

BAB I

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan karakter sangat berperan penting untuk meningkatkan kemampuan seseorang. Ketika berhadapan dengan masalah, kesulitan maupun rintangan. Salah satu usaha penting yang mendukung tumbuh kembangnya sumber daya manusia yang dimaksud adalah Pendidikan. Pendidikan yang dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga dapat hidup mandiri, produktif, dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, keluarga maupun Masyarakat. Efikasi diri pada diri seseorang tidak dapat tumbuh tanpa adanya campur tangan dari Pendidikan yang dilakukan secara bertahap dan sedikit demi sedikit. Efikasi diri terbentuk sebagai hasil dari proses pembinaan yang dilakukan sejak di lingkungan keluarga dan berlanjut dalam Pendidikan di sekolah sebagai bagi pengembangan diri siswa.

Pendidikan karakter di dalam diri setiap individu dapat diterapkan dengan cara mengembangkan kemampuan yang dimiliki (potensi yang terdapat di dalam diri pribadi setiap individu) seperti : konsep diri (cara individu bersikap dan memandang dirinya sendiri), efikasi diri (keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya), komunikasi diri (komunikasi yang terjadi dalam diri individu), emosi diri (kemampuan seseorang individu dalam mengenali perasaannya sendiri sewaktu perasaan itu yang datang di dalam hidupnya). Setiap orang memiliki masalah, kesulitan dan rintangan yang berbeda-beda di dalam hidupnya dan begitu juga dengan cara menghadapi serta menyelesaikan dan menanganinya pun berbeda, ini tergantung dari pribadi masing-masing. Setiap orang diupayakan agar memiliki cara serta kemampuan yang optimal. Ketika berhadapan dengan rintangan, memiliki keyakinan dan optimis untuk bisa menyelesaikan setiap pekerjaan yang diberikan sebaik mungkin untuk bisa mencari jalan keluar terhadap masalah yang sedang dihadapinya sehingga mampu menuntaskan setiap pekerjaan yang diterimanya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara Di SMK Negeri 1 Denpasar Pada tanggal 22 September 2024 masih banyak ditemukan siswa yang memiliki Efikasi Diri (*self efficacy*) yang rendah. Para siswa yang memiliki keyakinan diri yang rendah akan

cenderung sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, menghindari tugas-tugas dari guru, khususnya pada tugas yang menantang dan sulit, dan juga sering mengalami kebingungan dalam menentukan keputusan. Rendahnya keyakinan diri yang dimiliki siswa di SMK Negeri 1 Denpasar disebabkan oleh beberapa hal misalnya; karena mereka kurang mandiri dalam mengerjakan tugas-tugas, mereka hanya selalu mengandalkan temannya, kurangnya kesempatan yang mereka miliki untuk menyampaikan ide/pikirannya, serta rendahnya keyakinan diri ini juga disebabkan karena kurang optimalnya pelayanan Bimbingan Konseling di sekolah tersebut. Banyak upaya yang dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri (*self-efficacy*) siswa. Misalnya melalui pemberian sugesti, persuasif, dan pemberian penguatan. Namun hal tersebut sebagian besar hanya sebatas verbal. Perlu diberikan tindakan khusus untuk meningkatkan (*self-efficacy*).

Menurut Dharsana tahun 2010 mengemukakan 22 teori-teori konseling yaitu (1) Teori Psikoanalitik Sigmund Freud, (2) Self Adler, (3) Teori Konseling Kelompok Psikodinamika dalam Teori Asumsi Melanie Klein, (4) Konseling yang Berpusat Pada Pribadi Oleh Carl Rogers, (5) Gestalt Fritz Perls, (6) Teori Analisis Transaksional Eric Berne (7) Teori Reality Counselling (William Glasser), (8) Teori Motivasi Manusia "Maslow's", (9) Logo Konseling Victor Frankl, (10) Konseling Kognitif (Aaron Beck), (11) Melatih Konseling Tingkah Laku (Oleh Krumboltz), (12) Teori Behavioral (Teori Tingkah Laku), (13) Teori Kognitif Sosial (Albert Bandura), (14) Rasional Emotive Behavioral Counselling Albert Ellis, (15) Teori Konsepsi George Kelly, (16) Teori Eklektisim, (17) Personologi Murray, (18) Teori Pemilihan Jabatan John L. Holland, (19) Teori Perkembangan Karir dan Perkembangan Hidup (Super), (20) Teori Pemilihan Jabatan atau Karir Menurut Anne Roe,

(21) Teori Perkembangan Karir oleh Ginzberg dan (22) Konseling Karir Trait dan Factor. Berdasarkan teori yang disebutkan di atas maka dalam penelitian ini lebih menekankan pada perubahan tingkah laku. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku negative menjadi perilaku yang lebih positif yaitu dengan pendekatan konseling behavioral. Konseling behavioral dalam penelitian ini menggunakan Teknik Latihan asertif (*assertive training*), yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal Dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah Tindakan yang layak atau benar.

Model konseling behavioral dalam penelitian ini menggunakan metode latihan asertif, yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. (Corey, 1997 : 217) Latihan asertif adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi perilaku. Latihan asertif akan membantu orang-orang yang mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya, merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri. Pendekatan ini berlangsung menggunakan metode-metode permainan peran. Siswa diberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana siswa bisa kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman untuk memperkuat tingkah laku menegaskan diri yang baru diperolehnya melalui permainan peran dengan skenario yang diharapkan tindakan siswa yang memiliki efikasi diri dan motivasi belajar rendah dapat mengubah tingkah lakunya kearah yang lebih baik atau dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan dapat meningkatkan motivasi dalam belajar.

Berdasarkan pemikiran tersebut serta fakta yang ditemukan dilapangan, penelitian ini mengangkat tema efikasi diri, motivasi belajar dan konseling behavioral teknik asertif sebagai bidang kajian, dengan judul Efektivitas Model Konseling Behavioral Teknik Latihan Asertif untuk meningkatkan efikasi diri dan motivasi belajar pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Denpasar 2023/2024. Sesuai dengan permasalahan yang dirumuskan di atas dan tema yang diangkat dalam penelitian ini, maka yang menjadi tujuan pokok penelitian ini adalah mengetahui perbedaan efektivitas antara kelompok eksperimen model konseling behavioral teknik latihan asertif dengan kelompok kontrol yang diberi perlakuan sesuai dengan layanan di sekolah tanpa teknik latihan asertif untuk meningkatkan efikasi diri dan motivasi belajar siswa, selain itu juga dalam penelitian ini diharapkan konseling behavioral dengan teknik latihan asertif efektif dapat meningkatkan efikasi diri dan motivasi belajar pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Denpasar tahun pelajaran 2024/2025.

Alasan penggunaan konseling ini adalah karena dengan menggunakan konseling behavioral, akan mempengaruhi pola pikir siswa untuk tidak melakukan perilaku yang menghambat proses belajar di kelas. Perilaku itu akan merugikan diri dan juga orang lain. Karakteristik konseling behavioral adalah pemusatan perhatian apada tingkah laku yang tampak dan spesifik, kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatment, perumusan prosedur treatment yang spesifik yang sesuai dengan masalah, penafsiran obyektif atas hasil-hasil terapi. Maka pemilihan konseling behavioral sangat tepat dan sesuai dengan perilaku kenakalan remaja yang sering dilakukan oleh siswa Sekolah Menengah Atas (Corey, 2013b).

Dalam konsep behavioral, perilaku merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan manipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalah. Berdasarkan berbagai pengertian yang telah dikemukakan diatas, dapat disimpulkan bila pendekatan konseling behavioral adalah teknik pendekatan dalam konseling yang diberikan kepada siswa agar mampu belajar merubah tingkah laku bermasalah menjadi sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. Individu yang baru berkembang mulai menyadari bila setiap orang harus menyesuaikan diri agar bisa diterima dalam kelompok sosial (Laia, 2018).



1.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas teridentifikasi masalah sebagai berikut :

- 1.2.1 Rendahnya Efikasi diri dan Motivasi belajar siswa kelas X SMK Negeri 1 Denpasar. Para siswa yang memiliki keyakinan diri yang rendah akan cenderung sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, menghindari tugas-tugas dari guru, khususnya pada tugas yang menantang dan sulit, dan juga sering mengalami kebingungan dalam menentukan keputusan. Rendahnya keyakinan diri yang dimiliki siswa di SMK Negeri 1 Denpasar.
- 1.2.2 Kurang optimalnya pelayanan Bimbingan Konseling di sekolah tersebut dan sudah upaya yang dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri (*self-efficacy*) dan Motivasi belajar siswa. Misalnya melalui pemberian sugesti, persuasif, dan pemberian penguatan. Namun hal tersebut sebagian besar hanya sebatas verbal. Perlu diberikan tindakan khusus untuk meningkatkan Efikasi diri (*self-efficacy*) dan motivasi belajar siswa.

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk memfokuskan dan mengarahkan penelitian ini, maka berdasarkan identifikasi masalah diatas, dilakukan pembatasan masalah sehingga dalam penelitian ini permasalahan yang diangkat hanya berkaitan dengan “Efektivitas Konseling Behavioral Teknik *Asertive Training* Untuk Meningkatkan Efikasi Diri dan Motivasi belajar Siswa SMK Negeri 1 Denpasar”

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah dan fokus penelitian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- 1.4.1 Apakah Konseling Behavioral Teknik Assertive Training efektif secara simultan untuk meningkatkan Efikasi Diri dan Motivasi Belajar Siswa SMK Negeri 1 Denpasar ?
- 1.4.2 Apakah Konseling Behavioral Teknik *Assertive Training* efektif dalam meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMK Negeri 1 Denpasar?
- 1.4.3 Apakah Konseling Behavioral Teknik *Assertive Training* efektif dalam meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMK Negeri 1 Denpasar?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dirumuskan tujuan penelitian ini adalah :

- 1.5.1 Untuk menganalisis dan mendeskripsikan efektivitas Konseling Behavioral Teknik Assertive Training secara simultan dalam meningkatkan Efikasi Diri dan Motivasi Belajar Siswa.
- 1.5.2 Untuk menganalisis dan mendeskripsikan efektivitas Konseling Behavioral Teknik *assertive training* dalam meningkatkan efikasi diri siswa SMK Negeri 1 Denpasar.
- 1.5.3 Untuk menganalisis dan mendeskripsikan Konseling Behavioral Teknik *assertive training* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMK Negeri 1 Denpasar.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah kegunaan atau kebermaknaan dari hasil penelitian.

Manfaat dapat secara teoritis maupun secara praktis :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat secara teoritis dengan memperkaya temuan terkait pengembangan panduan konseling behavioral teknik *assertive training* untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

Diharapkan hasil penelitian ini mampu memberikan sumbangan ilmu dalam bidang pendidikan khususnya Bimbingan dan Konseling yaitu membantu guru bimbingan konseling dalam melaksanakan layanan konseling di sekolah, sehingga konseling dapat dilaksanakan dengan optimal.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Penulis

Memberi kesempatan bagi peneliti untuk menerapkan teori yang telah diperoleh selama berada di bangku kuliah serta memberikan kontribusi pemikiran peneliti dalam memperluas cakrawala berpikir ilmiah dalam pengembangan panduan konseling behavioral teknik *asertive training* serta menambah wawasan dan pengalaman dalam melakukan penelitian berbasis *research and development* khususnya terkait dengan pengembangan panduan konseling behavioral teknik *assertive training* untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

1.6.2.2 Bagi Guru Bimbingan Konseling

Manfaat bagi guru BK adalah memperoleh panduan prosedur dalam memberikan layanan bimbingan khususnya layanan konseling behavioral untuk meningkatkan efikasi diri. Dengan memiliki panduan yang jelas, dapat merangsang guru untuk menerapkan model konseling yang lebih bervariasi, memberikan kemudahan baru bagi guru dalam membantu mengentaskan permasalahan yang dialami peserta didik, meminimalisir kesalahan pada tahapan proses konseling.