

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Konsep *self efficacy* sebenarnya ini dari teori inti dari teori *social cognitive* yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menekankan peran pelajar observasional, pengalaman sosial, dan determinisme timbal balik dalam pengembangan kepribadian. Menurut Bandura (Jess Feist & Feist, 2010: 212) *self efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk mengerjakan sesuatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Bandura juga menggambarkan *self efficacy* sebagai penentu bagaimana orang merasa, berfikir, memotivasi diri, dan berperilaku (Bandura, 1994:2).

Seksualitas dan kesehatan reproduksi remaja didefinisikan sebagai keadaan sejahtera fisik dan psikis seorang remaja, termasuk keadaan terbebas dari kehamilan yang tak dikehendaki, aborsi yang tidak aman, penyakit menular seksual termasuk HIV/AIDS, serta semua bentuk kekerasan dan pemaksaan seksual (FCI, 2000). Masa remaja adalah masa perubahan antara masa kanak-kanak dengan dewasa dan relatif belum mencapai tahap kematangan mental dan sosial sehingga mereka juga menghadapi tekanan-tekanan emosi dan sosial yang saling bertentangan. Banyak sekali *life events* yang akan terjadi yang tidak saja akan menentukan kehidupan dimasa dewasa namun juga kualitas hidup generasi berikutnya sehingga menempatkan masa ini sebagai masa rentan.

Pada negara-negara berkembang masa transisi ini berlangsung sangat cepat. Bahkan usia saat berhubungan seks pertama ternyata selalu lebih muda daripada usia ideal menikah (Kiragu, 1995:10, dikutip dari Iskandar, 1997). Pengaruh informasi global (paparan media *audio-visual*) yang semakin mudah diakses justru memancing anak dan remaja untuk mengadaptasi kebiasaan-kebiasaan tidak sehat seperti merokok, minum minuman beralkohol, penyalahgunaan obat dan suntikan terlarang, perkelahan antar-remaja atau tawuran (Iskandar, 1997). Pada akhirnya, secara kumulatif kebiasaan-kebiasaan tersebut akan mempercepat usia awal seksual aktif serta mengantarkan mereka pada kebiasaan berperilaku seksual yang berisiko tinggi, karena kebanyakan remaja tidak memiliki pengetahuan yang akurat mengenai kespro dan seksualitas serta tidak memiliki akses terhadap informasi dan pelayanan kespro, termasuk kontrasepsi.

Kebutuhan dan jenis dampak kespro yang dihadapi remaja mempunyai ciri yang berbeda dari anak-anak maupun orang dewasa. Jenis dampak kespro yang harus dihadapi remaja antara lain adalah kehamilan, aborsi, penyakit menular seksual (PMS), kekerasan seksual, serta masalah keterbatasan akses terhadap informasi dan pelayanan kesehatan. Risiko ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, yaitu tuntutan untuk menikah muda dan hubungan seksual, akses terhadap pendidikan dan pekerjaan, ketidaksetaraan gender, kekerasan seksual dan pengaruh media massa maupun gaya hidup. Remaja dikenal sebagai sosok dengan rasa ingin tahu yang sangat besar, banyak minat yang berkembang pada masa remaja seperti minat sosial dan minat seputar

masalah seks. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia, masa ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Di sebagian besar masyarakat dan budaya, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoatmodjo, 2011).

Berdasarkan wawancara dengan guru BK di Kota Tabanan, SMP Negeri 1 Tabanan bahwa di sekolah tersebut belum terdapat ketersediaan layanan bimbingan tentang kespro remaja, dimana bimbingan kespro remaja adalah suatu hal yang penting untuk mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan alat kelamin dan anggota tubuh yang lain dengan benar. Menjaga kespro adalah wajib dikenalkan dan disosialisasikan kepada remaja namun sayangnya bimbingan tentang kespro masih belum terlaksana di sekolah.

Remaja adalah orang yang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut peraturan Kementerian Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Masa remaja merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisisi kemampuan (*skill*) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi (WHO, 2015).

Kespro perlu segera diberikan karena memiliki peran penting untuk semua siswa yang menginjak pubertas, dengan tidak adanya layanan informasi yang

memadai mengenai kespro sangat dikhawatirkan remaja kelak tidak mengetahui cara-cara yang benar bagaimana cara merawat dengan benar. Adapun faktor tidak adanya layanan bimbingan kespro di sekolah adalah ketidaksiapan para guru untuk memberikan pendidikan kespro. Terlebih di zaman yang semakin maju dan semakin modern pada saat ini, seks dan pergaulan bebas dikalangan remaja bukanlah suatu hal yang baru lagi, merupakan sebuah kenyataan yang memprihatinkan. Saat pertumbuhan remaja fisik laki-laki maupun perempuan sangatlah cepat pertumbuhannya, pada saat itulah pertumbuhan tinggi badan dan postur tubuh akan mengalami perkembangan pesat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormon yang berbeda, penampilan, serta bentuk yang berbeda akibat berkembangnya tanda seks sekunder (Depkes RI, 2007).

Menurut jurnal kesehatan penelitian tentang kespro yang dilakukan oleh Kharisma Olivia Anugrah Cahyani, dkk pada tahun 2021. Menyampaikan bahwa hasil penelitiannya dengan judul hubungan pola komunikasi orang tua asuh dengan pengetahuan dan sikap kespro remaja panti asuhan Kabupaten Klaten tahun 2020 adalah hal yang melatarbelakangi permasalahan kespro pada remaja semakin meningkat dari tahun ke tahun. Remaja yang tinggal di panti asuhan merupakan remaja yang rawan mengalami gangguan dan masalah kespro karena mereka tinggal dengan orang tuanya. Dengan demikian dilakukan analisis hubungan pola komunikasi orang tua dengan perilaku seksual beresiko (pengetahuan dan sikap) pada remaja yang tinggal di panti asuhan di Kabupaten Klaten pada tahun 2020. Sehingga disini peneliti menggunakan metode jenis

penelitian yang digunakan adalah *explanatory reseach* dengan pendekatan survei, adapun penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional study* dengan hipotesis adanya hubungan pola komunikasi orang tua dengan pengetahuan dan sikap remaja tentang kespro. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan pengetahuan dan sikap responden remaja mengenai kespro adalah media untuk mendapatkan informasi dan kebiasaan bersosialisasi.

Sehingga peneliti berkesimpulan bahwa hubungan orang tua dan mengubah pemikiran irasional dengan di padu padankan layanan konseling dengan teknik kognitif dispute serta modeling akan lebih mudah untuk menyampaikan tentang pentingnya kespro untuk remaja. Pemikiran yang tidak rasional, kesehatan yang dipandang tabu untuk dibicarakan disinilah peneliti berusaha untuk meningkatkan *self efficacy* para remaja untuk tidak malu-malu lagi membahas tentang pentingnya kespro tidak hanya di sekolah namun di kalayak umum dengan tujuan yang positif.

Persoalan biologis dan fisik tidak hanya sekedar menjelaskan tentang alat kelamin saja, namun terkait dengan bagian tubuh dan fungsi-fungsinya serta pengenalan organ reproduksi. Mengenal bagian tubuh dan fungsi-fungsinya berarti di pelajaran tentang kespro juga harus menjelaskan tentang bagian tubuh dan fungsi-fungsinya terutama yang terkait dengan masalah kespro.

Menurut W.S Winkel Dispute kognitif merupakan usaha yang dilakukan oleh seorang konselor dalam mengubah keyakinan irasional konseli. Dan juga dispute tidak hanya metode yang rasional atau kognitif, tetapi juga metode yang berkaitan dengan emosional untuk mengubah keyakinan irasional menjadi

rasional. Menurut Bandura (Erford, 2017) menjelaskan teknik modeling merupakan proses belajar seseorang dengan mengamati perilaku model atau peraga untuk membentuk atau melemahkan hambatan atas perilaku yang dipelajari melibatkan proses kognitif. Menurut Rosjidan (Putra *et al.*, 2014), menjelaskan penerapan teknik modeling menunjuk pada proses dimana tingkah laku individu atau kelompok (contoh) bertindak sebagai stimulus yang mempengaruhi pikiran, sikap, dan tingkah laku pengamatan (konselin).

Dengan diadakannya pembelajaran layanan bimbingan tentang kespro guna meningkatkan *self efficacy* para siswa dengan giat dan semangat untuk mengetahui tata cara menjaga kespro. Dengan digunakannya teknik kognitif dispute serta modeling diharapkan nanti para siswa dengan mudah mengikuti pelajaran tentang kespro. Dengan teknik tersebut diharapkan siswa nanti merasa akan lebih nyaman dibicarakan tidak tabu lagi membahas tentang kespro. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, peneliti, tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengembangan Panduan Konseling CBT Teknik kognitif Dispute serta Modeling untuk Meningkatkan *Self-efficacy* KesPro Siswa Kelas VIII SMPN 1 Tabanan”** dengan adanya panduan ini Guru BK dapat mengimplementasikan bimbingan klasikal dengan teknik kognitif dispute serta modeling dalam mengenalkan dan mengajarkan tentang kespro siswa di sekolah.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Rendahnya *self efficacy* siswa pengetahuan tentang kespro di masa remaja.
2. Berdasarkan wawancara dengan guru BK di SMPN 1 Tabanan belum adanya fasilitas bimbingan tentang kespro di sekolah.
3. Belum mengenal bagian tubuh dan fungsi-fungsinya berarti di pelajaran tentang kespro juga harus menjelaskan tentang bagian tubuh dan fungsi-fungsinya terutama yang terkait dengan masalah kespro.
4. Belum tersedia buku panduan tentang kespro

## 1.3 Pembatasan Masalah

Agar permasalahan yang dikaji dapat terarah, maka permasalahan akan dibatasi dengan meningkatnya *self-efficacy* siswa dalam mengetahui pelajaran kespro, dengan adanya pengembangan buku panduan dengan teknik disputing kognitif dan modeling untuk meningkatkan *self efficacy* kespro siswa.

1.3.1 Peningkatan *self-efficacy* kesehatan reproduksi siswa

1.3.2 Pemberian layanan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana rancang bangun buku panduan dengan teknik kognitif dispute untuk meningkatkan *self efficacy* kespro ?
2. Bagaimana validitas isi buku panduan dengan teknik kognitif dispute untuk meningkatkan *self efficacy* kespro ?
3. Bagaimanakah kepraktisan buku panduan dengan teknik kognitif dispute untuk meningkatkan *self efficacy* kespro?
4. Bagaimana efektifitas implementasi buku panduan dengan teknik kognitif dispute untuk meningkatkan *self efficacy* kespro?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Dari permasalahan yang telah dirumuskan diatas, tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan dan menghasilkan rancang bangun buku panduan teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efikasi kespro siswa.
2. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan validitas isi buku panduan teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efikasi kespro siswa.
3. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan kepraktisan buku panduan panduan teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efikasi kespro siswa.



4. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan efektivitas implementasi buku panduan panduan teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efikasi kespro siswa.

## 1.6 Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran dan menambah ilmu pengetahuan baru bagi para penulis.
- b. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya serta pengembangan ilmu bimbingan dan konseling pada khususnya.

### 2. Manfaat praktis

#### a. Bagi siswa

Siswa dapat menjaga dan sadar dengan meningkatnya *self-efficacy* akan pentingnya menjaga kespro dengan teknik kognitif dispute serta modeling.

#### b. Bagi guru di sekolah

Diharapkan dari hasil penelitian ini guru di sekolah dapat melaksanakan program bimbingan dan konseling terutama meningkatkan rasa percaya diri kesadaran tentang menjaga kespro dengan bimbingan klasikal.

c. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh Kepala Sekolah bersama guru BK sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program kespro untuk meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah.

d. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai rujukan kepustakaan dalam melakukan penelitian sejenisnya menjadi pijakan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan ruang lingkup yang lebih luas dalam upaya memperoleh hasil penelitian yang akurat.

### 1.7 Hasil Produk Penelitian

Produk penelitian adalah (1) buku panduan teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan *self efficacy* kespro siswa; (2) Instrumen; (3) Artikel; (4) Hak Intelektual; (5) Rencana Pelaksanaan Bimbingan Konseling (RPBK).