

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan merepresentasikan mekanisme transformatif guna membentuk disposisi dan perilaku individu maupun kolektif, yang dilaksanakan melalui proses instruksional dan pelatihan sistematis guna mencapai kedewasaan intelektual serta emosional. Secara esensial, pendidikan juga dapat dimaknai sebagai aktivitas pedagogis yang mencakup metode, proses, serta tindakan edukatif. Sebagai fondasi utama dalam keberlangsungan kehidupan, pendidikan menjadi hak fundamental setiap insan untuk senantiasa mengalami perkembangan kompetensi, baik melalui jalur formal maupun nonformal. Melalui pendidikan, kapabilitas manusia mengalami eskalasi secara menyeluruh. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan di Indonesia terdiri dari tiga jalur utama, yaitu pendidikan formal, nonformal, dan informal. Ketiga jalur tersebut saling melengkapi dan memperkaya satu sama lain. Dalam struktur pendidikan formal, terdapat jenjang pendidikan yang mencakup tingkat dasar (SD), tingkat menengah (SMP dan SMA/SMK), hingga pendidikan tinggi (perguruan tinggi). Umumnya, peserta didik tingkat menengah berada dalam rentang usia 14 hingga 18 tahun, yang secara psikososial berada pada fase perkembangan remaja.

Menurut Marwako (2019:60), fase remaja merepresentasikan periode transisional dalam perkembangan individu. Transisi ini tidak berarti pemutusan total dari tahap sebelumnya, melainkan kelanjutan evolutif menuju tahap perkembangan selanjutnya. Jejak-jejak pengalaman masa lalu tetap memengaruhi dinamika perilaku dan sikap pada masa kini maupun masa mendatang. Sebagai contoh, transisi dari kanak-kanak menuju remaja menuntut proses dekonstruksi atas sifat-sifat kekanak-kanakan, sekaligus internalisasi pola perilaku serta sikap yang lebih adaptif dan sesuai dengan karakteristik usia remaja. Pada tahap ini, transformasi perilaku menjadi keniscayaan sebagai bagian dari proses perkembangan psikososial yang kompleks.

Pada fase remaja, terjadi transformasi signifikan dalam aspek perilaku sebagai implikasi dari transisi perkembangan dari masa kanak-kanak. Perubahan ini meliputi dinamika sosial seperti selektivitas dalam memilih relasi pertemanan, munculnya konflik interpersonal dengan kelompok sebaya, serta peningkatan kemandirian dalam pengambilan keputusan tanpa intervensi eksternal. Shidiq dan Raharjo (dalam Nunung & Muslim, 2015:2) mengemukakan bahwa individu yang memasuki masa pubertas cenderung mengalami fluktuasi emosional, kecenderungan menarik diri dari lingkup keluarga, serta menghadapi beragam permasalahan di lingkungan domestik, institusi pendidikan, maupun dalam konteks sosial pertemanan.

Masa remaja identik dengan instabilitas afektif, di mana fluktuasi emosional yang intens dapat menghambat kemampuan adaptasi dalam berbagai konteks sosial, termasuk lingkungan keluarga, institusi pendidikan, dan pergaulan sebaya. Ketidakteraturan emosi ini berpotensi menurunkan tingkat kepercayaan diri pada

peserta didik tingkat menengah. Fatchurahman (2012:77) mengemukakan bahwa kapasitas regulasi emosi yang memadai memungkinkan remaja mengelola reaksi emosional secara konstruktif, beradaptasi secara optimal, serta memperoleh penerimaan sosial. Sebaliknya, defisit dalam penguasaan emosi menyebabkan hambatan dalam penyesuaian diri dan pengendalian afek, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap rasa percaya diri.

Kepercayaan diri dapat dimaknai sebagai keyakinan intrapersonal yang bersumber dari nurani, mencakup aspek perilaku, emosional, dan spiritual, yang mendorong individu untuk bertindak sesuai kapasitas diri dalam rangka memenuhi kebutuhan eksistensial secara bermakna (Suhardita, 2010:130). Mirhan dan Betty (2016:88) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai evaluasi positif terhadap potensi diri, mencakup kemampuan dalam menghadapi beragam situasi dan tantangan, serta daya tahan mental dalam mereduksi pengaruh keraguan. Sikap ini mendorong individu untuk meraih keberhasilan dengan kemandirian dalam bertindak serta kesiapan menanggung konsekuensi atas keputusannya. Sementara itu, menurut Amri (2018:160), kepercayaan diri merupakan keyakinan terhadap kapabilitas personal dalam mencapai sasaran, aspirasi, dan tujuan, meskipun dihadapkan pada hambatan dan rintangan, serta dilandasi tanggung jawab personal yang tinggi. Secara substantif, kepercayaan diri mencerminkan disposisi yakin terhadap kompetensi diri, yang memungkinkan individu untuk tidak tergantung pada pihak eksternal dan mampu mengekspresikan eksistensinya secara otentik.

Secara esensial, setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang bervariasi; sebagian menunjukkan keyakinan diri yang tinggi, sementara yang lain cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah. Variabilitas ini berdampak pada

diferensiasi perilaku dalam berbagai konteks sosial, termasuk dalam lingkungan keluarga, institusi pendidikan, maupun pergaulan sebaya. Individu dengan kepercayaan diri rendah umumnya memperlihatkan kecenderungan pasif, seperti enggan mengajukan pertanyaan, takut mengemukakan pendapat, serta ragu-ragu dalam merespons instruksi atau pertanyaan dari pendidik. Sebaliknya, mereka yang memiliki kepercayaan diri tinggi menunjukkan sikap optimistik terhadap usaha yang dilakukan serta berupaya merealisasikan nilai-nilai luhur dalam kehidupan sehari-hari. Triningtyas (2016:1) mengemukakan bahwa individu dengan tingkat kepercayaan diri yang memadai cenderung memiliki keyakinan terhadap kompetensi pribadinya, yang tercermin dalam keberanian, kualitas relasi sosial yang positif, rasa tanggung jawab, serta harga diri yang tinggi.

Rendahnya tingkat kepercayaan diri pada remaja berpotensi menimbulkan implikasi negatif terhadap kesejahteraan psikologis dan pengambilan keputusan. Pranoto (2016:105) mengemukakan bahwa individu yang tidak memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya akan mengalami beban psikologis, gangguan dalam menjalankan aktivitas, serta keraguan dalam menentukan pilihan yang berdampak pada arah masa depannya.

Fenomena rendahnya kepercayaan diri juga teridentifikasi pada peserta didik di SMK Negeri 3 Singaraja, sebagaimana hasil observasi selama pelaksanaan asistensi mengajar menunjukkan bahwa sebagian siswa menampilkan indikator ketidakpercayaan diri, antara lain: (1) keengganan untuk mengajukan pertanyaan kepada pendidik, (2) keterbatasan dalam mengemukakan pendapat, dan (3) rasa takut untuk berbicara di depan kelas saat kegiatan diskusi berlangsung. Dalam konteks ini, peran Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi krusial dalam

membantu siswa yang rendah diri, agar mampu membangun sikap percaya diri yang positif dan adaptif dalam lingkungan pendidikan.

Dengan demikian, peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi esensial guna mendampingi siswa yang mengalami defisit kepercayaan diri. Menurut Prayitno (dalam Siregar, Bahri, & Bustaman, 2018:77), Layanan BK merupakan pendampingan profesional guna membantu siswa (baik perorangan maupun berkelompok) guna mengaktualisasikan kemandirian dan perkembangan optimal pada ranah personal, sosial, akademik, dan karier, melalui serangkaian intervensi profesional berbasis norma sosio-kultural. Layanan BK memiliki kontribusi signifikan dalam membantu siswa dengan kepercayaan diri rendah untuk menyadari potensi serta peran penting yang masih mereka miliki dalam lingkungan sosialnya. Proses konseling berperan dalam mereduksi pikiran negatif melalui intervensi yang bersifat penyadaran diri. Purwangnisih (2021:42) bahkan menyebutkan bahwa guru BK berperan layaknya "malaikat tak bersayap" yang berfungsi dalam mengakomodasi kebutuhan peserta didik, orang tua, serta pihak sekolah secara menyeluruh. Seorang konselor yang kompeten, sebagaimana ditegaskan oleh Tim Penyusun (2011), harus mampu menerapkan prinsip 3M: mendengar, memahami, dan merespons. Kemampuan untuk mendengarkan baik ekspresi verbal maupun nonverbal memungkinkan guru BK memahami secara mendalam permasalahan yang dihadapi konseli, sehingga dapat memberikan respons yang empatik dan menciptakan ruang konseling yang nyaman dan inklusif.

Beragam layanan dapat disediakan guru BK bagi siswa yang percaya diri rendah, seperti bimbingan kelompok. Pranoto (2016:102) menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan intervensi guru BK kepada siswa secara

kolektif, dengan tujuan membantu mereka dalam merumuskan rencana serta mengambil keputusan yang tepat demi mendukung kehidupan personal maupun sosial secara optimal.

Layanan bimbingan kelompok berlangsung dalam suatu alur bertahap yang mesti dijalani, yang tidak jauh berbeda dengan proses konseling kelompok. Menurut Hidayati dan Nofari (2015:33), tahapan tersebut meliputi: pembentukan, transisi, kegiatan, dan pengakhiran. Fase pembentukan yaitu fase dimana peserta mengenali suasana dalam kegiatan bimbingan, menjalin keakraban dengan peserta lain dan fasilitator, serta berpartisipasi dalam aktivitas kelompok. Tahap transisi ditandai dengan kesiapan dan motivasi anggota guna mengikuti tahap kegiatan. Kemudian, saat tahap kegiatan peserta berdiskusi dan berkolaborasi dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi. Pada tahap pengakhiran, anggota menunjukkan keberanian dalam menyampaikan pendapat tanpa rasa ragu. Bimbingan kelompok berdampak positif pada kepercayaan diri dalam interaksi kelas, yang tergolong dalam kategori cukup baik. Tercermin dari sikap berani dalam menyampaikan pendapat dan tidak lagi merasa canggung saat tampil di depan kelas.

Pengaplikasian teknik dalam pelaksanaan bimbingan kelompok memiliki sejumlah fungsi penting, antara lain memusatkan perhatian peserta didik dan menciptakan suasana yang kondusif melalui dinamika kelompok yang terbangun secara efektif. Salah satu tekniknya adalah teknik modeling berdasarkan teori perilaku (*behavioral theory*).

Menurut Muh Farozin dan Kartika Nur Fathiya (dalam Aulia, 2018:63), dimensi behavioral berakar pada psikologi perilaku yang secara luas dikenal melalui karya J.B. Watson, terutama dalam publikasi *Psychology From The*

*Standpoint Of A Behaviourist* pada tahun 1919. Pada masa itu, Watson menjabat sebagai profesor di Universitas Chicago ketika psikologi masih dalam tahap awal pengembangan sebagai disiplin akademik (John McLeon, 2008:139-140). Prinsip fundamental dari pendekatan ini menegaskan bahwa pemahaman terhadap perilaku manusia harus dilakukan dengan metode yang objektif, mekanistik, dan materialistik. Oleh karena itu, perubahan perilaku dapat dicapai melalui proses pengkondisian (*conditioning*). Dalam teori behavioral, manusia dipandang sebagai makhluk dengan sifat hereditas yang netral, lahir tanpa kecenderungan baik maupun buruk secara inheren.

Menurut Romdhonia dan Kamarudin (2018:376), teknik *modeling* merupakan metode konseling yang berasal dari pendekatan behavioral dan berlandaskan pada teori belajar sosial Albert Bandura. Teknik ini bertujuan untuk mengubah, menambah, atau mengurangi perilaku individu melalui proses pembelajaran yang diperoleh dari observasi langsung (*observational learning*). Melalui peniruan terhadap perilaku seseorang atau figur panutan, seseorang dapat menginternalisasi dan mengadopsi perilaku baru yang diinginkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pranoto (2016:110) mengindikasikan bahwa melalui serangkaian tahapan penelitian, terbukti bahwa layanan bimbingan kelompok berdampak signifikan pada peningkatan kompetensi percaya diri, khususnya di SMA Negeri 1 Sungkai Utara. Terbukti dengan peningkatan rerata persentase kepercayaan diri dari siklus I 27,5% menjadi 76,25% pada siklus II, kenaikan 48,75% pada setiap aspek yang dikaji. Berdasarkan temuan tersebut, direkomendasikan agar layanan bimbingan kelompok terus diberikan sebagai intervensi yang tepat untuk mendukung peningkatan sikap percaya diri siswa.

Layanan ini diharapkan mampu mengoptimalkan peserta didik dalam mengaktualisasikan potensi diri, khususnya aspek kepercayaan diri.

Berdasarkan uraian sebelumnya, peneliti merasa terdorong dan menganggap penting untuk mengembangkan buku panduan yang berlandaskan pada pendekatan konseling behavioral dengan penerapan teknik *modeling*, sebagai upaya membantu siswa membangun kepercayaan diri. Peneliti mengharapkan bahwa melalui pengembangan ini, tujuan utama tercapai, yakni peningkatan kepercayaan diri siswa.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat diidentifikasi masalah mengenai tingkat percaya diri masih rendah adalah sebagai berikut :

1. Ditemukan siswa SMK yang memiliki kurang percaya diri.
2. Perlunya pengembangan buku panduan berlandaskan konseling behavioral dengan teknik modeling guna meningkatkan kepercayaan diri.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan guna mencegah meluasnya cakupan penelitian dan menghindari penyimpangan dari pokok permasalahan, sehingga proses pembahasan menjadi lebih terarah dan tujuan penelitian dapat tercapai secara optimal. Berdasarkan fenomena yang teridentifikasi, penelitian ini memfokuskan dan membatasi ruang lingkup untuk mengembangkan buku panduan konseling behavioral menggunakan teknik pemodelan sebagai upaya intervensi peningkatan rasa percaya diri siswa.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan uraian pada latar belakang, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana prototipe Buku Panduan Bimbingan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa?
2. Bagaimana validitas isi Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa?
3. Bagaimana kepraktisan implementasi Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa?
4. Bagaimana efektivitas implementasi Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Merumuskan dan mendeskripsikan *prototipe* Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa.
2. Menganalisis dan mendeskripsikan validitas isi Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa.

3. Menganalisis dan mendeskripsikan kepraktisan implementasi Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Percaya Diri Siswa.
4. Menganalisis dan mendeskripsikan efektivitas implementasi Buku Panduan Berlandaskan Konseling Behavioral Dengan Teknik *Modeling* Guna Meningkatkan Sikap Percaya Diri Siswa.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Hasil penelitian pengembangan bisa memperkaya wawasan keilmuan mengenai pendekatan konseling perilaku melalui teknik modeling serta pengetahuan tentang konsep kepercayaan diri.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Sekolah

Temuan dapat bermanfaat bagi institusi sekolah sebagai masukan konstruktif dalam memfasilitasi dan mengembangkan layanan BK yang bertujuan untuk menyeimbangkan dan mendukung peningkatan sikap percaya diri peserta didik.

- b. Bagi Guru

Produk penelitian bermanfaat sebagai pedoman dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang berlandaskan pada konseling behavioral dengan teknik diskusi, guna mendorong kenaikan sikap percaya diri.

- c. Bagi Siswa

Hasil penelitian berguna bagi siswa yang menerima layanan bimbingan kelompok berbasis konseling behavioral dengan teknik modeling, sebagai upaya membuat siswa lebih percaya diri.

d. Bagi Peneliti

Temuan penelitian dapat dimanfaatkan sebagai referensi untuk melaksanakan kajian serupa.

### **1.7 Produk Penelitian**

Produk penelitian pengembangan ini mencakup tiga komponen utama: (1) Buku panduan yang disusun berlandaskan pendekatan konseling behavioral dan teknik modeling, yang bertujuan mendukung peningkatan dan menyeimbangkan sikap percaya diri siswa dalam kehidupan sehari-hari. Buku ini dirancang sebagai media yang menyajikan informasi sekaligus memberikan arahan sistematis kepada pembaca dalam mengimplementasikan isi yang terkandung di dalamnya. (2) Artikel ilmiah yang dipublikasikan pada jurnal bereputasi terindeks, yang dapat dimanfaatkan sebagai referensi ilmiah bagi peneliti lain yang tertarik pada kajian sejenis. (3) Instrumen intervensi berupa Rencana Pelaksanaan Bimbingan Konseling (RPBK), yang berfungsi sebagai alat implementatif dalam menerapkan teori konseling behavioral menggunakan teknik modeling guna mendukung penguatan kepercayaan diri peserta didik.