

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Siswa, sebagai individu unik dengan tahapan rasa percaya diri yang bervariasi, memiliki karakteristik yang sangat penting untuk dipahami dalam konteks edukasi. Setiap siswa memiliki potensi, kecakapan, kekuatan, dan minat yang berbeda-beda, yang merupakan hasil dari interaksi kompleks antara latar belakang pribadi, pengalaman hidup, dan lingkungan sosial yang beragam. Kesadaran akan keunikan individu ini membentuk dasar bagi strategi pendidikan yang holistik dan efektif. Di dalam tatanan pendidikan, peran guru merupakan faktor kunci dalam pembentukan sikap dan nilai-nilai positif siswa. Salah satu sikap positif yang berperan penting dalam pengembangan potensi siswa adalah kepercayaan diri. Siswa yang aktif berpartisipasi dalam pengembangan potensi diri akan sangat tergantung pada tingkat kepercayaan diri mereka. Kepercayaan diri yang kuat memungkinkan siswa untuk tidak hanya menyadari, tetapi juga mengoptimalkan potensi yang mereka miliki, sehingga memicu perkembangan diri yang positif serta kontribusi terhadap lingkungannya.

Sebaliknya, kekurangan dalam hal kepercayaan diri dapat timbul akibat ketakutan, rasa resah, khawatir, dan ketidakpastian yang ditandai dengan gejala fisik seperti jantung berdebar kencang dan tubuh yang gemetar. Kondisi ini akan menghambat siswa dalam mengoptimalkan potensi mereka. Oleh karena itu, membangun kepercayaan diri melalui proses belajar dan pembelajaran yang berkelanjutan, serta mendorong siswa untuk bersikap berani dalam berinteraksi sosial baik di dalam kelas maupun di luar kelas merupakan strategi yang dapat diterapkan untuk memupuk kepercayaan diri siswa. Percaya diri merupakan sifat pribadi yang menjadi dasar bagi peserta didik untuk maju dan berkembang secara optimal (Aristiani, 2016). Percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuat seseorang mampu untuk mencapai tujuan dalam hidupnya. Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. (Perdana, 2019).

Keyakinan diri merupakan aspek krusial dalam pengembangan potensi individu. Yakin akan kemampuan sendiri amatlah penting, khususnya dalam memengaruhi tingkat keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuannya. Kepercayaan diri merupakan kepercayaan atas kemampuan yang dimiliki, dan hal ini terbukti memengaruhi tingkat pelaksanaan tindakan yang pada gilirannya akan menentukan hasil dan kesuksesan dalam kehidupan seseorang. (Novita Nur Syntiawati & Ilmu Ma'arif, 2021). Bila seseorang memiliki modal kepercayaan diri yang kuat, individu tersebut mampu mengoptimalkan potensi diri dengan stabil. Namun, apabila kepercayaan diri seseorang rendah, mereka cenderung menghindari dari interaksi, cepat mengalami frustrasi saat

menghadapi tantangan, merasa tidak nyaman saat bergaul, dan kesulitan menerima realitas diri sendiri. Keberadaan kepercayaan diri dalam tampil di depan kelas dapat meningkatkan keberanian siswa dalam memberikan jawaban. Hal ini juga dapat meningkatkan keterampilan komunikasi, membentuk ketegasan, memperbaiki penampilan diri, dan mengendalikan emosi.

Seperti yang dikatakan oleh (Hakim, 2005) Sebagaimana dikutip dalam Aristiani, 2016 Berbicara tentang sikap dan keyakinan dalam diri manusia, rasa percaya diri merupakan elemen penting yang mempengaruhi bagaimana individu menghadapi tantangan dan publlici hidup. Kepercayaan diri yang tinggi terkait dengan berbagai aspek positif dalam perkembangan individu, khususnya bagi peserta didik. Dengan percaya diri, siswa dapat mengembangkan sifat mandiri, semangat, dan keyakinan akan potensi yang dimiliki. Selain itu, mereka akan mampu menjaga ketenangan dan mengendalikan kegugupan dalam menghadapi situasi menantang. Hal ini dapat memudahkan individu dalam bangkit dari kegagalan dan terus berproses menuju pencapaian tujuan. Percaya diri bermula dari kesadaran akan kemampuan dan tekad diri sendiri. Individu yang sadar akan potensinya dan memiliki keinginan kuat untuk melakukannya, akan mampu memotivasi diri untuk bertindak dan mencapai tujuannya. Percaya diri yang kuat memungkinkan seseorang untuk menyadari dan menerima kelemahan sebagai hal yang wajar, serta menggunakannya sebagai dorongan untuk mengembangkan kelebihan yang dimiliki. Dengan demikian, kelemahan tidak lagi menjadi penghambat melainkan sebagai penggerak menuju kesuksesan.

Kurangnya kepercayaan diri merupakan sebuah perkembangan yang terjadi seiring dengan perjalanan hidup individu, bukan merupakan karakteristik bawaan sejak lahir. Setiap siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang beragam, yang dapat berkembang menjadi keyakinan positif ataupun negatif terhadap diri sendiri. Mereka mampu menerima diri dengan segala keadaan dan mengidentifikasi kelebihan serta kekurangan yang dimiliki. Pengetahuan akan hal ini memungkinkan mereka untuk mengintrospeksi diri dan mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka. Sebaliknya, siswa dengan kepercayaan diri negatif cenderung mengalami ketidakstabilan emosional dan ketidakutuhan diri. Mereka kesulitan untuk mengenal diri sendiri, baik dari sisi kelebihan maupun kelemahan, serta potensi yang ada pada diri mereka. Ketidakmampuan ini menyebabkan mereka mengalami hambatan dalam mengidentifikasi kekuatan dan mengembangkan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki.

Peserta didik di SMPN 6 Singaraja masih banyak memiliki masalah percaya diri, terutama bagi siswa kelas VII. Hal ini didasarkan pada hasil observasi dan wawancara yang dilakukan penulis terhadap guru BK di SMPN 6 Singaraja. Adapun jumlah kelas VII 1 sampai VII 11 sebanyak 371 siswa. Selama penulis melaksanakan magang di SMP Negeri 6 Singaraja penulis melakukan observasi dan memberikan kuesioner yang dilakukan di seluruh kelas VII.1 hingga VII.11. Setelah peneliti melakukan pengisian kuesioner yang telah diisi atau diberikan kepada siswa. Rendahnya percaya diri siswa ditandai dengan adanya siswa yang masih banyak malu bertanya ketika merasa tidak mampu atau tidak mengerti dengan yang disampaikan oleh guru, sering berdiam diri meskipun sebenarnya

mampu, takut gagal, ditandai dengan enggan untuk maju kedepan saat diminta oleh guru, selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir dengan duduk di paling belakang, jika duduk paling depan biasanya siswa merasa takut untuk ditunjuk dan jika ditanya oleh guru sering diam dan takut untuk menjawab pertanyaan. Berdasarkan hal tersebut jika dipresentasikan maka siswa yang mengalami tingkat percaya diri yang rendah sebesar 66,54% dan siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang tinggi sekitar 33,46% Dengan hal tersebut usaha dalam meningkatkan percaya diri siswa di sekolah dibutuhkannya peranan dari guru bimbingan dan konseling. Penulis juga melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling menangani masalah yang terjadi pada siswa mengenai rendahnya rasa percaya diri yang dimana di peroleh keterangan bahwa siswa SMPN 6 Singaraja masih memiliki rasa percaya diri yang rendah, salah satu kelas yang siswanya memiliki percaya diri yang rendah yaitu kelas VII.11. Hal tersebut sering dilihat di saat guru bk masuk ke kelas VII 11 untuk memberikan materi atau layanan bimbingan klasikal. Banyak siswa yang menutup diri, enggan untuk bertanya, kurang berani tampil dan takut gagal karena mereka tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya. Sebenarnya mereka mampu, tetapi mereka merasa takut untuk mencoba.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri siswa dapat dijelaskan melalui analisis faktor internal dan eksternal. Internal, yang berasal dari diri sendiri, bisa mencakup ketidakpercayaan terhadap kemampuan pribadi, kesulitan dalam mengekspresikan pendapat, dan perilaku mencontek dalam ujian. Sementara itu, faktor eksternal termasuk pengaruh

negatif dari orang tua, seperti larangan, cemoohan, serta merendahkan tindakan siswa, dan menganggap cerita mereka sebagai khayalan. Kombinasi faktor-faktor ini memengaruhi perkembangan kepercayaan diri siswa yang rendah, terutama karena mereka belum terpapar secara memadai terhadap contoh-contoh positif dari teman sebaya dan lingkungan yang memiliki kepercayaan diri tinggi. Akibatnya, upaya layanan bimbingan dan konseling yang telah dilakukan di SMP Negeri 6 Singaraja dirasa belum memberikan dampak signifikan.

Sehubungan dengan hal tersebut, Guru Bimbingan dan Konseling di SMP tersebut telah mencoba memberikan layanan bimbingan klasikal kepada siswa kelas VII dengan materi tentang cara-cara meningkatkan kepercayaan diri. Meskipun demikian, pendekatan ini belum efektif. Oleh karena itu, penelitian ini mengusulkan penggunaan teknik konseling behavioral dengan model modeling dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah sangat penting digunakan dalam pengembangan diri siswa, khususnya rasa percaya diri siswa. Sesuai dengan fungsi bimbingan dan konseling yaitu adanya fungsi pemahaman, pengentasan, pemeliharaan, dan pengembangan. Dalam bimbingan dan konseling juga terdapat empat bidang ( Pribadi, sosial, belajar dan karir ) dan terdapat tujuh layanan ( layanan orientasi, informasi, penyaluran dan penempatan, penguasaan konten, konseling individu, konseling kelompok dan bimbingan kelompok ) dimana di setiap layanan tersebut dapat memfasilitasi perkembangan dan karakter siswa secara optimal terutama dalam mengatasi rasa percaya diri siswa.

Konseling behavioral memiliki asumsi dasar yang dimana setiap tingkah laku yang baru dan manusia yang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Konseling Behavioral adalah salah satu dari teori-teori konseling yang ada pada saat ini. Konseling behavioral merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak. (Nasir, 2018). Konseling behavioral merupakan pendekatan terapi tingkah laku yang bertujuan membantu siswa dalam mengubah perilaku yang tidak sesuai dan menggantinya dengan perilaku baru yang lebih adaptif. melalui proses ini, diharapkan siswa dapat mengembangkan serta mempertahankan perilaku yang lebih positif. (Nadila & Lubis, 2024). Pada hakikatnya konseling merupakan sebuah upaya pemberian bantuan dari seorang konselor kepada klien, bantuan di sini dalam pengertian sebagai upaya membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan mampu menghadapi krisis-krisis yang dialami dalam kehidupannya.

Konseling behavioral terdapat teknik Modeling yang dimana teknik modeling yaitu pemberian layanan konseling berupa penguatan-penguatan yang dianggap dapat mengubah atau menghapus pola-pola tingkah laku yang ingin dirubah. Modeling merupakan suatu teknik yang menggunakan konsekuensi menyenangkan dan tidak menyenangkan dalam merubah tingkah laku. Teknik Modeling digunakan untuk membentuk perilaku baru pada konseli dan memperkuat perilaku yang sudah terbentuk. Teknik modeling atau representasi adalah metode pembelajaran di mana seseorang mempelajari perilaku dengan mengamati model atau objek, lalu meniru atau mengurangi perilaku yang

diamati sambil menggeneralisasi berbagai pengamatan. (Nadila & Lubis, 2024). Dalam hal ini konselor menunjukkan kepada klien tentang perilaku model, dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup atau lainnya yang mudah dipahami oleh klien untuk mengubah perilaku yang diinginkan. (Nikmah dkk,2014). Teknik modeling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik modeling simbolik atau *Symbolic Modeling*. Teknik modeling simbolik merupakan teknik yang bersifat mekanistik merespon kepada lingkungan dengan kontrol yang terbebas, hidup dalam deterministik dan sedikit berperan aktif dalam menentukan martabatnya teknik ini disajikan melalui bahan-bahan tertulis, audio, video dan film.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eli Endrawati (2019) menunjukkan bahwa Pengaruh layanan konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mengurangi rasa tidak percaya diri pada siswa. Dari hasil *pretest* kelas eksperimen didapatkan skor 616 dengan rata-rata skor 77. Setelah diberikan *treatment* peserta didik mengalami penurunan rasa tidak percaya diri yang didapatkan dari hasil *posttest* yaitu dengan skor 245 dengan rata-rata skor sebesar 30,6. Pada kelas kontrol juga mengalami penurunan walaupun tidak lebih rendah dibandingkan dengan kelas eksperimen. Sehingga dalam penelitian ini yang menggunakan teknik desensitisasi sistematis berpengaruh untuk mengatasi rasa tidak percaya diri. Penelitian tersebut memiliki kesamaan dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas VII sedangkan perbedaan jika dibandingkan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu Menggunakan Konseling Behavioral dengan teknik modeling serta tempat penelitian yang berbeda.

Dilihat dari latar belakang diatas, maka dapat diketahui bahwa terdapat peserta didik di kelas VII 1 sampai kelas VII 11 SMPN 6 Singaraja mengalami sikap rendahnya Percaya diri. Jika masalah tersebut tidak segera ditangani, maka akan mengganggu proses pembelajaran siswa di kelasnya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut penulis akan menggunakan layanan konseling behavioral dengan teknik modeling simbolik. Pendekatan dengan konseling behavioral menggunakan teknik modeling simbolik lebih bersifat konsekuensi dalam menyenangkan atau tidak menyenangkan jika konseling dengan teknik modeling simbolik ini berjalan dengan baik akan memberikan contoh pada siswa sehingga dapat memberikan rasa percaya diri kepada siswa.

Dengan demikian, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Percaya diri Siswa Kelas VII SMPN 6 Singaraja”**. Hal ini dilihat apakah konseling behavioral dengan teknik modeling dapat mengatasi siswa yang mengalami tidak percaya diri.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis mengidentifikasi masalah yang akan menjadi bahan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Di SMP Negeri 6 Singaraja terdapat siswa yang memiliki Percaya diri yang rendah.

2. Terdapat siswa yang memiliki percaya diri rendah dengan ditandai adanya kurang berani tampil / takut gagal, sulit menerima kekurangan dan memandang rendah kemampuan diri sendiri.
3. Terdapat siswa yang sering berdiam diri meskipun sebenarnya mampu karena takut gagal hal tersebut ditandai dengan enggan untuk maju kedepan saat diminta oleh guru, selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir dengan duduk di paling belakang.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah yang digunakan agar menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok bahasan masalah, agar penelitian tersebut lebih terarah. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu untuk meningkatkan Percaya diri siswa dengan konseling behavioral menggunakan satu teknik yaitu Teknik Modeling.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditemukan di atas, maka penulis telah dapat menyimpulkan rumusan masalah yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimanakah kecenderungan profile sikap percaya diri siswa SMP Negeri 6 Singaraja ?
2. Apakah konseling behavioral dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan Percaya diri siswa di SMP Negeri 6 Singaraja ? .

## 1.5 Tujuan Penelitian

1. Mencari profil kecenderungan sikap percaya diri siswa .
2. Untuk meningkatkan percaya diri siswa melalui konseling behavioral dengan Teknik Modeling siswa kelas VII SMP Negeri 6 Singaraja.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan penelitian di atas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, yaitu sebagai berikut :

### 1.6.2 Manfaat Teoritis

1. Informasi yang dihasilkan melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan yang lebih baik dalam bidang pendidikan khususnya bimbingan dan konseling untuk meningkatkan Kepercayaan diri siswa.
2. Hasil penelitian ini memberikan rangsangan bagi penulis untuk lebih jauh dan menadalam terutama mengenai masalah-masalah yang belum tercapai dalam penelitian ini.
3. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pemahaman terkait efektivitas konseling behavioral dengan teknik Modeling untuk meningkatkan Kepercayaan diri siswa kelas VII di SMP Negeri 6 Singaraja.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Guru Pembimbing

Bagi guru pembimbing di sekolah tentu ini akan menjadi salah satu cara dalam mengatasi permasalahan siswa terutama pada permasalahan mengenai kepercayaan diri siswa.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti yaitu semakin bertambahnya wawasan peneliti dan dapat terselesaikannya tugas akhir peneliti, yang merupakan syarat utama dalam menyelesaikan pendidikan S1.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai sebuah referensi atau bahan pustaka, bagi peneliti lain dalam meningkatkan dan menambah wawasan.

