

BAB I

PENDAHULUAN

Pokok bahasan yang dipaparkan pada Bab I ini meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi disertasi.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Manusia adalah makhluk individualis dan sosial yang berperilaku sesuai konsep diri yang dimilikinya. Konsep diri akan membantu individu untuk mengarahkan perkembangan dirinya, maupun secara psikis atau fisik. Burn (1979) menyatakan bahwa konsep diri adalah suatu organisasi dari sikap-sikap diri.

Pada era globalisasi seperti ini, muncul *world culture* atau budaya dunia yang membuat para remaja di seluruh dunia saling mengikuti perilaku remaja di belahan bumi lain. Globalisasi memungkinkan untuk mengembangkan kebudayaan dan interaksi yang bersifat universal. Chan & Sam (2007:137) menyatakan bahwa banyak di antara individu yang sering mencoba kegiatan dan ketrampilan yang baru, meskipun mereka tidak mengerti dampaknya. Perubahan dalam diri remaja sering menimbulkan perilaku negatif yang termasuk kategori kenakalan remaja seperti penyalahgunaan zat adiktif, pemakaian narkoba, seks bebas. Perubahan juga bisa terlihat dari gaya rambut, gaya busana, serta gaya hidup remaja saat ini yang mungkin dianggap tidak sopan, tidak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat pada umumnya.

Konsep diri merupakan aspek yang dibentuk oleh interaksi antar individu dalam suatu lingkungan, maupun lingkungan keluarga atau lingkungan lain yang lebih luas. Konsep diri biasanya terbentuk oleh lingkungan terdekat individu (lingkungan keluarga). Konsep diri akan berkembang lewat interaksi dengan lingkungan yang lebih luas seiring berjalannya waktu. Hasil interaksi individu dengan lingkungan yang lebih luas, terutama dari pengaruh kelompok teman sebaya (*peer group*) akan memberikan pengaruh besar terhadap konsep diri individu.

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

Byrne & Gavin (1996) mendefinisikan konsep diri sebagai sikap, perasaan dan pengetahuan yang dimiliki individu mengenai keterampilan-keterampilan, kemampuan, penampilan, dan penerimaan sosial masing-masing individu. Adapun konsep diri global yang diartikan sebagai cara seseorang merasakan (positif atau negatif) diri mereka sendiri dalam keseluruhan aspek dirinya. Konsep diri juga sebagai faktor penting penentu pembentukan individu dalam bertingkah laku (*behavior*) dan sikap (*attitude*). Hal ini berarti tingkah laku dan sikap karir mahasiswa menggambarkan kondisi konsep diri yang terdapat pada diri mahasiswa.

Menurut Monks (2006: 258) berdasarkan rentang usia, masa remaja dapat dibagi menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), serta masa remaja akhir (18-21 tahun). Sedangkan Monks (2006) membagi masa remaja menjadi empat, yaitu masa pra-remaja (10-12 tahun), masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun) dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

Pada penelitian ini, peneliti akan lebih memfokuskan pada masa remaja akhir yaitu mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017. Mengapa remaja akhir? Hal ini karena, usia remaja akhir merupakan tahapan menuju ke masa dewasa dan menjadikan mereka manusia seutuhnya. Jika mahasiswa bisa memposisikan diri berdasarkan pemahaman dan pandangan yang benar dan tepat, berarti konsep diri mahasiswa adalah baik. Dillard (1985:18) menyatakan “*Your career decisions and how you go about making them serve as at least partial basis for how you see yourself*”. Konsep diri menjadi landasan bagi mahasiswa dalam membuat keputusan-keputusan dalam karir.

Atkinson (1993:209) menyatakan bahwa dalam proses pencarian identitas diri, remaja mencoba untuk menggabungkan nilai-nilai dengan pandangan-pandangan dari orang terpenting mereka seperti orangtua, guru, dan teman sebayanya untuk menjadikan gambaran diri yang kohesif. Nilai-nilai yang tidak konsisten tersebut, akan menimbulkan kemungkinan bahwa seorang remaja mengalami kebingungan untuk menentukan identitas dan peran sosial mereka. Perkembangan konsep diri

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

terjadi sepanjang rentang kehidupan serta tahapan perkembangan psikologis. Perkembangan konsep diri merupakan kulminasi dari berbagai faktor yang dialami oleh remaja (yang dalam penelitian ini nanti adalah remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017), baik faktor yang bersifat internal maupun faktor eksternal. Ketika remaja berinteraksi dengan faktor-faktor tersebut, mereka mengamati, menyerap, mengintegrasikan serta menginternalisasikan ke dalam diri mereka. Nilai-nilai yang diperoleh dari proses internalisasi. Nilai yang mereka yakini dan dijadikan sebagai konsep diri.

Selaras dengan pendapat di atas, Brook dan Emmert (1974:40) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan pandangan dan perasaan yang bersifat biologis dan sosial tentang diri sendiri yang didapatkan dari pengalaman dengan individu lain. Konsep diri remaja mengalami perkembangan selama pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Perkembangan tersebut terjadi melalui berbagai cara seperti, observasi terhadap orang-orang yang memegang jabatan, proses identifikasi terhadap orang dewasa yang bekerja, penghayatan pengalaman hidup dan kesadaran remaja tentang kesamaan serta perbedaan antara dirinya dengan orang lain. Kondisi ini akhirnya mempengaruhi perkembangan konsep diri. Pemahaman dan kesadaran remaja terhadap diri menjadi motivasi internal yang dapat mengarahkan mahasiswa kepada suatu bidang jabatan yang memungkinkan mereka mencapai kesuksesan dan kepuasan. Konsep diri mempengaruhi tingkah laku dan harapan-harapan kehidupan remaja. Beberapa ahli menyatakan bahwa harapan kehidupan remaja adalah tujuan, dan cita-cita individu untuk mencapai keseimbangan dirinya (Hurlock, 1990:238).

Konsep diri remaja yang positif akan menjadi motivasi bagi remaja untuk melakukan tingkah laku yang baik, serta mendorong lahirnya harapan-harapan kehidupan yang realistis. Sebaliknya, konsep diri negatif selain dapat mendorong remaja untuk melakukan tingkah laku bermasalah juga dapat menimbulkan harapan-harapan yang tidak realistis. Pihak pertama yang memiliki andil besar bagi terbentuknya konsep diri anak adalah orangtua. Pandangan, penilaian, penyikapan dan perlakuan orangtua akan menentukan konsep diri anak. Jika

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

positif, maka akan terbentuk konsep diri yang positif juga, sebaliknya jika negatif, anak cenderung mencapai konsep diri yang negatif. Hal senada juga ditegaskan (Rakhmat, 2001) bahwa individu cenderung akan menerima, menghormati dan menyenangkan dirinya jika orang lain memperlakukan mereka demikian.

Seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, maka peranan orang lain sebagai *significant others* menjadi semakin luas. Tidak lagi hanya orang tua, melainkan semua orang yang memengaruhi perilaku, pikiran dan perasaan anak, di antaranya saudara dan keluarga (*extended family*). Senyuman, ciuman, penghargaan dan dukungan mereka akan menyebabkan anak menilai dirinya sebagai sosok yang baik dan berharga. Sebaliknya, cacian, cemoohan, hardikan dan pukulan akan menjadikan anak memandang dirinya secara negatif.

Diperlukan perkembangan konsep diri yang optimal di masa remaja akhir. Remaja akhir dalam penelitian ini adalah para remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017), merupakan masa penting dan merupakan masa dimana individu terintegrasi. Menurut Ali & Asrori (2004) “masa individu terintegrasi terbentuk dari pengalaman sendiri dari uraian yang diberikan oleh orang lain tentang dirinya”. Maksudnya di sini yaitu masa dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, bahkan sejajar dengan orang-orang yang lebih tua, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Hal ini berarti remaja harus mulai menyadari tuntutan lingkungan untuk melakukan identifikasi terhadap peran-peran orang dewasa. Meskipun, biasanya yang lebih dulu muncul adalah tuntutan remaja akan kesamaan haknya dengan orang-orang dewasa. Keadaan tersebut pada akhirnya akan memicu munculnya konflik internal dan konflik eksternal dalam diri individu. Masing-masing individu memiliki karakteristik konsep diri yang mampu memunculkan konflik internal ataupun konflik eksternal. Salah satu karakteristik konsep diri yang ada pada remaja menurut Fitts (1971) yaitu *behavioral self* (diri perilaku) adalah bagaimana individu mempersepsikan tingkah lakunya melalui kesadaran mereka yang bisa menimbulkan ketidakseimbangan dalam diri individu.

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

Senada dengan ahli di atas remaja akhir menurut Widyastuti (2009) dikutip dari <http://www.trendilmu.com/> menjelaskan bahwa remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) ini adalah individu yang berkembang ke arah kematangan diri secara utuh serta memiliki kemampuan mengungkapkan diri, selektif dalam memilih teman sebaya, memiliki citra (gambaran,peranan,keadaan) dalam diri, dapat mewujudkan perasaan cinta, memiliki kemampuan berpikir abstrak. Situasi dan kondisi yang membangun lingkungan kondusif bagi kematangan diri dan pengembangan potensi diri. Lingkungan kondusif dalam pendidikan formal seperti perguruan tinggi selain dibangun oleh mahasiswa beserta teman kuliah,dosen pun memiliki peran penting. Dosen sebagai fasilitator yang mengarahkan mahasiswa menjadi pribadi matang dan memaksimalkan potensi diri sebagai modal awal mempersiapkan karir yang cukup menjanjikan bagi masing-masing mahasiswa yang ada berkembang.

Peran dosen wali termasuk hal yang penting. Komunikasi di antara dosen wali dan mahasiswa menjadi penting terutama untuk memfasilitasi perkembangan yang optimal khususnya perkembangan konsep diri. Hasil penelitian Shandra, dkk (2014) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan secara parsial antara komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen terhadap prestasi belajar mahasiswa Program Studi Pendidikan hal ini berarti semakin tinggi komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen maka akan semakin meningkat prestasi belajar mahasiswa. Giri dan Yuwono (2016) bahwa hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi 0,539 dengan $\text{sig} = 0,000$; ($p < 0,001$) artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. Komunikasi interpersonal antara dosen wali dengan mahasiswa dimana “Perkembangan optimal berarti individu berkembang sesuai dengan potensi dirinya, yang mengandung makna bahwa individu harus memahami dirinya, kesempatan yang tersedia, dan melakukan pilihan yang realistis untuk mengembangkan potensinya”, (Kartadinata, 2011, hlm. 33). Menurut Fitriani (2010, hlm.i), dosen sebagai orang tua kedua bagi para remaja saat mereka berada di kampus, dituntut agar mampu memberikan rasa kenyamanan kepada para

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

remaja baik dalam belajar maupun di luar jam belajar. Komunikasi antar pribadi yang dilakukan seorang pengajar selama proses mengajar diharapkan tidak hanya terfokus pada pelajaran semata, tetapi juga berpengaruh pada konsep diri masing-masing individu.

Komunikasi yang dilakukan tersebut tidak dapat terjalin dengan optimal, bahkan cenderung menyisakan persoalan-persoalan yang pada gilirannya menghambat konsep diri individu. Penyimpangan yang dilakukan remaja sebenarnya tidak hanya dibatasi oleh pelanggaran hukum saja, namun melibatkan juga norma agama, etika, tata tertib kampus, tata tertib dalam lingkungan keluarga dan sebagainya. Menjadi sebuah kekhawatiran, ketika perkembangan konsep diri lebih didominasi oleh emosional dan kurang mendasarkan pikiran rasional sehingga konsep diri cenderung tidak utuh.

Permasalahan sebagaimana dijelaskan di atas ditengarai sudah menggejala pada mahasiswa diberbagai masyarakat dunia, seperti beberapa kasus antara lain: mahasiswi yang menjajakan dirinya di kontrakan Poris Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang (Ramadhan, 2015), kasus kematian yang menimpa para mahasiswa baru saat mengikuti Ospek di IPDN maupun STPDN, kasus bunuh diri David mahasiswa di Singapura pada 14 Januari 2012 dikarenakan skripsi, kasus penguasa narkoba di Depok berasal dari kalangan mahasiswa.

Hal yang perlu diperhatikan adalah bahwa betapapun pentingnya pelaksanaan tugas-tugas perkembangan, jika pelaksanaannya tidak sesuai dengan konteks sosial budaya setempat, akan tetap menyisakan persoalan-persoalan. Kondisi belum tuntasnya persoalan yang dihadapi remaja pada gilirannya akan menghambat seorang remaja sebagai individu dalam berintegrasi dengan masyarakat. Konsep diri tersebut tumbuh dan berkembang dari berbagai pengalaman yang pernah dilalui, baik yang bersifat rasional maupun irasional. Disinilah pentingnya konseling yang mampu memfasilitasi munculnya kondisi rasional dalam membangun konsep diri positif.

Gambaran tentang konsep diri negatif dari mahasiswa seperti yang telah dikemukakan di atas, bukan suatu hal yang layak dibiarkan. Hal ini perlu diatasi

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

dengan konseling untuk mencapai konsep diri remaja, banyak pendekatan konseling yang digunakan, diantaranya pendekatan behavioristik yang menekankan kepada perubahan perilaku individu; pendekatan kognitif yang mencapai konsep diri dari cara berpikirnya; pendekatan psikodinamika yang menekankan pada pencapaian konsep diri, dengan menyeimbangkan antara perkembangan id, ego, dan superego. Namun, yang paling sesuai untuk masalah diatas adalah pendekatan konseling kelompok rasional emotif. Untuk penelitian ini digunakan konseling kelompok rasional emotif dengan berbagai alasan, yaitu agar mereka mampu merencanakan masa depan, menghadapi berbagai tantangan masa depan, juga menghadapi tantangan era globalisasi saat ini dengan pendidikan global. Hal ini selaras dengan pendapat (Burhanuddin, 2013). Unsur pokok dari terapi konseling kelompok rasional emotif adalah asumsi bahwa berpikir dan emosi bukanlah dua proses yang terpisah. Ellis menjelaskan bahwa emosi dan pikiran terjadi secara bersamaan serta saling mempengaruhi satu sama lain. Pikiran mampu mengendalikan dan menyebabkan emosi terjadi. Emosi terjadi karena pikiran mengalihkan dan membuat prasangka pada proses sikap dan kognitif intrinsik. Pikiran-pikiran individu bisa menjadi perasaan, dan perasaan mereka bisa menjadi pemikiran.

Menurut Corey (2013:245) tujuan utama konseling kelompok rasional emotif adalah untuk mengurangi pandangan irrasional konseli dan mengarahkan dirinya agar bisa mendapatkan filsafat hidup yang lebih rasional/realistis. Sedangkan tujuan utama psikoterapis adalah untuk menyadarkan konseli bahwa verbalisasi diri merekalah yang menjadi sumber gangguan emosional mereka. Pendekatan rasional emotif mendorong suatu reevaluasi filosofis dan ideologis berlandaskan asumsi bahwa masalah-masalah manusia berakar secara filosofis. Dapat dikatakan bahwa pendekatan konseling kelompok rasional emotif itu tidak hanya menghapus gejala saja, namun untuk mendorong konseli untuk menilai dirinya secara kritis dan mendasar (Corey, 2009). Pendekatan konseling kelompok rasional emotif bisa menghilangkan pikiran irrasional mereka dan menggantinya menjadi pemikiran yang realistis serta rasional, sehingga dapat menghilangkan

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

emosi yang dapat mengganggu kesehatan psikis mereka seperti rasa benci, cemas, takut. menghilangkan berbagai gangguan emosional yang dapat merusak diri. (Willis, 2004:77).

Sugiharto (2005:4), menyatakan pendekatan rasional emotif merupakan corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dan akal sehat (*rational thinking*), berperasaan (*emoting*) dan berperilaku (*acting*), serta sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Pendekatan konseling kelompok Rasional Emotif sangat cocok untuk diterapkan pada terapi kelompok karena konseli memiliki kesempatan untuk mempraktekkan tingkah laku-tingkah laku baru seperti mengambil resiko, melatih kemampuan untuk dan mengerjakan tugas rumah secara berkelanjutan yang dilakukan setelah konseling berakhir, seperti latihan asertif, permainan peran dan berbagai kegiatan pengambilan risiko lainnya. Mereka bisa belajar serta melatih kemampuan sosial dengan berinteraksi dengan individu lain setelah diadakan pertemuan kelompok. Tiap anggota maupun pemimpin kelompok bisa mengamati dan memberikan *feedback* kepada satu sama lain. Dalam *setting* kelompok para konseli bisa melibatkan diri ke dalam peristiwa kontak-kontak kelompok yang dirancang untuk menunjang suatu perubahan filosofis yang radikal.

Tujuan pendekatan konseling kelompok rasional emotif dalam pencapaian konsep diri positif ini adalah untuk merubah serta memperbaiki sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan dan pandangan konseli yang irrasional dan tidak logis menjadi pandangan yang rasional dan logis. Menurut Ellis (1998:255-256) terdapat 7 gagasan irasional yang menonjol yang terus menerus diinternalisasi dan tidak dapat dihindari mengakibatkan kekalahan diri, diantaranya adalah sebagai berikut:

- (1) gagasan bahwa sangat perlu bagi orang dewasa untuk dicintai atau disetujui oleh setiap orang yang berarti dimasyarakatnya;
- (2) gagasan bahwa seseorang harus benar-benar kompeten, layak, dan berprestasi dalam segala hal jika itu menginginkan dirinya dihormati;
- (3) gagasan bahwa orang-orang

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

tertentu buruk, keji, atau jahat, dan harus dikutuk dan dihukum atas kejahatannya; (4) gagasan bahwa lebih mudah menghindari daripada menghadapi kesulitan-kesulitan hidup dan tanggung jawab pribadi; (5) gagasan bahwa merupakan bencana yang mengerikan apabila hal-hal menjadi tidak seperti diharapkan; (6) gagasan bahwa ketidakbahagian manusia terjadi oleh penyebab-penyebab dari luar dan bahwa orang-orang hanya memiliki sedikit atau tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan kesusahan-kesusahan dan gangguan-gangguan; (7) gagasan bahwa masa lalu adalah determinan yang terpenting dari tingkah laku seseorang sekarang dan bahwa karena dulu sesuatu pernah mempengaruhi kehidupan seseorang, maka sesuatu itu sekarang memiliki efek yang sama.

Gagasan irasional di atas membutuhkan perlakuan berupa pendekatan konseling kelompok rasional emotif yang diberikan pada klien bertujuan agar konseli dapat meraih pencapaian konsep diri positif dalam mengembangkan diri, meningkatkan tingkah laku kognitif dan afektif yang positif seoptimal mungkin. Pendekatan konseling kelompok rasional emotif yang menekankan pada perubahan pandangan keliru (irasional) menjadi pandangan yang masuk akal (rasional) yang tergambar dari perasaan dan perilaku positif dalam kehidupan. Gagasan irasional tersebut bisa dilawan dengan berpikir rasional yang logis, dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi rasional yang dijumpai oleh konsep-konsep kunci teori A-B-C Albert Ellis (Sudrajat, 2008).

Teori A-B-C dibangun oleh tiga pilar tingkah laku individu, diantaranya adalah *Antecedent Event* (A) yang merupakan pengalaman-pengalaman yang bisa memicu hal-hal yang dianggap menyebabkan rasa tidak bahagia, *Beliefs* (B) yang merupakan keyakinan yang bersifat irasional, bersifat merusak diri dan yang menjadi sumber rasa tidak bahagia, dan *Consequence* (C) yang merupakan konsekuensi yang berupa gejala neurotik dan emosi-emosi negatif (Sudrajat, 2008).

Dalam konseling kelompok rasional emotif terdapat dinamika yang mengacu pada interaksi sesama anggota kelompok dan konselor sebagai ketua kelompok, diantaranya adalah ketua kelompok membantah dan membujuk agar tidak mengikuti gagasan irasional konseli, mengajarkannya untuk berpikir rasional dan memberikan informasi bagaimana gagasan irasional tersebut dapat menimbulkan gangguan; memberikan tugas-tugas pekerjaan rumah agar mereka mampu melatih

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

tindakan rasional; memainkan peranan dan percontohan; pengendalian operan terhadap pemikiran dan perasaan; latihan keterampilan pengolaan diri; dan pemberian feedback antar anggota kelompok dengan supervisi konselor (Natawidjaja, 2009).

Dalam pelaksanaannya, pendekatan konseling kelompok rasional emotif menggunakan teknik-teknik yang menyesuaikan dengan kondisi konseli, diantaranya adalah teknik-teknik emotif efektif, teknik-teknik behavioristik, dan teknik-teknik kognitif.

Terapi konseling kelompok rasional emotif telah tercapai jika terdapat perubahan sikap dan perilaku pada konseli seperti pada minat kepada diri sendiri, minat sosial, pengarahan diri, toleransi terhadap pihak lain, fleksibilitas, menerima ketidakpastian, komitmen terhadap sesuatu yang diluar dirinya, berpikir ilmiah, penerimaan diri, berani mengambil resiko, dan mampu menerima kenyataan (Ellis, dalam Corey, 2009).

Dalam kelompok konseling, terdapat satu konselor yang nantinya berperan sebagai ketua kelompok dan bertanggungjawab atas penanaman nilai dan potensi akibat dari intervensi yang akan diterapkan. Corey (2009:477-478) menyatakan bahwa fungsi utama ketua kelompok adalah membantu anggota untuk menemukan jawaban yang kongruen dengan nilai mereka, dan perlu memberikan jalan pintas kepada anggota untuk menemukan jawabannya.

Ketua kelompok kemudian akan memberikan intervensi menggunakan teknik dengan ketentuan sebagai berikut:

- (1) Teknik yang digunakan memiliki tujuan terapeutik dan mendasari beberapa kerangka teoritis;
- (2) Pengeksplorasi diri dan pemahaman diri klien diarahkan serta diawasi oleh konselor;
- (3) Tiap teknik yang akan diterapkan menyesuaikan dengan keadaan tiap klien yang unik dan juga mendukung klien untuk menelusuri beberapa perilaku baru;
- (4) Ketua kelompok akan menyesuaikan teknik agar sesuai dengan latar belakang budaya serta keturunan klien;
- (5) Teknik digunakan untuk meningkatkan proses kelompok, bukan untuk menutupi kerja ketua yang tidak kompeten;
- (6) Teknik diterapkan dengan sikap yang sopan serta pada waktu tertentu, jika teknik tidak berfungsi dengan baik, maka akan diacuhkan;
- (7) Nada suara ketua saat berbicara harus persuasif secara konsisten dan memberikan kebebasan badi peserta untuk berpartisipasi atau tidak;
- (8) Ketua kelompok menggunakan

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

teknik yang telah mereka pelajari melalui pelatihan dan supervisi (Corey, 2009:477-478).

Perlu diketahui bahwa ketua kelompok harus tau bagaimana cara mengatasi hasil yang tak terduga. “Penting sekali bagi konselor untuk sadar akan potensi dari katarsis yang bisa muncul untuk memenuhi kebutuhan klien” (Corey, 2009:477-478).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka perlu adanya kajian dan penelitian tentang upaya pencapaian konsep diri positif dengan pendekatan konseling kelompok rasional emotif. Hal ini penting dilakukan, karena mahasiswa juga merupakan generasi penerus bangsa. Jika tidak dilakukan penelitian maka konsep diri mahasiswa tidak akan berkembang optimal, sebagaimana kondisi sekarang ini yang dialami oleh sebagian mahasiswa.

Perlu dipahami dan dicermati melalui suatu penelitian tentang konsep diri remaja akhir di era globalisasi. Konsep diri remaja akhir terutama berkaitan dengan lingkungan keluarga dari pola asuh orang tua, dan lingkungan pendidikan formal di perguruan tinggi terutama terkait dengan interaksi bersama teman, pengajar, maupun personil akademik. Lingkungan terakhir yang tidak kalah penting adalah lingkungan masyarakat terkait dengan persaingan dan prestasi. Konsep diri dari remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017), akan diteliti menggunakan pendekatan konseling kelompok rasional emotif.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Fokus penelitian ini adalah konsep diri positif dalam diri mahasiswa. Pada saat ini, perkembangan konsep diri secara optimal sangat penting sebab akan mewarnai berbagai perilaku positif mahasiswa. Kecenderungan tuntunan perkembangan jaman memaksa individu untuk mengikutinya, padahal tidak semua perkembangan yang terjadi tidak seharusnya diikuti oleh mahasiswa.

Jika mahasiswa mengikuti apa yang terjadi maka akan cenderung mengalami *culture shock* (keterkejutan budaya), sehingga akan serba meniru budaya-budaya yang datang tanpa penyaringan yang tepat. Akibatnya

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

perkembangan konsep diri tidak utuh karena mereka cenderung terbawa arus perubahan yang terjadi. Penelitian pencapaian konsep diri positif yang terkait dari banyak aspek diantaranya fisik, psikis, moral, dan sosial pada mahasiswa harus dilakukan. Karena ketidaksesuaian, kekurangan, ketidaknyamanan, dan kegagalan mempengaruhi mahasiswa dalam bersikap rasional atau irasional akan terjadi di generasi sekarang. Beberapa hasil penelitian tentang konsep diri negatif terkait dengan sikap irasional antara lain, sebagai berikut:

- a. Dari penelitian yang dilakukan oleh Slaninova & Stainerova (2014:46-471) dengan judul "*Trauma as a component of self concept of undergraduates*" menyimpulkan bahwa trauma sebagai komponen dari konsep diri mahasiswa memiliki dampak yang signifikan. Dampak trauma pada konsep diri mahasiswa menyebabkan lebih rendahnya penerimaan diri, citra diri dan harga diri, hal inilah yang teridentifikasi sebagai sumber dari kecemasan dan gejala depresi dari beberapa individu.
- b. Dari penelitian yang dilakukan oleh Hsieh & Stright (2012) dengan judul "*Adolescents' Emotion Regulation Strategies, Self-Concept, and Internalizing Problems*" menyimpulkan bahwa strategi Pengaturan Emosi Masa Remaja, Konsep Diri, dan Internalisasi Masalah penelitian ini menguji hubungan antara strategi regulasi emosi remaja (penindasan dan penilaian kembali kognitif), konsep diri, dan internalisasi masalah menggunakan permodelan persamaan struktural. Temuan mendukung hipotesis bahwa konsep diri menengahi hubungan antara regulasi emosi dan masalah internalisasi. Masalah internalisasi adalah perilaku yang terfokus ke dalam, seperti penarikan dari hubungan, kecemasan, depresi, atau masalah somatik (Achenbach & Edelbrock, 1978). Tingginya kadar masalah internalisasi dapat menyebabkan perkembangan depresi, yang merupakan gangguan kejiwaan yang paling umum di Amerika Serikat.

Berbagai dampak konsep diri negatif dalam diri seseorang membutuhkan pendekatan kongkrit untuk mencapai konsep diri positif. Konsep diri negatif membentuk pola irasional dalam diri sehingga dibutuhkan pendekatan yang

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

mengembalikan kemampuan dalam diri untuk rasional dalam membuat keputusan. Oleh sebab itulah fokus dari penelitian ini adalah pencapaian konsep diri dengan pendekatan konseling kelompok rasional emotif untuk pencapaian yang positif dan rasional serta memiliki sumbangan utama yang menekankan pada keharusan praktek dan bertindak menuju perubahan tingkah laku.

Rumusan masalah penelitian:

- a. Seperti apakah konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya sebelum dilakukan pendekatan konseling kelompok rasional emotif?
- b. Seperti apa pendekatan konseling kelompok rasional emotif yang efektif untuk pencapaian konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya?
- c. Seperti apakah konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada mahasiswa di Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya setelah memperoleh pendekatan konseling kelompok rasional emotif?
- d. Bagaimana efektivitas pendekatan konseling kelompok rasional emotif untuk pencapaian konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan akhir dalam penelitian ini adalah menghasilkan pendekatan konseling kelompok rasional emotif yang efektif untuk mencapai konsep diri positif mahasiswa semester II Tahun Akademik 2015/2016 di Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya. Secara lebih operasional, penelitian ini bertujuan dapat mengungkap dan menemukan:

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

- a. Gambaran konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya sebelum dilakukan pendekatan konseling kelompok rasional emotif.
- b. Gambaran pendekatan konseling kelompok rasional emotif yang efektif untuk pencapaian konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya.
- c. Gambaran konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada mahasiswa di Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya setelah memperoleh pendekatan konseling kelompok rasional emotif.
- d. Efektivitas pendekatan konseling kelompok rasional emotif untuk pencapaian konsep diri remaja akhir (mahasiswa UNIPA semester I – II tahun akademik 2016/2017) pada Universitas PGRI Adi Buana (UNIPA) Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

Secara teoritis penelitian ini memberikan manfaat untuk memperkaya khazanah teori konsep diri dengan pendekatan konseling kelompok rasional emotif yang membuat penelitian ini baru dan belum ada dari penelitian-penelitian sebelumnya, serta mengembangkan kajian dalam merancang suatu pendekatan konseling kelompok rasional emotif untuk mencapai konsep diri positif pada mahasiswa.

Secara praktis penelitian ini memberikan manfaat bagi konselor, mahasiswa dan peneliti lanjutan. Penjabaran dari manfaat penelitian ini secara praktis, sebagai berikut :

(1) Bagi Konselor

Unit Layanan Konseling, atau yang berijazah BK (S1, S2, S3) Rujukan dalam layanan konseling terutama dalam konseling sosial, pribadi dan karir yang akan menghasilkan rancangan pendekatan konseling kelompok rasional emotif. Penerapan konsep diri individu

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

secara maksimal membutuhkan konselor yang memiliki ketrampilan dalam mengantarkan individu berpikir sistematis.

(2) Bagi Mahasiswa

Mahasiswa mampu mencapai konsep diri secara optimal sehingga mengantarkan keberhasilan berkarir.

(3) Bagi Peneliti lanjutan

Peneliti selanjutnya mampu menindak lanjuti penelitian yang terkait dengan variabel pendekatan rasional emotif, konseling kelompok, konsep diri.

1.5 Struktur Organisasi Disertasi

Studi penelitian disertasi ini disusun dengan berlandaskan struktur organisasi yang terdiri atas 5 (lima) bab. Pada masing-masing bab terdiri atas beberapa sub-bab yang bertujuan memperjelas ruang lingkup dan cakupan permasalahan yang diteliti. Adapun urutan tiap bab sebagaimana dimaksud sebagai berikut.

Bab I Pendahuluan, berisi latar belakang masalah, identifikasi dan perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi disertasi. Dengan dikemukakannya hal-hal tersebut, maka lebih dipahami lagi apa yang menjadi latar belakang dan masalah yang diangkat dalam penelitian ini serta tujuan dan manfaat atau signifikansi serta struktur organisasi dari disertasi ini.

Bab II Kajian Pustaka yang memaparkan tentang paradigma maupun teori yang berkenaan dengan penelitian ini yaitu paradigma dan teori konsep diri yang menguraikan tentang pengertian konsep diri, indikator konsep diri positif, pencapaian konsep diri serta teori yang berhubungan dengan RET yaitu pengertian konseling RET, tujuan dan proses terapi, fungsi dan peran terapis, operasional tugas terapis yang terkait juga dengan konseling kelompok. Antara lain definisi konseling kelompok, keunggulan konseling kelompok, alasan penggunaan konseling kelompok.

Bab III Metode Penelitian, menguraikan beberapa hal yang berkaitan dengan penggunaan metodologi penelitian yang mencakup: desain penelitian,

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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

partisipan, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, serta analisis data. Bagian ini memberikan gambaran tentang pelaksanaan penelitian, seperti bagaimana cara memperoleh data, dimana lokasi penelitian, melibatkan siapa dan bagaimana data diolah. Dengan kata lain bagian ini memberi gambaran mengenai bagaimana cara penelitian ini dilakukan guna mencapai hasil dan tujuan penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Dalam bab ini berisi dua hal utama yaitu pengolahan atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis temuan. Pada bab ini, akan diuraikan ulasan tentang hasil analisis terhadap data penelitian. Pembahasan hasil penelitian menyajikan keterkaitan hasil penelitian dengan model konsepsi dan konsep-konsep yang digunakan dalam penelitian. Selain itu, bagian ini juga menyajikan temuan penelitian, implikasi hasil penelitian berupa implikasi teoritis dan praktis; serta keterbatasan penelitian.

Bab V Simpulan, implikasi, dan rekomendasi menguraikan simpulan, implikasi, dan rekomendasi penelitian. Pada bab ini dikemukakan kesimpulan secara umum yaitu melalui uraian padat sebagai usaha untuk menjawab pertanyaan penelitian atau rumusan masalah. Kesimpulan juga disajikan dalam bentuk rumusan khusus yang langsung mengarah pada butir-butir sebagai jawaban atas masalah dalam penelitian disertasi ini. Bagian ini juga mengemukakan tentang implikasi hasil penelitian baik secara teoritis maupun praktis. Rekomendasi pada penelitian ini ditujukan kepada pembuat kebijakan, pengguna dan peneliti berikutnya khususnya yang berkaitan dengan temuan yang pokok dari penelitian disertasi ini. Simpulan penelitian terdiri atas simpulan inferensi dan simpulan substantansi yang diuraikan secara sistematis sesuai dengan pertanyaan penelitian. Rekomendasi dirumuskan bagi dosen wali, konselor konseling dan konseling di perguruan tinggi, dan penelitian selanjutnya.

JAHJU HARTANTI, 2018

PENCAPAIAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN PENDEKATAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PADA REMAJA AKHIR

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