu adalah periode remaja (*adolescence*). Menurut Hall (dalam Santrock, 2009, hlm. 6) remaja sebagai masa *storm and stress* yang merupakan pemaknaan dari pergolakan dan krisis penyesuaian serta perubahan suasana hati. Sedangkan menurut Hurlock (2008, hlm. 207) menjelaskan tentang ciri-ciri masa remaja yakni masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja sebagai usia bermasalah, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa tidak realistis, dan masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Selain itu, periode remaja juga diartikan sebagai masa *sense of identity* (Santrock, 2009, hlm.204).

Masa *sense of identity* akan memberikan tuntutan pada remaja untuk mengembangkan kesadaran diri. Menurut Desmita (2005, hlm. 225) kesadaran diri diartikan sebagai kemampuan untuk melihat, memikirkan, merenungkan dan menilai diri sendiri. kesadaran diri tidak hanya memberikan pengaruh terhadap sikap dan tingkah laku individu, melainkan dapat mempengaruhi cara pandang individu terhadap sesuatu yang berada diluar dirinya. Kesadaran diri merupakan kemampuan individu menilai diri, mengevaluasi diri, dan menggabungkan penilaian tersebut menjadi evaluasi diri secara individual dan melibatkan kemampuan perasaan seseorang untuk merundingkannya secara tepat (Bagshaw, 2000). Menurut Damasio (2000, hlm. 24) kesadaran diri didasari oleh keadaan

sadar terjaga dan disertai dengan perhatian yang berfokus pada kondisi internal didalam diri. Sehingga, individu yang sedang berada pada usia remaja perlu memiliki kesadaran diri yang dapat berfungsi dengan baik.

Kesadaran diri yang dapat berfungsi dengan baik dapat dimaknai sebagai kondisi ideal dari kesadaran diri, dikarenakan kesadaran diri berkaitan dengan aspek perasaan (*affect*), perilaku (*behavior*) dan pemikiran (*cognition*) setiap individu. Mayer dan Salovey (1997) menyatakan bahwa kesadaran diri yang berkembang dengan baik memberikan pedoman bagi individu, sebagai landasan dasar yang dapat diandalkan untuk mengamati, memahami, dan memfasilitasi pemikiran, emosi, serta tindakan yang sesuai. Menurut Wilkins (2015) Individu yang memiliki kesadaran diri yang baik dapat memahami bagaimana pikirannya berfungsi, yakni individu tersebut telah memahami alasan kenapa dirinya berfikir, merasakan sesuatu dan bertindak laku yang sesuai dirinya. Sehingga remaja yang memiliki kesadaran diri yang baik dikategorikan sebagai individu yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri atau memonitor diri.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan beberapa guru disekolah, diperoleh informasi tentang kemampuan remaja dalam mengendalikan diri atau memonitor diri yang cenderung tidak berkembang dengan optimal, hal ini diperlihatkan dengan beberapa fenomena perilaku bermasalah seperti, perilaku mengabaikan kegiatan belajar mengajar, keterlambatan, melanggar tata tertib sekolah, melalaikan kewajiban sebagai seorang peserta didik, minimnya empati terhadap kesulitan yang dihadapi oleh keluarga, skala prioritas yang diabaikan, dan rendahnya komitmen untuk mencapai atau mewujudkan cita-cita.

Fenomena perilaku remaja tersebut diperkuat oleh fakta dari hasil penelitian bahwa kesadaran diri menjadi salah satu dari beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, serta keberhasilan dan kegagalan seseorang dikelola oleh kesadaran diri dan kemampuan diri yang baik (Ferrari (1992, 2001); dan Duval & Silvia (2002)). Fakta lainnya ditemukan oleh Goleman dan Boyatzis (1999) yang menemukan bahwasanya dasar dari kemampuan emosional adalah kesadaran diri yaitu pengetahuan akan kemampuan dan keterbatasan diri sendiri sekaligus juga pemahaman yang mendalam akan faktor-faktor dan situasi yang dapat

menyebabkan munculnya emosi dalam diri sendiri. Sehingga dapat dimaknai bahwa munculnya beberapa fenomena perilaku remaja tersebut dikategorikan sebagai kondisi kesadaran diri yang tidak ideal.

Kondisi kesadaran diri remaja yang tidak ideal tersebut berkaitan dengan tidak sinambungnya perkembangan yang muncul dengan tekanan kehidupan yang terjadi selama masa remaja, kualitas interaksi sosial tertentu, seperti hubungan yang rumit dengan orang tua, dan transisi sekolah yang memberikan dampak pada penyesuaian diri remaja (Hansell., dkk. (1998); (Yee & Flanagan, (1985); (Ryan & Kuczkowski (1994); dan (Lord., dkk. (1994)). Kondisi kesadaran diri yang tidak ideal ini perlu untuk dibenahi agar dapat berfungsi sebagaimana mestinya.

Perlunya keberfungsian kesadaran diri sebagaimana mestinya dikarenakan kesadaran diri dapat memberikan kemudahan perilaku yang efektif dalam mengatasi kegagalan atau merugikan, yang disebabkan oleh terjeratnya diri dari penataan yang tidak sesuai antara diri ideal dan tampilan diri, dan mengarah kepada tertekannya kemampuan emosional (Carver dan Scheier, 1981). Selain itu menurut Shivers dan Blackwel, (2006) kesadaran diri yang baik merupakan kecakapan dalam memonitor diri dan perilaku yang dapat beradaptasi secara efektif untuk menyesuaikan dengan orang lain. Kesadaran diri pada umumnya dimiliki oleh setiap remaja, dan juga kesadaran diri merupakan hal yang dapat dipelajari.

Kesadaran diri dapat dipelajari oleh remaja dikarenakan kemampuan ini dapat diperoleh melalui interaksi dengan lingkungannya, (Wehmeyer & Shogren dalam Duff & Flattery, 2013). Sedangkan hasil penelitian Restiningtyas (2012) menunjukkan intervensi individual terhadap kesadaran diri efektif dalam melibatkan pengalaman-pengalaman positif dalam kehidupan, melalui program intervensi kesadaran diri individu terbantu untuk menyadari hal-hal positif didalam dirinya termasuk kelebihan dalam segi fisik, sosial, dan akademis. Berdasarkan hal tersebut kesadaran diri dapat dimaknai sebagai konsep yang luas dan kompleks.

Kesadaran diri sebagai konsep yang luas dan kompleks, karena didalamnya terdapat interaksi berbagai proses kognitif dan fungsi psikologis utama manusia, (Llorens., dkk. 2015). Mengembangkan kemampuan kesadaran diri diperlukan suatu upaya yang disesuaikan dengan kebutuhan karakteristik dari remaja, salah satu upaya yang dapat digunakan dalam mengembangkan kesadaran diri adalah dengan menggunakan konseling analisis transaksional. Menurut Zvelc (2009) kerangka teoritis analisis transaksional secara lebih luas dapat dikembangkan dengan ilmu kognitif, ilmu syaraf atau kejiwaan, penelitian tentang kesadaran, keterkaitan proses berpikir dalam psikoanalisis, dan terapi kognitif. Dengan kata lain, konseling analisis transaksional dikategorikan sebagai strategi yang efektif dan efisien dalam mengentaskan permasalahan.

Konseling analisis transaksional dikategorikan strategi yang efektif dan efisien dalam mengentaskan permasalahan, karena analisis transaksional merupakan sumber yang sangat berharga, baik dari segi konsep dan ide-idenya. bahkan untuk para konselor yang tidak menggunakan analisis transaksional secara langsung dalam prakteknya. Teori dan praktek analisis transaksional dapat dilihat sebagai perbedaan yang merepresentasikan konsep kreatif serta nilai-nilai psikoanalitik dan humanistik. Teori ini terbentuk oleh seperangkat asumsi dasar yang berkembang menjadi model-model tertentu yang dapat diterapkan untuk berbagai tingkatan kompleksitas dalam interaksi manusia (McLeod, dalam Stewart & Joiner, 2001). Sehingga konseling analisis transaksional akan sesuai digunakan untuk diterapkan untuk mengentaskan permasalahan yang berkaitan kesadaran diri remaja.

Permasalahan kesadaran diri pada remaja dianggap sebagai kemampuan psikologis yang terganggu. Analisis transaksional memandang gangguan psikologis sebagai cara untuk berhadapan dengan rasa dicampakkan dari (*being in the world*) atau mengada dalam dunia (Nuttall, 2006). Analisis transaksional meliputi kebutuhan manusia untuk saling berhubungan dan kebutuhan akan tanda perhatian (*stroke*), kompleksitas ego, perbedaan dalam transferensi dari transaksi yang biasa, dan konsep yang menyeluruh dari konsep *life script* tertentu, serta kombinasi dari semua subkonsep (Eriskine, 2009). konseling analisis

Mualwi Widiatmoko, 2017

EFEKTIVITAS PENDEKATAN KONSELING ANALISIS TRANSAKSIONAL UNTUK MENGEMBANGKAN KESADARAN DIRI REMAJA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

transaksional telah digunakan untuk memberikan intervensi diberbagai penelitian yang memiliki keterkaitan dengan kesadaran diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Steiner (1996) bahwasanya pelatihan keterampilan emosional (*Emotional Literacy Training*) yang merupakan penerapan analisis transaksional efektif digunakan untuk mempelajari kemampuan emosional diri kita dan orang lain. Sterrenberg dan Thunnissen (1995) menjelaskan bahwa penggunaan Analisis Transaksional (*Transactional Analysis*) sebagai terapi kognitif dapat digunakan dalam menangani permasalahan yang terkait dengan kepribadian.

Penelitian tersebut memiliki keterkaitan dengan kesadaran diri karena menurut Whetten and Cameron, (dalam Caldwell, 2009) Kesadaran diri merupakan elemen mendasar dari kecerdasan emosional dan kemampuan yang sangat penting kita yang digunakan seseorang untuk berkomunikasi dan membangun hubungan saling mempercayai dengan orang lainnya. Sedangkan Anderson (dalam Demaree dan Harrison, 1997) Kesadaran diri diidentifikasi sebagai dua bagian. *Pertama*, perhatian dan latihan dan *kedua*, memori jangka pendek, tahap yang memegang persepsi, kenangan, dan tindakan untuk mengarahkan perhatian. Maka, untuk membantu remaja menjadi yang pribadi yang sadar diri dapat menggunakan intervensi dalam bentuk konseling analisis transaksional.

Berdasarkan pemikiran tersebut, konseling analisis transaksional diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan kesadaran diri pada remaja, dan dengan memahami pentingnya tentang kesadaran diri bagi remaja, peneliti melakukan kajian tentang kesadaran diri remaja yakni pada siswa yang berada di kelas XI SMA Negeri 2 Ogan Komering Ulu (OKU) dengan menggunakan konseling analisis transaksional.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Remaja memiliki kualitas kesadaran diri yang berbeda antara individu satu dengan individu lainnya. Selain itu, kesadaran diri merupakan salah satu faktor

yang dapat mempengaruhi kesuksesan maupun kegagalan bagi seorang remaja. Kesadaran diri merupakan kepekaan individu dalam memahami dirinya atau bagaimana dirinya dipandang oleh orang lain (Fletcher dan Bailey, 2003). Sedangkan menurut Corey (2007, hlm. 54) kesadaran diri merupakan kemampuan manusia untuk menyadari diri sendiri, suatu kemampuan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Berdasarkan hal tersebut, dapat dipahami bahwa setiap tindakan dan perilaku remaja didasarkan oleh kesadaran dirinya.

Tindakan dan perilaku remaja didasarkan oleh kesadaran diri yang berfungsi dengan baik akan memberikan dampak positif kepada remaja yang berupa keberhasilan dalam aspek pribadi, sosial dan karir. Akan tetapi kesadaran diri yang tidak berfungsi dengan baik akan memberikan dampak berupa terhambat hingga kegagalan remaja dalam segala aspek kehidupan, dan memicu munculnya beberapa fenomena perilaku menyimpang di kalangan remaja. Sehingga, diperlukan upaya yang konkret untuk mengentaskan permasalahan yang berkaitan dengan kesadaran diri remaja.

Salah satu bentuk atau upaya konkret yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan intervensi dengan tujuan untuk mengembangkan kesadaran diri. Intervensi tersebut adalah konseling analisis transaksional, menurut Veiga (2004) analisis transaksional memiliki asumsi bahwa individu dianggap sebagai orang yang mempengaruhi dirinya sendiri dimasa depan, apapun yang telah terjadi dimasa lalu, selama perkembangannya individu akan memahami bagaimana cara untuk menilai dirinya dan orang lain, serta konsep diri individu akan terbentuk dalam pola kebiasaan maupun posisi kehidupan yang berbeda. Ditambahkan oleh Holyoake (2000) bahwa analisis transaksional menekankan pentingnya transferensi (perasaan tentang diri) dan pengakuan terhadap kontra-transferensi (Perasaan terhadap orang lain) yang merupakan poin penting untuk dipahami. Pentingnya menyadari perasaan tersebut digunakan seseorang untuk mengidentifikasi ego state yang ada dalam dirinya

Menurut Lee (2014) Fungsi dalam konseling analisis transaksional adalah untuk memberikan ruang yang berhubungan dengan keotentikan yang dapat dieksplorasi, dan banyaknya pengalaman yang terlibat. Sehingga, dapat dipahami bahwa konseling analisis transaksional akan memiliki banyak peluang dalam mengeksplorasi semua kemampuan, perasaan dan permasalahan untuk mendapatkan pemahaman diri mengenai perilaku, serta memunculkan pribadi yang sadar diri pada remaja.

C. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan pada penelitian ini berfokus untuk memberikan penjabaran dan jawaban mengenai “Apakah konseling analisis transaksional efektif untuk mengembangkan kesadaran diri remaja?”. Sehingga untuk mejabarkan dan menjawab pertanyaan tersebut secara lebih spesifik diajukan pertanyaan-pertanyaan lainnya, yakni:

1. Seperti apa gambaran kesadaran diri siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU tahun pelajaran 2016/2017?
2. Bagaimana implementasi konseling analisis transaksional untuk mengembangkan kesadaran diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU tahun pelajaran 2016/2017?
3. Bagaimana efektivitas konseling analisis transaksional untuk mengembangkan kesadaran diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU tahun pelajaran 2016/2017?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan utama yakni untuk menguji efektivitas konseling analisis transaksional untuk mengembangkan kesadaran diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU Tahun Pelajaran 2015/2016. Sedangkan tujuan umumnya adalah sebagai berikut:

Mualwi Widiatmoko, 2017

EFEKTIVITAS PENDEKATAN KONSELING ANALISIS TRANSAKSIONAL UNTUK MENGEMBANGKAN KESADARAN DIRI REMAJA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Mengetahui gambaran kesadaran diri siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU tahun pelajaran 2016/2017.
2. Menyusun prosedur konseling analisis transaksional yang digunakan untuk mengembangkan kesadaran diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU tahun pelajaran 2016/2017.
3. Mengetahui efektivitas konseling analisis transaksional yang bertujuan untuk mengembangkan kesadaran diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 OKU tahun pelajaran 2016/2017.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dengan adanya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis
 - a. Menambah wawasan dan pengetahuan keilmuan bimbingan dan konseling berkaitan dengan konseling analisis transaksional dan kesadaran diri.
 - b. Sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut khususnya pada konseling analisis transaksional dan kesadaran diri.
2. Manfaat praktis
 - a. Membantu siswa dalam mengembangkan kesadaran diri dan menggunakan implementasi layanan konseling analisis transaksional.
 - b. Memberikan informasi atau pengetahuan lebih mendalam mengenai dinamika kesadaran diri.
 - c. Sebagai acuan dan masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam memahami kesadaran diri siswa, dan juga dalam memfasilitasi penggunaan layanan konseling analisis transaksional.

F. Struktur Organisasi Tesis

Penyusunan tesis ini akan terdiri dari 5 (lima) bagian, sehingga menjadi satu kesatuan yang utuh dalam penulisannya, adapun secara terperinci dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Bab I. Pendahuluan, terdiri atas: latar belakang penelitian, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi tesis.
2. Bab II. Kajian Pustaka. Mencakup konseling analisis, kesadaran diri remaja, penelitian yang relevan, kerangka berpikir, asumsi dan hipotesis.
3. Bab III. Metode penelitian, meliputi desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.
4. Bab IV adalah Temuan dan Pembahasan. Pada bagian penelitian dan pembahasan terdiri dari dua hal utama, yakni: (a) pengolahan atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan penelitian; (b) pembahasan dan analisis hasil temuan tersebut.
5. Bab V. Kesimpulan, implikasi dan saran, pada bagian ini menyajikan penafsiran, penerapan dan pemaknaan terhadap hasil analisis temuan penelitian.