

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi masalah, pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian yang dihadapkan dengan fenomena, temuan penelitian pendukung mengenai *Inferiority Feelings*, *Striving for Superiority*, Intervensi, hingga kesenjangan yang ditemukan, dan temuan hasil lapangan di XI SMA Labschool UPI Tahun Ajaran 2022/2023.

1.1. Latar Belakang

Era digital menjadikan kecanggihan teknologi sebagai bagian besar kehidupan remaja. Kemampuan adaptif dan literasi digital remaja berperan pada perkembangannya dalam era kelekatan dengan kecanggihan teknologi. Remaja yang memiliki literasi digital yang baik dapat menjadikan kecanggihan teknologi penunjang proses eksplorasi diri ke arah positif. Derasnya arus informasi era digital pada remaja dan kemampuan literasi yang cenderung rendah menjadikan remaja berada cenderung pasif, tenggelam, dan banyak melakukan komparasi sosial yang berakibat pada perasaan ragu. Salah satunya dampaknya remaja menjadi tidak memahami bahwa pengguna teknologi saat ini tidak cukup memahami cara menggunakan namun harus memiliki literasi digital yang baik. Kemampuan literasi digital pada remaja di era digital membantu remaja memahami kegiatan digitalnya secara baik sehingga lebih mampu bereksplorasi diri sebagai tahap perkembangan remaja.

Adler berpendapat terdapat banyak individu yang sudah mencapai tahap perkembangan, namun seolah-olah merasa masih harus tumbuh. Adler memiliki keyakinan bahwa setiap individu berusaha memenuhi tujuan yang dikenal sebagai konsep *striving for superiority*. Tujuan dalam *striving for superiority* menjadi kekuatan bagi semua individu merasa memiliki motivasi. Penekanan yang jelas pada *striving for superiority* menunjukkan bahwa jiwa individu dapat berkembang hanya ketika tujuan telah ditetapkan (Adler, 1927, hlm. 57).

Kebutuhan diri untuk memenuhi tujuan menjadikan individu sebagai makhluk dinamis yang berkembang. Pengembangan diri terjadi apabila adanya kesadaran akan pemenuhan tujuan. Kesadaran pemenuhan tujuan menjadi penting karena individu di dalam hidupnya dihadapkan dengan berbagai realitas, individu yang memiliki kesadaran mampu melihat mimpi layak diperjuangkan, bahwa suatu mimpi tidak lahir tanpa pengorbanan dan memerlukan usaha. Usaha pemenuhan ini membuat individu aktif dapat mengimbangi perasaan *inferiority*, bahkan memiliki arah orientasi berpikir untuk memiliki aksi berkembang, dari pada pasif dan tenggelam dalam *inferiority*.

Individu yang tenggelam di dalam perasaan *inferiority* sulit memiliki motivasi untuk *striving for superiority*, sehingga berkembang menjadi individu yang cenderung kurang terlibat dalam perasaan *social interest*. Menurut Adler *social interest* yang dirasakan individu membawa individu kepada sikap prososial. Sedangkan individu yang kurang terlibat dalam *social interest* dalam proses *striving for superiority* membuat *inferiority* berkembang kearah antisosial yang mengarah pada keunggulan diri yang kompetitif dari pada kooperatif hal ini disebut sebagai *inferiority complex* dan *superiority complex*. Individu yang merasa *inferiority complex* sulit diterima di masyarakat atau lingkungan karena memiliki karakteristik cenderung merasa tertekan karena ekspektasi di dalam dirinya memiliki kepercayaan diri yang sangat lemah, begitu juga dengan *superiority complex* cenderung merasa unggul dari individu lain juga berlebihan terhadap penilaian diri. *Striving for superiority* yang dimaksud Adler menunjukkan arah perkembangan pada kelengkapan individu juga sikap prososial, maka diharapkan individu memiliki *social interest* di berbagai perkembangan individu dan era, seperti saat ini berada dalam era *digital native*.

Era *digital native* menjadikan kecanggihan teknologi sebagai bagian besar kehidupan remaja. Bagaimana remaja *digital native* menggunakan kecanggihan teknologi dapat menentukan arah terjadinya dampak. Remaja *digital native* dalam mengembangkan kompetensi kematangan intelektual memiliki ciri *curiosity* tinggi

saat eksplorasi diri bertujuan pengembangan diri (Santrock, 2014), masih terdapat remaja digital natives yang sering menggunakan teknologi secara berlebih dari pada kearah eksplorasi sehingga memerlukan arahan, dalam eksplorasi diri untuk pengembangan diri remaja sering dihadapkan dengan kebingungan mengimbangi perasaan rendah diri.

Perasaan rendah diri remaja di era digital sangat dipengaruhi oleh kematangan intelektualnya, salah satunya adalah pola pikir yang mendukung remaja untuk mandiri dan berkembang, dalam bahasa internasional dikenal dengan istilah *growth mindset*. Menurut PISA (2018) sebagian besar remaja di dunia masih berada pada pola pikir yang tidak membantu remaja untuk mandiri untuk berkembang terkecuali Negara dengan kualitas pendidikan yang baik yaitu Austria, Denmark, Estonia, Jerman, Irlandia, dan Inggris. Penerapan *growth mindset* dan literasi yang baik di Negara maju membuat remaja menerapkan *growth mindset* ketika merasakan ragu atau ketidakmampuan. Indonesia memiliki skor 40 dari total skor 100, kondisi ini menuntut Indonesia untuk meningkatkan literasi dan *growth mindset* agar remaja mandiri dan berkembang ketika dihadapkan dengan rendah diri seperti ragu atau ketidakmampuan.

Perasaan rendah diri dapat dijelaskan melalui teori Adler, salah satu konsepnya yaitu *inferiority feelings*. Adler memiliki pandangan semua manusia terlahir dalam keadaan *inferiority* (lemah, rendah diri) dan dalam hidupnya manusia harus berusaha memenuhi *superiority* (keadaan mampu) disebut *striving for superiority* (Hall & Lindzey, 1985). Rasa rendah diri tidak dipandang sebagai sesuatu kekuatan negatif. Menurut Adler perasaan rendah diri memunculkan motivasi untuk menguasai keadaan, perasaan rendah diri sebagai fondasi perjuangan individu bergerak dari yang serba kekurangan ke arah mampu atau *striving for superiority* (Natawidjaja, 2009, hlm. 221-222).

Proses *striving for superiority* diawali dengan kesadaran bahwa *inferiority feelings* suatu keadaan yang layak diperjuangkan, sehingga tidak tenggelam *inferiority feelings* atau rendah diri, proses *striving for superiority* bagian dari

pikiran, emosi seperti perasaan ragu yang kemudian menjadi perilaku. Individu yang merasa tenggelam dalam rendah diri cenderung sulit saat memulai *striving for superiority* diantaranya merasa emosi ragu membuat individu akan mudah untuk merasa untuk harus maju dan mundur dalam waktu bersamaan contohnya “saya berencana mencoba divisi baru itu, tapi”. Namun tidak menunjukkan gejala klinis (Adler, 1997, p. 31).

Striving for superiority yang dilakukan remaja saat ini dihadapkan kemajuan teknologi, remaja yang memiliki pola pikir berkembang mampu memandang *inferiority feelings* sebagai motivasi dapat memanfaatkan teknologi untuk proses *striving for superiority*. Remaja saat ini berada pada era *digital native*, aktivitas kesehariannya melibatkan teknologi digital, dukungan kemudahan teknologi di kehidupan remaja generasi digital saat ini membawa pengaruh pada gaya komunikasi, dan sosialisasi remaja di tengah kecanggihan fiturnya (Prensky; 2001; Lin & Utz, 2015; Kenedy, 2019). Kemudahan akses informasi remaja *digital native* akan memudahkan eksplorasi diri hingga kearah pengembangan diri. Proses eksplorasi diri dan pengembangan diri melalui sosial media atau *platform* lainnya bahkan dapat dilakukan hingga jenjang internasional, memanfaatkan jejaring untuk memperluas perspektif, mencari informasi pengembangan diri atau karir, dan menggunakan sosial media dengan literasi untuk mencari referensi pengembangan diri.

Remaja *digital native* saat cenderung melakukan perbandingan hanya secara *upward* di social media rentan merasakan ketidakmampuan untuk *striving for superiority* saat merasa *inferiority feelings* (Festinger, 1954). Remaja memiliki tendensi *inferiority* setelah membandingkan diri dengan target superior dalam konteks kompetitif. Sedangkan dalam konteks kooperatif, keuntungan orang lain juga menguntungkan diri sendiri, menciptakan kepentingan bersama yang membuat proses inklusi (yaitu, menjadikan target perbandingan sebagai representasi diri) (Colpaert et al., 2015; Schwarz & Bless, 2007). Setelah melakukan perbandingan secara kompetitif individu akan merasa *inferiority* dan

sulit mengekspresikan dan mengeksplorasi diri, sehingga diperlukan pemahaman pola pikir berkembang dalam *striving for superiority* (Morrison & Johnson, 2011).

Dinamika *striving for superiority* di Negara maju dipengaruhi oleh kecanggihan teknologi yang lebih tinggi namun didukung dengan literasi dan *growth mindset*, menjadikan remaja di negara maju mampu melakukan eksplorasi diri secara positif. Hal ini perlu dipelajari secara lanjut karena individu yang tidak mampu berpikir *inferiority feelings* sebagai proses *striving for superiority* akan cenderung mudah merasa tidak cukup baik, tidak layak ketika melihat lingkungannya baik dalam aspek kehidupan seperti pertemanan, intelegensi, atau aspek fisik (Steers et al.; Kenedy, 2019). Negara berkembang khususnya di Indonesia dengan teknologi yang masih berkembang dan maraknya sosial media belum didukung dengan literasi dan *growth mindset* sehingga terjebak didalamnya seperti menggunakan sosial media dengan komparasi sosial dan cara menggunakan sosial media tanpa tujuan yang jelas. Informasi tentang apa yang orang lain dapat dan tidak dapat lakukan, atau apa yang orang lain miliki dan belum tercapai, atau hal apa yang individu lain miliki atau tidak dimiliki, sering digunakan untuk mengevaluasi diri sendiri secara negatif. (Corcoran et al., 2011; Zheng, 2018). Remaja menjadi pasif dalam menerima informasi tidak melakukan analisis ulang, tidak mandiri memutuskan hasil informasi cenderung mengikuti arus dari informasi yang diperolehnya, kebiasaan ini menghantarkan remaja melakukan perbandingan diri lalu mendiagnosa secara mandiri, sehingga menjadikan remaja memiliki keyakinan (*believe*) yang salah dan menghambat proses *striving for superiority* baik pada perilaku secara akademis atau non akademis.

Berdasarkan penelitian pendahuluan pada remaja sekolah menengah atas ditemukan indikator peserta didik, merasa belum mampu memaknai *inferiority feelings* dari sudut pandang pola pikir berkembang, yaitu *inferiority* sebagai suatu kondisi yang dipahami harus menjadi motivasi terutama kaitannya dengan kegiatan remaja digital native di masa pandemik COVID-19 diantaranya (1) menunggu ajakan teman untuk masuk dalam pembentukan kelompok (2) banyak siswa

berteman dengan hanya berteman dengan teman satu SMP (3) banyak siswa bertanya kepada guru BK tentang menghindari cemas saat sosialisasi dengan teman setelah online learning (4) belum memiliki keberanian untuk menunjukkan keterampilannya di dalam kelas atau ekstrakurikuler yang dipilihnya (5) melakukan perbandingan antara gambaran diri dengan gambaran teman seusia yang di posting di sosial media (6) fokus terhadap posting sosial media dari pada perkembangan diri dari hari ke hari (diwaktu senggang mengisi dengan bermain social media).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, pada masa pandemik COVID-19 kegiatan sekolah dilakukan secara daring. Remaja memiliki tendensi berlebih menggunakan sosial media sebagai salah satu hiburan, karena merasa jenuh dihadapkan keterbatasan aktivitas sosial saat tidak terkoneksi dengan teman dalam dunia nyata hingga merasa takut ketinggalan. Profil konten sosial media saat ini bersifat maya penuh dengan citra ideal yang semu menjadi acuan dalam mengenal teman maka remaja sering merasa rendah diri karena terus melihat citra ideal namun belum memahami hal tersebut semu dan tenggelam dalam perasaan rendah diri (Verduyn et al., 2020; Ahmad, 2017; Lin & Utz, 2015; Pittman & Reich, 2016; Jimmefors, 2014). Remaja perlu memahami bahwa kebutuhan akan kompetensi dan otonomi melalui kognisi akan mendasari pola pikir berkembang untuk menemukan motivasi dalam mencapai tujuan (Deci, 2005). Disimpulkan ketika remaja digital native mampu memiliki pola pikir bahwa perasaan *inferiority feelings* sebagai peluang peningkatan kompetensi dan perlunya otonomi untuk menentukan motif mana yang tepat dalam *striving for superiority* sesuai perkembangan kognisinya di tengah deras arus informasi disrupsi.

Kognitif remaja berada pada tahap formal operasional pada usia 11 – 15 tahun memiliki ciri kognitif mulai mampu berpikir abstrak, idealis, dan logic. Remaja memproses informasi dengan cara asimilasi dan akomodasi. Asimilasi adalah proses menambahkan informasi baru yang sudah ada sedangkan akomodasi adalah bentuk penyesuaian lain yang melibatkan pengubahan atau penggantian skema akibat adanya informasi baru yang tidak sesuai dengan skema yang sudah ada.

Kompetensi kognitif remaja yang berpikir idealis membuat remaja sering memiliki tolak ukur dari standar yang ideal (Santrock, 2014).

Pada aktivitas digital sosial media, remaja dihadapkan kepada distrupsi informasi ditandai dengan cepatnya berbagai posting konten sosial media dalam hitungan detik hal ini dipengaruhi oleh sistem komputerisasi algoritma, sehingga belum sempat berpikir remaja sudah dihadapkan kembali dengan posting, karakteristik remaja yang berada pada berpikir secara idealis, membuat remaja menjadikan posting social media sebagai standar idealisnya, sehingga pemrosesan informasi secara asimilasi dan akomodasi tidak terjadi dalam situasi diskusi, remaja di control oleh sosial media karena tidak memiliki literasi digital. Menurut teori Adler ketika individu tidak melakukan interaksi dalam hal ini diskusi saat memproses informasi akan memberikan tendensi *inferiority feelings*. Konsep Adler mengenai *Fictional Finalism* menjelaskan bagaimana algoritma bagi remaja menjadi “*believe*” dan standar ideal.

Disimpulkan Adler menjelaskan konsep ini sebagai finalisme fiksi atau tujuan, gagasan bahwa ide menjadi “*believe*” akan memandu perilaku individu berjuang sesuai keyakinannya. Ketika individu memiliki tujuan atau keyakinan bahwa siswa yang baik adalah yang menjalankan perintah maka tujuan tersebut akan menjadi “Guide” bagi individu untuk mematuhi aturan dan perintah (Watts & Holden dalam Schultz & Schultz, 2015). Pada aktivitas digital sosial remaja, standar ideal akibat algoritma menjadi finalisme fiksi yang akan membawa remaja pada *perasaan inferiority feelings*. Maka keyakinan dari pikiran remaja perlu menjadi perhatian intervensi kognitif.

Menurut Adler apabila individu dalam *striving for superiority* mengalami hambatan dan tidak dapat melewati *inferiority feelings* akan berkembang menjadi *inferiority complex* (Hall & Lindzey, 1985) hal ini merupakan perasaan rendah diri yang klinis, maka keduanya harus diberikan perhatian dan dicegah dalam kegiatan psikoedukasi. Pada lingkungan sekolah dalam rangka memecahkan permasalahan yang dihadapi siswa, ada salah satu kegiatan psikoedukasi sekolah, yaitu layanan

bimbingan dan konseling. Dalam rangka mewujudkan layanan sekolah yang profesional, bimbingan dan konseling diharapkan memiliki kemampuan, terutama ketika konselor sekolah melakukan layanan berdasarkan komponennya baik itu layanan dasar preventif atau responsif.

Disimpulkan bahwa *inferiority feelings* merupakan wilayah kajian preventif / bimbingan, merujuk pada konsep Adler, karena semua manusia merasakan *inferiority feelings* dan akan berusaha bergerak ke arah *striving for superiority*, sedangkan *inferiority complex* merupakan bentuk akumulasi *inferiority feelings* yang tidak ditangani, maka termasuk wilayah kajian responsif.

Penelitian inferiority banyak dilakukan pada cluster (1) multicultural yaitu melihat perspektif ras minoritas, stereotip dan melihat tokoh di dalam sastra melakukan *striving for superiority* (2) melihat korelasi pada perilaku manusia yang melibatkan aspek psikologis lain (3) performa akademik, baik itu prestasi akademik atau kegiatan di kelas (4) intervensi yang dilakukan oleh profesional dalam ranah klinis dan konselor sekolah. Pola penelitian *inferiority feelings* selama ini hanya melihat perspektif subyek dalam kondisi tertentu seperti kelompok minoritas, stereotip masyarakat. Pola penelitian *inferiority feelings* hanya sampai pada ranah perspektif suatu kondisi subyek, namun belum menunjukkan kondisi subjek di waktu tertentu khususnya masa saat ini pandemic covid 19. Masih jarang dilakukan penelitian *inferiority feelings* pada remaja digital natives.

Berdasarkan fenomena dan pandangan teoritis diatas dapat diartikan remaja masih tenggelam dalam perasaan *inferiority feelings* dalam pesatnya teknologi canggih dirupsi, karena belum mampu memaknai *inferiority feelings* dari sudut pandang pola pikir berkembang untuk menemukan motivasi, referensi pengembangan diri. Perasaan inferiority remaja belum didukung dengan kesiapan kognitif remaja dalam memandangnya dari pola pikir berkembang untuk menemukan motivasi *untuk striving for superiority* (Trifiro, 2018; Nesi et al., 2018; Anna, 2019; Noon, 2020; Jan et al., 2017). Kecanggihan teknologi dan derasnya arus informasi memberikan tendensi pada perasaan *inferiority feelings* daripada

munculnya bentuk usaha diri kreatif untuk memanfaatkan teknologi dalam *striving for superiority*. Fenomena ini Menyebabkan remaja membutuhkan suatu pola pikir berkembang sebagai pemahaman melalui Intervensi.

Namun pada cluster layanan *inferiority feelings*, area layanan langsung mengarahkan pada *striving superiority* tanpa proses kognisi. Banyak individu yang tidak memahami keadaan *inferiority* sebagai motivasi menuju *superiority*. Pola penelitiannya adalah layanan langsung dilakukan implementasi individu langsung menggerakkan diri kreatif, resiko dari area intervensi seperti ini ketika individu dihadapkan dengan *inferiority feelings* kembali akan merasakan kebingungan menghadapinya. Sedangkan menurut Adler *inferiority feelings* dan *striving to superiority* adalah siklus yang akan terulang selama kehidupan (Adler,1997).

Upaya untuk melatih individu agar terhindar dari perilaku ragu, maka langkah yang dapat dilakukan yaitu, untuk memberikan pemahaman bahwa individu memiliki kemampuan untuk menghadapi setiap kesulitan dan memecahkan masalah dalam kehidupan, melalui pemahamanlah finalisasi fiksi positif memiliki kecenderungan terbesar akan terbentuk. (Adler, 1997). Berdasarkan kajian diatas maka fokus penulisan berada pada intervensi kognitif.

Strategi kognitif melalui reframing sebagai asimilasi dan akomodasi dimana pemahaman yang sudah ada diberikan pemahaman baru seperti contoh di atas dimana momen baik di sosial media bisa dijadikan sebagai inspirasi (*Hobfoll dalam Jiang & Ngien, 2020*)., dan membantu remaja untuk mengingat kembali pemahaman dirinya. Selain itu ditengah popularitas instagram dan sosial media lainnya, Pendidik di sekolah harus mengambil peran untuk membimbing penggunaan instagram yang sesuai agar individu dapat sehat secara psikologis (*Jiang & Ngien, 2020*). Strategi kognitif didasarkan pada model psikoedukasi terstruktur, menekankan peran otonomi untuk melakukan “*home work*”, menempatkan tanggung jawab pada konseli untuk mengambil peran aktif, dari berbagai strategi kognitif dan perilaku untuk membawa perubahan (Corey, 2009). Strategi kognitif tidak menempatkan pandangan pada manusia yang kontradiktif

dengan Adler yang berfokus pada “saat ini”, dan memiliki kesamaan tujuan yaitu dapat memiliki arah psikoedukasi.

Berdasarkan temuan fenomena yang erat kaitannya dengan remaja saat ini dengan memperhatikan hasil *literatur review* masih ditemukan kekosongan penelitian yaitu mengenai *inferiority feelings* dan tantangan remaja era digital serta kemungkinan layanan yang diberikan sehingga penulis tertarik untuk meneliti Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Kognitif Perilaku untuk Meningkatkan *Striving for Superiority* pada Remaja Kelas XI di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bumi Siliwangi Tahun Ajaran 2022/2023.

1.2. Identifikasi Masalah

Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanannya di sekolah memiliki perspektif perkembangan yang melihat peserta didik memiliki potensi untuk berkembang. Penelitian memfokuskan dalam upaya pengembangan potensi agar peserta didik mampu beradaptasi dengan tantangan, menggunakan konsep psikologi individual Adler salah satunya melalui layanan bimbingan dan konseling dengan fokus Atribut kepribadian Adler yaitu *striving for superiority* dan *inferiority feelings*. Adanya kesulitan dalam memaknai bahwa *Inferiority feelings* adalah suatu hal yang perlu diusahakan dengan *striving for superiority*, apabila tidak dihadapi membuat remaja menjadi tenggelam dalam perasaan rendah diri, ragu dan ketidakmampuannya (*inferiority feelings*) dan hal ini berkontribusi terhadap kecenderungan depresi (Appel, 2015). Individu yang memiliki keyakinan (*believe*) sulit memaknai *inferiority feelings* sebagai motivasi untuk *striving for superiority* cenderung memiliki motivasi beraktivitas yang rendah (Vogel). *Inferiority feelings* memiliki korelasi dengan ketakutan ketinggalan (*FoMO*) yang tidak didasari oleh otonomi (Jackson & Moustafa, 2021). Disimpulkan *striving for superiority* perlu didukung oleh kemampuan remaja memiliki keyakinan (*believe*) bahwa *inferiority feelings* dirasakan namun sebagai suatu hal yang harus diusahakan menjadi lebih baik dan otonomi kearah berani eksplorasi

diri dan menerima arus informasi agar mengetahui informasi mana yang akan membantu remaja. Maka dalam melakukan evaluasi remaja memerlukan pembekalan kompetensi kognitif yang baik melalui layanan bimbingan dan konseling pada bidang pribadi sosial.

Proses mengimbangi *Inferiority feelings* dengan *striving for superiority* pada remaja dapat ditindak lanjuti dengan intervensi. Penelitian Intervensi yang ada hanya berfokus pada bagaimana konseli memiliki kemampuan menghadapi *inferiority feelings* melalui teknik, beberapa diantaranya teknik manajemen diri (Kartika, 2017), teknik analisis transaksional melalui *role playing* (Dewi et al., 2014), *behavioral shaping* (Widyantari, 2017), teknik biblio edukasi dapat memberikan pengaruh signifikan pada perasaan rendah diri remaja (Ahmad & Karunia, 2017; Tumlu & Simsek, 2021).

Teknik diatas di analisis berdasarkan SWOT (*strength, weakness, opportunity, treat*) melihat rekomendasi penelitian dan dukungan teoritis. Hasil analisis teknik diatas memiliki pengaruh yaitu mengurangi perasaan *inferiority feelings*, namun (1) masih belum secara komprehensif karena modifikasi perilaku untuk *striving for superiority* hanya berfokus pada satu aspek dari *inferiority feelings* yaitu meningkatkan diri kreatif, secara ideal remaja juga perlu memahami asimilasi dari segi kognitif (2) teknik yang digunakan cenderung menggunakan teknik tunggal, sedangkan dalam konvensi peneliti untuk tidak menggunakan teknik tunggal. Teknik Bibilio untuk membangun diri kreatif lebih tepat digunakan pada tahap akhir sesi, karena teknik memiliki tujuan untuk penguatan remaja perlu memahami gaya hidup dengan pemahaman dari segi kognitif terlebih dahulu sebelum penguatan. Selain itu pola layanan lebih mengarah pada subjek penelitian yang banyak dilakukan dilingkungan universitas, sehingga berdasarkan perkembangannya mahasiswa sudah memiliki banyak pengalaman sebagai asimilasi untuk merefleksikan, sehingga lebih dibutuhkan oleh remaja yang masih memerlukan asimilasi.

Maka pemahaman melalui kognitif diperlukan sebagai proses asimilasi agar remaja saat dewasa awal sudah memiliki pemahaman untuk mengaktualisasikan diri kreatifnya di masa yang penuh dukungan perkembangan kreatif yaitu dewasa awal. Apabila remaja tidak banyak memiliki asimilasi, maka pada masa dewasa awal akan dihadapkan dengan tantangan yang berlebih dan puncak idealisme yang tinggi. Ancamannya adalah remaja kembali memahami tujuan yang salah dalam eksplorasi dirinya, remaja memerlukan *framing* yang lebih optimis, agar tidak keliru dalam memahami perasaan inferioritasnya, dapat mengoptimalkan perkembangan dirinya tidak terjebak untuk terus tenggelam dalam perasaan inferioritasnya.

Sehingga kognitif perilaku yang dibutuhkan dalam penelitian ini menekankan pada konstruksi keyakinan lama dengan *framing* baru maka menggunakan kognitif perilaku Aaron Beck untuk memiliki *framing growth mindset* untuk *striving for superiority*. Apabila kognitif perilaku Albert Ellis lebih menekankan pada reaksi pikiran terhadap emosi negatif yang kuat sehingga membentuk suatu pola pikir irasional, maka tidak sesuai dengan tujuan penelitian ini.

1.3. Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana gambaran umum *striving for superiority* remaja kelas XI di SMA Laboratorium (Percontohan) UPI ?
- b. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok kognitif perilaku untuk meningkatkan *striving for superiority* pada remaja kelas XI di SMA Laboratorium (Percontohan) UPI Tahun Ajaran 2022/2023 ?
- c. Bagaimana efektivitas bimbingan kelompok kognitif perilaku untuk meningkatkan *striving for superiority* pada remaja kelas XI di SMA Laboratorium (Percontohan) UPI Tahun Ajaran 2022/2023?

1.4. Rumusan atau Tujuan Penelitian

Berdasarkan analisis GAP dan *Cluster* penelitian diatas didapatkan tujuan penelitian sebagai berikut:

1.4.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui efektivitas bimbingan kelompok kognitif perilaku dalam meningkatkan *striving for superiority*.

1.4.2. Tujuan Khusus

Tujuan dari penelitian ini adalah membantu remaja memahami *inferiority feelings* dengan cara meningkatkan *striving for superiority* remaja khususnya dengan membekali pemahaman pada remaja agar tidak tenggelam dalam *Inferiority Feelings* dan dapat memahami sebagai motivasi. Menganalisa efektivitas pendekatan kognitif behavioral yaitu teknik reframing, journaling, dan biblio dalam membantu remaja memahami *inferiority feeling* sebagai suatu kondisi untuk menjadi motivasi saat *striving for superiority*.

1.5. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis bagi peneliti sendiri dan orang lain.

1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian dapat dijadikan pembanding untuk memperluas pemahaman dalam bimbingan dan konseling dengan layanan kognitif behavioral untuk membekali remaja menghadapi *inferiority feelings* dengan cara meningkatkan *striving for superiority*.

1.5.2. Manfaat Praktis

Penelitian sebagai bahan evaluasi untuk praktisi bimbingan dan konseling di sekolah dalam menerapkan bimbingan kelompok dengan *cognitive behavioral*

intervention untuk meningkatkan *striving for superiority* peserta didik yang berada pada kategori perkembangan remaja.