

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan adalah dasar untuk kemajuan serta kelangsungan hidup individu. Dengan pendidikan, individu mendapatkan informasi dan pengetahuan yang dapat digunakan untuk mengembangkan diri berdasarkan kemampuan yang dimiliki. Pendidikan pun sangat berperan penting dalam pertumbuhan individu dimana cara berfikir berubah secara tidak langsung melalui proses pendidikan (Rahmat, 2021). Pendidikan dapat dimaknai sebagai humanisasi atau upaya memanusiakan manusia, yaitu upaya membantu manusia untuk dapat bereksistensi sesuai dengan harkat dan martabatnya sebagai manusia (Nyoman Dantes *et al.*, 2020).

Dalam dunia pendidikan, pengembangan pribadi dan sosial siswa adalah aspek yang tidak kalah pentingnya dengan aspek akademis yaitu aspek psikologis. Sejalan dengan tujuan sekolah untuk mengembangkan kompetensi siswa dari berbagai macam aspek, perlu disadari bahwa terdapat beberapa sisi psikologis yang hendaknya juga ditumbuhkan dalam proses pembelajaran, yaitu pengendalian diri, kebutuhan berprestasi dan penguasaan, serta *self-esteem* (Nuraini & Pd, 2021). Salah satu faktor keberhasilan individu dalam kehidupannya adalah memiliki *self-esteem*.

Self-esteem merupakan salah satu dari konsep diri, serta merupakan salah satu aspek kepribadian yang mempunyai peran penting serta berpengaruh terhadap sikap dan perilaku (Sasmita *et al.*, 2021). *Self-esteem* merupakan cara seseorang untuk melakukan evaluasi positif pada dirinya yang mempengaruhi perkembangan kehidupan seperti pendidikan, hubungan dengan orang lain, kemampuan kesehatan fisik dan mental (Pazzaglia, Moe *et al.*, 2020). Menurut Rosernberg (Murk, 2006), *self-esteem* merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan yang berupa sikap positif atau negative terhadap dirinya.

Sementara itu menurut Coopersmith (1967) *self-esteem* merupakan evaluasi individu terhadap dirinya yang diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Evaluasi ini menyatakan suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukan

seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berhasil, berharga menurut standar dan nilai pribadinya.

Pendapat para ahli mengenai *self-esteem* seperti yang sudah diuraikan sebelumnya sangat bervariasi namun dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi individu terhadap dirinya serta merupakan salah satu aspek kepribadian yang mempunyai peran penting serta berpengaruh terhadap sikap dan perilaku terhadap diri sendiri.

Branden dalam (Hermivia, 2014) mengatakan bahwa *self-esteem* memiliki dua pilar yang saling berkaitan yaitu *self-efficacy* (percaya diri) dan *self-respect* (respek terhadap diri). *Self-efficacy* berarti kepercayaan pada keberfungsian pikiran, kemampuan untuk berpikir proses dimana diri kita menilai, memilih memutuskan, percaya pada kemampuan diri untuk memahami keinginan dan kebutuhan kita, *cognitive self-trust*, dan *cognitive self-reliance*. Sedangkan *self-respect* berarti kepastian tentang nilai yang kita miliki, sebuah sikap afirmatif terhadap hak untuk hidup dan untuk bahagia, nyaman dalam menyatakan pikiran, keinginan dan kebutuhan. *Self-respect* dan *self-efficacy* adalah dua pilar dari kesehatan *self-esteem*, kekurangan pada salah satu diantaranya akan menyebabkan lemahnya *self-esteem*.

Self-esteem yang tinggi pada siswa akan cenderung menilai dirinya berharga, dicintai dan mendapatkan perhatian dari orang-orang sekitarnya. Contohnya seorang siswa merasa bahwa dirinya pintar di kelas, disukai teman-temannya dan gurunya serta selalu mendapatkan perhatian dari orang sekitarnya ini berarti siswa tersebut memiliki *self-esteem* yang tinggi. Sementara pada remaja dengan *self-esteem* rendah cenderung berpendapat sebaliknya sebagai contohnya siswa ketika memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung menganggap dirinya rendah diri dan merasa orang-orang disekitarnya tidak suka dan perhatian padanya, sehingga dia menilai dirinya tidak berharga.

Rasa rendah diri yang berlebih dapat membuat siswa merasa bahwa dirinya tidak mampu dalam bergaul dan tidak sanggup bekerja sosial. Siswa yang seperti ini merasa dirinya tidak mampu berkompetensi dengan yang lain dan merasa dirinya tidak memiliki potensi, merasa dirinya tidak ada yang menyukai, takut

sebelum mencoba serta menarik diri dari lingkungannya merupakan gejala-gejala yang menunjukkan remaja memiliki low *self-esteem*.

Namun ketika seorang siswa memiliki kepercayaan diri yang penuh terhadap diri dan kemampuannya, tidak takut berkompetensi, merasa dirinya mampu melakukan sesuatu, merasa dirinya berharga dan disenangi oleh lingkungan sosialnya merupakan gejala yang menunjukkan siswa memiliki *self-esteem* yang tinggi.

Bila kita melihat kenyataan yang terjadi saat ini gejala yang sudah dipaparkan diatas banyak ditunjukkan oleh siswa saat ini. Contohnya banyak siswa yang menunjukkan prestasi dari segi akademik dan non akademik artinya siswa menilai bahwa dirinya tersebut mampu dan memiliki potensi sehingga darisana timbul suatu usaha dan kerja keras untuk mau belajar dan berlatih menjadi orang yang berprestasi. Namun tidak sedikit juga siswa yang menunjukkan gejala yang berlawanan yaitu cenderung memandang dirinya negatif, menganggap dirinya tidak mampu bersaing dan melakukan apapun, menganggap dirinya orang yang gagal sehingga takut untuk mencoba. Gejala-gejala tersebutlah yang membuat siswa merasa tertinggal jauh dari siswa lainnya, dalam segi prestasi padahal secara potensi mereka sama-sama memiliki.

Peneliti melakukan wawancara terhadap waka kesiswaan SMPN 3 Manggis, sebagai berikut:

Banyak siswa menganggap dirinya tidak mampu bersaing untuk menyelesaikan pembelajaran, ini dibuktikan dari jawaban siswa yang hampir sama untuk kata perkata dalam kalimat ketika menjawab soal sehingga menjadi kebiasaan siswa menyalin pekerjaan temannya. Beberapa siswa ketika diberikan pertanyaan tidak mengangkat tangan namun ketika ditunjuk siswa tersebut dapat menjawab pertanyaan yang diberikan, setelah ditanya mengapa tidak mengangkat tangan siswa tersebut menjawab bahwa dia tidak berani/takut salah. Ada juga saat kerja kelompok ketika disuruh mempresentasikan hasil pekerjaannya, beberapa siswa dalam kelompok tidak berani mempresentasikan pekerjaannya.”

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan Waka Kesiswaan SMPN 3 Manggis diperoleh informasi bahwa banyak siswa yang menunjukkan gejala kurang menghargai dirinya. Hal tersebut nampak dari perilaku siswa yang

tidak berani mengajukan pertanyaan, memberikan pendapat jika tidak ditunjuk, saat presentasi kelompok tidak bersedia memaparkan hasil pekerjaan di depan kelas, berbicara gugup serta mencontek saat ujian. Munculnya rasa kurang percaya diri dan ketidak berhargaan diri adalah salah satu dari indikator adanya *self-esteem* rendah. *Self-esteem* yaitu seberapa besar kita menyukai diri kita sendiri.

Dalam proses pengamatan yang dilakukan di SMP N 3 Manggis khususnya di kelas IX 3 dan IX 4 terdapat gejala-gejala yang mengindikasikan bahwa siswa mengalami *self-esteem* rendah. Hal ini terlihat pada banyak siswa mengalami rasa kurangnya percaya diri, siswa merasa mudah tersinggung, merasa diri kurang menarik, siswa merasa menyesal pada diri sendiri dan memiliki perasaan malu yang tak beralasan sehingga sehingga tidak mampu berkompetensi didalam kelas, siswa merasa dirinya kurang berharga dan berpikir orang lain tidak menyukainya sehingga menarik diri dalam pergaulan. Siswa berpikir dirinya seperti orang tidak berharga, tidak percaya diri dan tidak memiliki kemampuan. Dari data yang telah didapatkan siswa yang terindikasi memiliki *self-esteem* rendah terindikasi di kelas IX3 yaitu 5 orang siswa dan IX4 berjumlah 7 orang siswa kemudian untuk memperkuat hasil pengamatan diatas peneliti melakukan wawancara kepada 12 siswa yang telrindikasi memiliki self-elstelelm relndah.

Salah satu layanan untuk meningkatkan *self-esteem* peserta didik secara optimal salah satunya dengan layanan konseling kelompok. Hal ini diperkuat oleh (Ananda et al., 2022) dari hasil penelitiannya tingkat *self-esteem* (harga diri) siswa dari hasil post-test menunjukkan bahwa semua siswa mengalami peningkatan setelah mengikuti layanan konseling kelompok. Menurut (Nadhifa et al., 2020) konseling kelompok merupakan salah satu upaya untuk membantu siswa dalam suasana kelompok yang preventif dan kuratif, dengan tujuan memberikan kenyamanan dalam rangka tumbuh kembang siswa. Konseling kelompok adalah suatu bentuk intervensi yang melibatkan beberapa peserta didik dalam sesi konseling yang dipandu oleh konselor. Dalam konseling kelompok, peserta didik memiliki kesempatan untuk berbagi pengalaman, belajar dari orang lain dan merasa diterima dalam lingkungan yang aman dan mendukung.

Efektivitas layanan konseling kelompok dalam meningkatkan *self-esteem* peserta didik telah menjadi perhatian bagi para praktisi pendidikan dan konseling. Dari hasil penelitian (Harahap *et al.*, 2021) menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa, mengingat bahwa konseling kelompok adalah proses interaksi antar individu dengan individu. Penelitian yang dilakukan (Astuti, 2022) menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan *self-esteem* sehingga sudah tidak terdapat siswa yang memiliki *self-esteem* yang rendah. Dalam permasalahan rendahnya *self-esteem* yang dialami siswa terdapat banyak teknik yang dapat diterapkan. salah satunya teknik *self-management*. Pada penelitian ini, peneliti fokus dengan menggunakan teknik *self-management* dalam mengatasi rendahnya *self-esteem* di sekolah.

Self-management merupakan salah satu model dalam *cognitive-behavior therapy*. *Self-management* adalah sebuah strategi yang diterapkan pada klien agar klien tersebut dapat mengatur dan memantau perilakunya sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi untuk mencegah perilakunya agar lebih teratur (Lestari & Nursalim, 2019:21). Hal ini diperkuat dari hasil penelitian yang dilakukan (Yuliastini & Mahaardhika, 2019) menunjukkan bahwa tujuan dari model konseling kelompok dengan teknik manajemen diri untuk meningkatkan *self-esteem* siswa telah tercapai, yakni dengan adanya perubahan dari hasil evaluasi awal dan evaluasi akhir pada *self-esteem* yang dimiliki siswa kelas X SMK PGRI 1 Denpasar.

Setelah memahami secara lebih mendalam tentang efektivitas layanan konseling kelompok dalam meningkatkan *self-esteem* siswa, pendidik dan konselor dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif dan tepat sasaran untuk membantu siswa meraih potensi terbaik dalam aspek pribadi dan sosial. Peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian di SMP N 3 Manggis dengan mengambil judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *self-management* Untuk Meningkatkan *Self-esteem* Siswa SMP N 3 Manggis”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat disimpulkan bahwa identifikasi masalah dalam penelitian adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Rendahnya *self-esteem* siswa
- 1.2.2 Layanan konseling kelompok belum digunakan untuk meningkatkan *self-esteem* untuk siswa
- 1.2.3 Bagaimanakah kecenderungan *self-esteem* siswa SMP N 3 Manggis?
- 1.2.4 Apakah layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa SMP N 3 Manggis?

1.3 Pembatasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang disebutkan maka penelitian ini melakukan pembatasan. Dengan fokus masalah ini, pada rendahnya *self-esteem* siswa, layanan konseling kelompok belum digunakan dalam meningkatkan *self-esteem*, keadaan *self-esteem* siswa di sekolah dan layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan *self-esteem*.

1.4 Rumusan Masalah

- 1.4.1 Bagaimanakah kecenderungan *self-esteem* siswa SMP N 3 Manggis?
- 1.4.2 Apakah layanan konseling kelompok teknik *self-management* efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMP N 3 Manggis?

1.5 Tujuan Penelitian

- 1.5.1 Untuk mengetahui keadaan *self-esteem* siswa SMPN 3 Manggis
- 1.5.2 Untuk menganalisis efektivitas layanan konseling kelompok teknik *self management* untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMPN 3 Manggis

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini mempunyai manfaat. Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilakukan, baik bagi peneliti maupun orang lain serta dalam rangka pengembangan ilmu, adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

- 1.6.1 Manfaat Secara Teoritis

1.6.1.1 Informasi yang di dapat melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi tenaga professional dalam bidang pendidikan khususnya Bimbingan Konseling untuk meningkatkan *self-esteem* siswa.

1.6.1.2 Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi rangsangan bagi peneliti lain untuk meneliti lebih jauh dan mendalam terutama mengenai masalah-masalah yang belum terjangkau dalam penelitian ini.

1.6.2 Manfaat Secara Praktis

1.6.2.1 Bagi Guru Pembimbing

Bagi guru pembimbing di sekolah, tentu akan mendapatkan tambahan informasi mengenai salah satu mengentaskan permasalahan siswa, terutama pada permasalahan *self-esteem*

1.6.2.2 Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa, manfaat yang dapat dirasakan yaitu semakin bertambahnya wawasan penulis, dan dapat terselesaikannya tugas akhir penulis, yang merupakan syarat utama dalam menyelesaikan studi S1.

