

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sekolah sebagai lembaga formal yang memiliki peran untuk memberikan pengetahuan dan juga ketrampilan dari berbagai kegiatan yang ada disekolah, baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Dengan mengikuti aktivitas yang ada disekolah memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan kemampuan dirinya secara optimal. Dalam pelaksanaan pendidikan disekolah terdapat berbagai jenis aktivitas belajar yang harus dilaksanakan dengan baik seperti mengerjakan tugas yang diberikan, memperhatikan dengan baik penjelasan guru saat belajar, berani mengemukakan pendapat dan beberapa aktivitas yang bisa dilakukan diluar jam pelajaran. Keberhasilan dalam menjanlankan aktivitas-aktivitas tersebut semata-mata ditentukan oleh kecerdasan intelektual saja, melainkan juga dengan keyakinan dan kesadaran akan tanggung jawab yang kuat.

Pada kenyataannya yang tidak dapat dihindari bahwa dalam proses pembelajaran sering terdapat berbagai masalah pada diri siswa, misalnya kurangnya partisipasi siswa selama pembelajaran berlangsung. Sehingga proses belajar yang dilaksanakan hanya menjadi tempat penyampaian informasi saja, yang dimana guru lebih aktif dan siswa berlaku pasif. Pastinya semua siswa mendambakan kesuksesan dalam belajar, untuk mencapai keberhasilan dalam pelaksanaan belajar maka kunci pertama yang harus dimiliki oleh setiap siswa adalah kepercayaan diri, karena dengan adanya rasa percaya diri tersebut akan

menimbulkan dorongan untuk memiliki prestasi dalam belajar (Dewi Meliani, 2018). Rasa percaya diri juga akan memiliki peranan besar dalam membantu siswa dalam melakukan interaksi dilingkungan sekolah maupun dalam hal prestasi belajar yang dimiliki oleh siswa. Menurut Thantaway (dalam Jauhar 2013) percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberikan keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Dengan adanya keyakinan yang kuat akan menjadi modal utama dalam mewujudkan dan mengembangkan segala potensi yang dimiliki. Rasa percaya diri yang dimiliki oleh individu juga berpengaruh terhadap perkembangan mental dan juga karakter yang dimiliki oleh individu. Memiliki mental dan karakter yang kuat akan menjadikan individu kuat ketika memasuki usia dewasa, sehingga individu mampu merespon dengan baik tantangan dengan lebih realistis. Kepercayaan diri juga membuat individu merasa nyaman berada dilingkungan yang ada disekitar individu tersebut, yang mana akan membuat individu yakin terhadap suatu langkah dan keputusan yang diambilnya agar dapat mencapai tujuan yang diharapkannya.

Menurut pendapat dari Clark (dalam Rahayu, 2013) bahwa kepercayaan diri anak dapat dibangun dan ditingkatkan melalui pembicaraan yang berifat mendukung individu, memberikan dorongan, meluangkan waktu agar terciptanya rasa kebersamaan, mengekspresikan rasa sayang melalui kata-kata dan tindakan, serta menciptakan peristiwa-peristiwa yang nantinya akan dikenang. Lalu menurut Lindenfield (dalam Rahayu, 2013) juga mengatakan beberapa faktor yang membangun rasa percaya diri anak, yakni rasa dicintai, rasa aman, memiliki panutan, peran lingkungan yang ada disekitar individu,

hubungan yang baik, memiliki kesehatan yang bagus, sumber daya yang mendukung, dukungan yang diberikan oleh orang sekitar, upah yang di dapat setelah melakukan sesuatu dan hadiah yang diberikan setelah membuahkan prestasi. Sudah jelas ini dapat membangun rasa percaya diri individu membutuhkan cinta, rasa aman serta dukungan yang diberikan oleh orang yang ada disekitarnya. Seorang individu yang dalam kondisi tertentu dapat merasa percaya diri karena adanya dukungan dari situasi dan kondisi lingkungan tertentu, terkadang seorang individu juga dapat merasa tidak percaya diri larena situasi dan kondisi lingkungan yang tidak mendukung dirinya untuk merasa percaya diri.

Karakteristik atau ciri-ciri individu yang mempunyai rasa percaya diri menurut J.F.Rini (2002) antara lain (1) percaya akan kemampuan atau kompetensi diri. (2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok. (3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dengan kata lain berani untuk menjadi diri sendiri. (4) Mempunyai pengendalian diri yang baik (tidak moody dan memeiliki emosi yang stabil. (5) Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri). (6) Memiliki cara pandangan yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungan diluar dirinya. (7) memiliki harapan yang realistic terhadap diri sendiri.

Berdasarkan kenyataan yang ada dilapangan pada saat peneliti, melaksanakan Praktik Lapangan di SMA Negeri 1 Petang yang dimulai pada tanggal 24 Januari 2022, yang berlokasi di Desa Petang, Kecamatan Petang

Kabupaten Badung, yang memiliki mayoritas siswa yang aktif dalam berkegiatan dilingkungan sekolah, tapi masih banyak yang menunjukkan rasa kurang percaya diri dalam mengikuti kegiatan pembelajaran maupun kegiatan diluar pembelajaran seperti ekstrakurikuler yang diikuti oleh masing-masing siswa. Gejala yang mudah dilihat misalnya pada saat guru meminta salah satu murid untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada siswa, siswa tersebut rasa terkejut dan takut karena ditanyai, lalu saat guru melaksanakan sesi diskusi kebanyakan siswa tidak ada yang berani untuk bertanya, dan saat ujian mereka mengaku lebih sering mencontek atau bekerja sama dengan teman yang lebih memahami mata pelajaran untuk meminta jawaban. Selain itu siswa juga merasa grogi ketika diminta untuk menjelaskan kembali apa yang telah disampaikan sebelumnya oleh guru, malu untuk mengemukakan pendapat dalam pelajaran atau bertanya pada saat sesi diskusi dimulai, merasa minder pada saat melaksanakan diskusi kelompok karena tidak adanya ide yang bisa individu sumbangkan untuk kelompoknya dan merasa cepat putus asa jika pendapat atau ide yang individu ini berikan kurang bisa diterima oleh anggota kelompok yang lain. Upaya yang telah dilakukan oleh pihak sekolah untuk mengatasi masalah kepercayaan diri tersebut belum dirasa mencapai hasil yang optimal. Beberapa upaya yang dilakukan diantaranya, dengan membentuk sebuah kelompok belajar, kemudian diberikan informasi terkait pentingnya dalam meningkatkan rasa percaya diri untuk meningkatkan keberhasilan dalam belajar yang di berikan oleh guru BK yang bersangkutan. Namun, sering dijumpai reaksi guru yang tidak memperhatikan keadaan siswanya dan beranggapan hal tersebut adalah hal yang biasa saja karena dirasa masalah yang

sepele, asalkan siswa ada didalam kelas dan mengikuti pelajaran dengan baik didalam kelas itu dirasa sudah cukup. Jika hal tersebut dibiarkan begitu saja maka sikap pesimis dan rendah diri dalam diri siswa akan meningkat dan membuat siswa kurang percaya diri akan dirinya. Tanpa adanya rasa percaya diri yang baik dan semangat, individu tersebut akan menjadi pribadi yang lemah.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis memilih judul ini karena ada beberapa hal yang telah membuktikan bahwa konseling *behavioral* sesuai dengan pendapat dari Corey (2003) mengatakan bahwa aspek paling penting dalam gerakan modifikasi tingkah laku adalah penekanan pada tingkah laku yang bisa didefinisikan secara operasional, diamati, dan dapat diukur. Terapi tingkah laku juga merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada pada berbagai teori belajar. Corey (2003) mengatakan bahwa *behaviorisme* adalah suatu pandangan ilmiah terkait tingkah laku manusia. Alasan dasar yang dimiliki ialah bahwa tingkah laku itu bersifat tertib dan percobaan yang dikendalikan dengan cermat akan membuka hukum-hukum yang memiliki kendali akan tingkah laku. Menurut Bootzin (dalam Komalasari, dkk, 2011) menyatakan bahwa konseling behaviorl dikenal dengan modifikasi perilaku yang bisa diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mngubah suatu perilaku. Pada dasarnya terapi tingkah laku akan diarahkan pada tujuan -tujuan untuk memperoleh ringkah laku baru dengan menghapuskan tingkah laku *maladaptive*, serta untuk memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Dalam konsep behavioral, perilaku manusia merupakan hasil dari belajar, sehingga dapat dimanipulasi

dan menyesuaikan dengan kondisi-kondisi belajar. Adanya beberapa model yang dapat digunakan dalam mengubah perilaku dengan menggunakan pendekatan behavioristik. Model yang dimaksud adalah model *Disensitisasi Sistematis, Implosive, Aversi dan Pengkondisian Operant*. Penulis memilih salah satu dari 4 model yang ada, pilihan dari penulis adalah *Pengkondisian Operant* dengan metode penguatan positif. Berdasarkan dari teori pengkondisian operan tersebut tingkah laku individu terbentuk atau dipertahankan sangat ditentukan oleh konsekuensi yang menyertai pemeentukan perilaku baru tersebut serta pengkondisian operan merupakan salah satu aliran utama dari pendekatan terapi yang berlandaskan dengan teori belajar. Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi Arum WMP pada tahun 2014, bahwa konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014. Secara umum konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* memberikan sumbangan khususnya bagi para siswa yang mengikuti konseling sehingga tindak lanjut dari penelitian ini maka disarankan. Tiga prinsip umumnya dimana setiap respon yang diikuti dengan adanya rangsangan yang memperkuat akan lebih cenderung diulang, maka akan meningkatkan penguatan dalam rangsangan untuk mengulangi suatu respon dan dalam susunan pengkodisian operan agar berbuat aktif untuk memperoleh *reward*.

Pada dasarnya dalam pengkodisian operan melibatkan pemberian ganjaran kepada individu atas munculnya tingkah lakunya (tingkah laku yang diharapkan) yang pada saat tingkah laku itu muncul. Dalam melaksanakan

teknik ini diyakini bahwa dimana suatu peristiwa yang dihadirkan dengan segera, nantinya mengikuti perilaku yang menyebabkan perilaku tersebut dapat meningkatkan arus perilaku yang diharapkan. Maka peristiwa tersebut menjadi perangsang yang akan mengubah motivasi ekstrinsik (motivasi dari luar diri) menjadi motivasi intrinsik (motivasi dari dalam diri). Kemudian penerapannya bisa berupa penguatan yang serta pemerkuat setelahnya seperti pujian dan dukungan. Jadi, dalam penguatan positif memiliki banyak keunggulan untuk meningkatkan dan memelihara perilaku. Letak keunggulan dari penguatan positif tidak hanya pada efektivitasnya saja, tetapi juga pada efek samping yang dihasilkan, karena subjek yang diberikan penguatan positif cenderung dapat membentuk kesimpulan pada dirinya, sehingga dirinya merasa berharga. Hubungan penerima dan pemberi penguatan pun akan menjadi baik dikarenakan pemberi dihubungkan dengan sesuatu yang menyenangkan. Dengan memberikan penguatan positif siswa akan merasa diberi dukungan serta dorongan untuk menjadi lebih baik sebelumnya. Beberapa peneliti juga ikut melengkapi keunggulan dari teknik penguatan positif untuk meningkatkan dan memelihara perilaku, Saraswati dalam penelitiannya membuktikan bahwa penerapan konseling behavioral teknik penguatan positif memiliki efektivitas untuk meningkatkan ketrampilan berkomunikasi antar pribadi siswa kelas X A Pemasaran SMK Negeri 1 Singaraja. Selanjutnya Dewi Arum WMP pada tahun 2014 dalam penelitiannya membuktikan bahwa konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* lebih efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Singaraja.

Oleh karena itu, tentu diperlukannya buku pedoman yang nantinya akan menjadi bahan acuan untuk guru BK dalam melaksanakan tugasnya disekolah. Itu dikarenakan konseling behaviorial memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku yang lama dapat diganti dengan tingkah laku yang baru, dan manusia juga dapat berpotensi untuk memiliki perilaku yang baik atau buruk. Selain itu juga, manusia dipandang sebagai individu yang bisa melakukan refleksi atau hal dilakukan secara tidak sadar atas tingkah laku yang dirinya lakukan, mengatur serta dapat mengontrol perilaku yang dimilikinya dan manusia juga dapat belajar tingkah laku baru atau yang dapat mempengaruhi perilaku orang lain.

Berdasarkan pemikiran serta kenyataan yang ada dilapangan tersebut, peneliti tertarik untuk mengangkat tema rasa percaya diri dan penguatan positif sebagai bidang kajian, maka peneliti bermaksud untuk mengkaji dan melakukan penelitian yang berjudul “Pengembangan Buku Paduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA”. Kaitannya dengan masalah yang akan diteliti bahwa dalam menumbuhkan rasa percaya diri tidaklah mudah, ada beberapa hal atau faktor yang dapat membantu untuk menumbuhkan rasa percaya diri individu, misalnya seperti pengalaman menyenangkan yang dimiliki oleh individu. Dengan memberikan pengakuan dan dukungan juga merupakan pengalaman yang menyenangkan bagi individu, sehingga individu tersebut merasa dihargai dilingkungannya. Bentuk pengakuan serta penghargaan terhadap diri yang positif dituangkan melalui teknik penguatan positif, yang nantinya akan menjadi acuan atau motivasi langsung bagi individu untuk

mengembangkan rasa percaya diri yang dimilikinya. Peneliti berharap dengan adanya buku yang ditulis oleh peneliti, bisa mencapai tujuan dari pengembangan buku ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka dapat diidentifikasi masalah mengenai kepercayaan diri dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Masih ada siswa yang kurang percaya diri atas kemampuannya.
2. Kurang perhatiannya pihak sekolah dan guru terkait kepercayaan diri siswa.
3. Pentingnya buku panduan sebagai pendukung guru BK dalam membantu dan menjalankan tugasnya.
4. Perlunya pengembangan buku panduan konseling behavioral dengan teknik diskusi dan penguatan positif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas, indentifikasi masalah, dan kemampuan peneliti maka dilakukan pembatasan masalah, untuk memfokuskan dan mengarahkan penelitian ini pada kepercayaan diri siswa. Sehingga dalam penelitian yang dilakukan ini permasalahan yang diangkat hanya berkaitan dengan “Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA”.

1.4 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan pembatasan masalah yang sudah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian yang dilakukan adalah :

1. Mengetahui bagaimana rancang bangun atau kontruksi Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Petang?
2. Mengetahui bagaimana validitas internal/validitas isi mengenai Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Petang?
3. Mengetahui bagaimana keefektifan Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Petang?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dijelaskan diatas, maka dapat dirumuskan tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah :

1. Untuk mengetahui rancang bangun atau kontruksi Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk

Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Petang

2. Untuk mengetahui validitas internal/validitas isi mengenai Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Petang
3. Untuk mengetahui keefektifan Pengembangan Buku Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Diskusi dan Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 1 Petang

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Berdasarkan dengan tujuan penelitian yang telah dijelaskan diatas, adapun manfaat hasil penelitian dapat bermanfaat baik itu secara teoritis maupun secara praktis kepada pihak-pihak yang bersangkutan.

1. Secara Teoritis

Pengembangan buku panduan konseling behavioral behavioral dengan teknik diskusi dan penguatan positif efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa ini diharapkan dapat memberikan wawasan secara luas sebagaimana ilmu dalam bidang pendidikan khususnya di bimbingan konseling dengan mengentaskan masalah pada rasa percaya diri siswa. Serta diharapkan layanan yang dilaksanakan lebih baik untuk kedepannya dan bisa menjadi

bahan bacaan atau referensi untuk pengembangan materi yang lain yang masih ada kaitannya dengan bimbingan konseling.

2. Secara Praktis

a. Manfaat Bagi Siswa

Diharapkan dapat membantu siswa untuk meningkatkan rasa percaya diri yang dimiliki oleh siswa, agar terciptanya rasa percaya diri yang lebih baik dari sebelumnya.

b. Manfaat Bagi Guru BK

Diharapkan dari apa yang telah diteliti oleh peneliti ini, guru BK bisa menambah referensi dan bisa meningkatkan ilmu untuk memberikan layanan bimbingan konseling yang berkualitas.

c. Bagi Sekolah

Dari hasil penelitian yang dilakukan, peneliti mengharapkan sekolah bisa melahirkan banyak lulusan yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan dirinya.

d. Bagi Mahasiswa

Dengan melaksanakan penelitian ini salah satunya untuk pemenuhan tugas akhir dalam menyelesaikan perkuliahan S1 dan tentunya untuk menambah bekal wawasan untuk dimasa mendatang.

e. Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi yang membaca.

