

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Generasi muda merupakan salah satu elemen utama penerus dan regenerasi bangsa. Masa muda atau remaja adalah proses peralihan masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yaitu masa yang paling menentukan perkembangan manusia di bidang emosional, moral, spiritual, dan fisik. Masa ini dipenuhi dengan perkembangan dan perubahan.

Remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan. Menurut Bapak Psikologi Remaja yaitu Stanley Hall masa remaja merupakan masa badai dan tekanan (*storm and stress*). Menurut Erickson masa remaja adalah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian identitas diri. James Marcia menemukan bahwa ada empat status identitas diri pada remaja yaitu *identity diffusion/ confusion, moratorium, foreclosure, dan identity achieved* (Santrock, 2002: 53). Karakteristik remaja yang sedang berproses untuk mencari identitas diri ini juga sering menimbulkan masalah pada diri remaja

Usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian. Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial. Beberapa permasalahan remaja yang muncul biasanya banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja.

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

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

Beberapa permasalahan psikis dan sosial remaja di antaranya penyimpangan perilaku seperti merokok, penyalahgunaan alkohol, narkoba, dan zat adiktif lainnya, porstitusi, berkunjung ke diskotek, hamil sebelum pernikahan, dan aborsi (Yusuf, 2009: 31-32). Berdasarkan survei Komnas Anak, sebanyak 50 persen remaja perokok merasa lebih percaya diri karena merokok. Santrock (2007:446) menemukan beberapa alasan mengapa remaja mengkonsumsi narkoba yaitu karena ingin tahu, untuk meningkatkan kepercayaan diri, solidaritas, adaptasi dengan lingkungan, maupun untuk kompensasi.

Selain itu permasalahan akibat perubahan fisik juga banyak dirasakan oleh remaja awal ketika mereka mengalami pubertas. Pada remaja yang sudah selesai masa pubertasnya (remaja tengah dan akhir) permasalahan fisik yang terjadi berhubungan dengan ketidakpuasan mereka terhadap keadaan fisik yang biasanya tidak sesuai dengan fisik ideal yang diinginkan. Mereka juga sering membandingkan fisiknya dengan fisik orang lain ataupun idola-idola mereka. Permasalahan fisik ini sering mengakibatkan mereka kurang percaya diri.

Sebuah penelitian menemukan hampir 80% remaja ini mengalami ketidakpuasan dengan kondisi fisiknya (Kostanski & Gullone, 1998 dalam Adib, 2012). Ketidakpuasan akan *body image* ini merupakan pertanda awal munculnya gangguan makan seperti anoreksia atau bulimia (Polivy & Herman, 1999; Thompson et al dalam Adib, 2012).

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

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

Rogers dan Patrie (2010: 183) dalam *Journal of Counseling and Development* menyatakan “*bulimic symptoms may be described as an attempt to manage the lack of social self-confidence that comes from failed attempts to meet the cultural thin ideal*”. Gejala bulimia dapat digambarkan sebagai usaha memajemen kurangnya kepercayaan diri sosial yang disebabkan gagalnya usaha untuk mencapai budaya kurus yang ideal.

Remaja juga mengalami permasalahan dalam bidang belajar. Siswa dengan kemampuan untuk belajar yang baik tidak dapat menunjukkan prestasinya karena kurangnya percaya diri. Kepercayaan diri siswa yang hilang dapat menyebabkan siswa jenuh belajar dan yang paling berbahaya adalah rasa pesimis atau putus asa (Kompas, 2011). Siswa-siswa cerdas kelas X dan XI SMA dari sejumlah kota di Indonesia yang dikarantina untuk mengikuti pembekalan *Asia Pacific Economic Cooperation (APEC) Future Scientist Competition (FSC)*. Pembekalan dilaksanakan akhir Pebruari 2012, dari pembekalan diketahui umumnya peserta masih lemah dalam hal kemampuan berbicara di depan umum. Mereka unggul dalam hal teori dan mahir berbahasa Inggris, tetapi mereka belum percaya diri (Suara Merdeka 2012). Prestasi siswa yang sebenarnya dapat sesuai dengan potensi belajarnya ini dapat merugikan siswa dalam perkembangan dirinya.

Masalah lain yang dihadapi remaja ialah Ujian Nasional (UN). Saturdi Hamid (Kompas, 2011) menuliskan siswa yang paling rentan akan trauma ujian nasional adalah siswa SLTP dan siswa SLTA. Kedua kelompok usia sekolah ini sudah mulai berpikir dan berprediksi tentang ujian nasional.

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

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

Mereka adalah individu yang sedang memasuki masa remaja, sehingga sugesti dan kepercayaan diri siswa dalam menempuh ujian nasional sangat diperlukan.

Berdasarkan fakta tersebut, beberapa permasalahan remaja berawal dari kurangnya kepercayaan diri serta perlunya peningkatan kepercayaan diri pada remaja. Kepercayaan diri menurut Lauster (2008:4) merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri, di antaranya adalah: berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok; menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan; sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri, pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif; takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil; cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus (karena

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

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

*undervalue* diri sendiri); selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu; mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain) (Fatimah 2010:150).

Remaja yang kurang percaya diri dapat menimbulkan masalah yang serius jika tidak segera ditangani dengan baik. Penanganan remaja yang kurang percaya diri dapat dilakukan oleh dirinya sendiri dan juga orang lain terutama orang dewasa di sekitarnya. Sekolah merupakan salah satu lingkungan pendidikan yang dapat membantu siswa meningkatkan kepercayaan dirinya. Sekolah tidak hanya mendidik siswa dalam aspek kognitif saja, sekolah tidak hanya berperan sebagai transformer ilmu pengetahuan, tetapi sekolah juga berperan dalam mengembangkan potensi diri siswa untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Bab I pasal 1 UU RI NO 20 tahun 2003).

Penanganan siswa yang kurang percaya diri dapat dilakukan di sekolah dengan pendampingan secara intensif. Pendampingan ini bertujuan untuk membantu mereka dalam menghadapi permasalahan mereka. Pendampingan terhadap siswa-siswi di tingkat SMP ataupun tingkat SMA salah satunya adalah dengan layanan kegiatan Bimbingan dan Konseling.

Bimbingan dan Konseling merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu/siswa-siswi agar dapat memahami dirinya, mengarahkan dirinya, dan memecahkan masalah serta dapat merencanakan masa depannya selaras dengan tuntutan masyarakat/zaman dan mampu berkompetisi dan menyikapi secara positif berbagai permasalahan. Bimbingan dan Konseling terdiri dari empat bidang, yaitu :

1. Bimbingan Pribadi (*Personal Guidance*)
2. Bimbingan Sosial (*Social Guidance*)
3. Bimbingan Pengajaran / Belajar (*Instruction Guidance*)
4. Bimbingan Karier (*Career Guidance*)

Bimbingan pribadi-sosial menurut Achmad Juntika Nurihsan (2006:16) merupakan bimbingan dalam menyelesaikan masalah-masalah sosial pribadi. Bimbingan sosial pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah dirinya. Syamsu Yusuf (2009:54) juga mengungkapkan bahwa bimbingan pribadi bertujuan membantu siswa agar mampu mengembangkan berbagai kompetensi, salah satunya ialah memiliki pemahaman dan penerimaan diri serta memiliki sikap positif terhadap diri sendiri. Guru BK (Bimbingan Konseling) juga menempati posisi yang strategis dalam upaya pembinaan peserta didik, baik untuk tujuan preventif, kuratif, maupun rehabilitatif. Peranan guru BK di sekolah sangat bermakna untuk dapat membantu siswa yang bermasalah terutama dalam peningkatan kepercayaan diri siswa.

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

Penelitian akan dilakukan di SMA Negeri 1 Cipatat Kabupaten Bandung Barat. Studi awal telah dilakukan meliputi kegiatan yaitu: observasi (pengamatan) dan wawancara dengan guru. Studi awal menunjukkan bahwa terdapat beberapa permasalahan siswa di sekolah ini dari keempat bidang layanan BK. Pada bidang pribadi hanya sedikit siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi, beberapa siswa mengalami masalah dalam penerimaan diri terutama dalam penampilan fisik. Siswa dalam belajar masih kurang percaya diri sehingga beberapa siswa menyontek dan takut terhadap ujian.

Permasalahan siswa dalam bidang sosial adalah siswa konformis yaitu agar dapat diterima oleh kelompoknya, siswa mengikuti kegiatan yang dilakukan temannya, baik maupun buruk. Beberapa konformitas siswa berkenaan dengan kegiatan yang negatif, sehingga angka pelanggaran peraturan sekolah cukup tinggi seperti merokok di sekolah, terlambat, dan absensi. Pada bidang karir, siswa kurang dapat merencanakan masa depan sebab siswa ragu akan kemampuannya sendiri dan mereka juga jarang melanjutkan studi yang lebih lanjut setelah SMA.

Hasil wawancara dengan guru BK serta guru mata pelajaran menghasilkan bahwa salah satu penyebabnya adalah kurangnya kepercayaan diri siswa. Studi awal menunjukkan bahwa siswa di SMA Negeri 1 Cipatat kurang percaya diri sehingga penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri di sekolah tersebut.

## B. Rumusan Masalah

Remaja adalah generasi muda penerus bangsa, tetapi remaja dalam masa perkembangannya mengalami permasalahan fisik, psikis, sosial, dan belajar. Beberapa permasalahan diakibatkan karena kurangnya kepercayaan diri. Dibutuhkan suatu program bimbingan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sehingga siswa dapat mengembangkan segala potensi yang dimilikinya secara optimal. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat dibuat rumusan masalah yaitu "Seperti apa program bimbingan dan konseling pribadi-sosial yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012?".

Rumusan masalah secara khusus dalam penelitian ini adalah:

1. Seperti apa profil kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012?
2. Seperti apa program bimbingan dan konseling yang sudah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012?
3. Seperti apa program bimbingan dan konseling pribadi-sosial yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012?

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan umum penelitian adalah menghasilkan program bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

kepercayaan diri (*self-confidence*) siswa di SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012 . Secara khusus penelitian ini dilakukan untuk:

1. mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012,
2. mengetahui program bimbingan dan konseling yang diselenggarakan di SMA Negeri 1 Cipatat tahun ajaran 2011-2012, dan
3. menghasilkan program bimbingan dan konseling pribadi-sosial yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Cipatat 2011-2012.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling pribadi-sosial adalah sebagai berikut :

1. Bagi guru BK di SMA Negeri 1 Cipatat, yaitu dapat memberikan masukan yang konstruktif dalam upaya pemberian bantuan kepada siswa yang pelaksanaannya tidak hanya mencapai target kurikulum saja tetapi sesuai dengan kebutuhan dan harapan siswa.
2. Bagi SMA Negeri 1 Cipatat yaitu dapat menguatkan dan memperkaya konsep tentang kepercayaan diri dalam konteks bimbingan. Dasar kebijakan menguatkan konsep pengembangan program bimbingan dan konseling di sekolah.
3. Bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling yaitu dapat menjadi tambahan referensi konseptual bimbingan dan konseling terutama bimbingan

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

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

pribadi-sosial, dan konsep pengembangan program bimbingan dan konseling di sekolah.

### **E. Asumsi Penelitian**

1. Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Lauster, 2008:4).
2. Bimbingan pribadi-sosial merupakan bimbingan dalam menyelesaikan masalah-masalah sosial pribadi (Nurihsan, 2006:16).
3. Bimbingan dan konseling adalah layanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karier, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku (Prayitno, 2003:99).

### **F. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah program bimbingan dan konseling pribadi-sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

**Erfi Lorraine, 2013**

Program Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Studi Pra Eksperimen pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Cipatat Bandung Barat Tahun Ajaran 2011-2012)

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

## G. Sistematika Penulisan

Laporan penelitian ini akan dibuat dalam bentuk tesis dengan sistematika sesuai pedoman penulisan karya ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia sebagai berikut.

Bab I Pendahuluan. Bagian ini mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi penelitian dan hipotesis penelitian.

Bab II Kajian Pustaka. Bagian ini meliputi kajian teoretik tentang konsep peningkatan tanggung jawab pada siswa sekolah menengah pertama dan sejumlah penelitian terdahulu.

Bab III Metode Penelitian. Bagian ini mencakup desain penelitian, pendekatan penelitian, definisi operasional penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, pengembangan instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis dan interpretasi data penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Bagian ini mencakup hasil-hasil penelitian diikuti dengan pembahasan.

Bab V Kesimpulan dan Rekomendasi. Bagian ini meliputi dua hal, yaitu kesimpulan dan rekomendasi yang diberikan kepada beberapa pihak.