

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan aspek kognitif siswa, tetapi juga berperan penting dalam membentuk karakter, kepribadian, dan kesiapan mereka menghadapi tantangan kehidupan. Salah satu aspek psikologis yang sangat penting dalam menunjang perkembangan holistik siswa adalah kepercayaan diri atau rasa percaya diri (Blegur et al., 2019; Suranata, 2013; Verianto et al., 2015). Kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan, potensi, dan nilai dirinya sendiri, yang tercermin dalam sikap optimis, kemampuan mengambil keputusan, berani mengemukakan pendapat, dan sanggup menghadapi tantangan (Nizaar et al., 2020; Prabayanti et al., 2023; Rahayu et al., 2023).

Dalam konteks siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), kepercayaan diri menjadi faktor yang sangat krusial karena masa remaja adalah periode transisi yang penuh dengan gejolak emosi, pencarian identitas, dan tekanan sosial (Donche et al., 2014; Sharma & Puri, 2020). Siswa SMA dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan berbagai situasi yang kompleks, baik secara akademik maupun sosial. Rendahnya tingkat kepercayaan diri seringkali menghambat siswa dalam mencapai prestasi optimal, mengurangi partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran, serta menimbulkan perasaan cemas, takut gagal, dan menarik diri dari lingkungan social (Asiyah & Walid, 2019; Fransiska et al., 2016; Wirabrata et al., 2024).

Fenomena rendahnya kepercayaan diri di kalangan siswa SMA dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti latar belakang keluarga, pengalaman masa kecil, pola asuh orang tua, tekanan akademik yang tinggi, perundungan (bullying), serta lingkungan sekolah yang kurang suportif (D. F. N. Aini, 2018; Cook & Ogden, 2021). Selain itu, perbandingan sosial yang tidak sehat di era digital saat ini juga menjadi pemicu turunnya kepercayaan diri remaja. Siswa cenderung membandingkan dirinya dengan teman sebayanya, baik dalam hal prestasi, penampilan, maupun gaya hidup, sehingga memunculkan perasaan

rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri (Sulfemi, 2020; Syafi'ah, 2019).

Dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan remaja, sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memegang peran strategis dalam membantu siswa membangun kepercayaan diri yang sehat dan berkelanjutan. Salah satu layanan utama yang dapat dimanfaatkan adalah layanan bimbingan dan konseling, yang mencakup dua dimensi penting: bimbingan pribadi dan bimbingan sosial (S. Lestari et al., 2018; S. E. C. A. Lestari et al., 2018).

Bimbingan pribadi berfokus pada upaya membantu siswa mengenali dan memahami diri mereka secara lebih mendalam, termasuk dalam aspek potensi diri, minat, bakat, dan nilai-nilai pribadi. Layanan ini juga menekankan pada pengelolaan emosi secara adaptif, penguatan konsep diri positif, serta perencanaan tujuan hidup yang realistik sesuai dengan kemampuan dan kondisi masing-masing siswa (Putri, 2016). Melalui bimbingan pribadi, siswa didorong untuk mengembangkan kesadaran diri (*self-awareness*) dan keyakinan terhadap kapasitas yang dimiliki, yang menjadi fondasi penting bagi terbentuknya *self-confidence* yang kokoh (Amanda et al., 2022; S. U. Lestari et al., 2018).

Di sisi lain, bimbingan sosial berperan dalam membekali siswa dengan keterampilan menjalin hubungan yang sehat dan konstruktif dengan orang lain. Layanan ini membantu siswa memahami norma dan nilai sosial yang berlaku, membangun empati, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif, serta memupuk rasa tanggung jawab dalam interaksi sosial (M. K. Aini, 2022). Bimbingan sosial tidak hanya mendukung penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah, tetapi juga memfasilitasi mereka untuk mampu beradaptasi di masyarakat yang lebih luas. Dengan penguasaan keterampilan sosial yang baik, siswa akan merasa lebih percaya diri dalam menghadapi situasi sosial yang kompleks, baik di dalam maupun di luar sekolah (S. Lestari et al., 2021; S. U. Lestari et al., 2018).

Bimbingan pribadi dan sosial merupakan dua komponen esensial dalam pendekatan konseling yang memiliki keterkaitan erat dan sifat saling melengkapi. Bimbingan pribadi berfokus pada pengembangan kesadaran diri, penguatan

konsep diri positif, serta kemampuan mengelola emosi dan potensi diri secara optimal (Wardiani et al., 2022). Bimbingan sosial, di sisi lain, menitikberatkan pada pembentukan keterampilan berinteraksi, pemahaman norma sosial, pengembangan empati, serta kemampuan membangun hubungan interpersonal yang sehat (Oktapiani & Putri, 2018). Ketika kedua bentuk bimbingan ini dirancang dan dilaksanakan secara sistematis, terstruktur, serta berorientasi pada kebutuhan nyata siswa, keduanya dapat menjadi alat intervensi yang sangat efektif dalam membentuk dan menguatkan *self-confidence*.

Melalui layanan ini, siswa tidak hanya memperoleh pemahaman teoretis mengenai pentingnya percaya diri dan bagaimana membangunnya, tetapi juga mendapatkan kesempatan untuk terlibat dalam proses refleksi diri yang mendalam, berlatih keterampilan sosial dalam situasi yang terarah, serta menginternalisasi nilai-nilai positif yang relevan dengan kehidupan mereka (Fatihah et al., 2021; Rahmi et al., 2016). Proses internalisasi ini menjadi kunci, karena kepercayaan diri yang terbentuk bukan sekadar hasil dari motivasi sementara, melainkan berasal dari perubahan mindset dan perilaku yang berkelanjutan. Dengan demikian, bimbingan pribadi dan sosial yang terintegrasi tidak hanya berdampak pada peningkatan rasa percaya diri dalam konteks akademik, tetapi juga memperkuat kesiapan siswa dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat luas.

Namun hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan adanya tantangan dalam pelaksanaannya. Ireeel et al. (2018) menunjukkan bahwa keterbatasan bahan ajar khusus dalam layanan bimbingan berdampak langsung pada rendahnya efektivitas peningkatan kepercayaan diri siswa. Penelitian Wulandari et al. (2021) menegaskan bahwa minimnya pelatihan profesional bagi guru BK menghambat penerapan strategi konseling yang inovatif dan berpusat pada siswa. Sementara itu, Maemunah et al. (2025) menyoroti ketiadaan panduan bimbingan pribadi dan sosial yang terarah serta berbasis riset, sehingga pelaksanaan layanan sering kali bersifat improvisasi dan tidak memiliki tolok ukur yang jelas. Ketiga penelitian ini memperkuat urgensi dari integrasi bimbingan pribadi dan sosial yang terstruktur, teruji secara ilmiah, dan mudah diimplementasikan untuk mendukung penguatan *self-confidence* siswa di sekolah.

Dalam konteks kebutuhan akan dasar empiris yang kuat, penelitian ini memilih pendekatan tinjauan literatur sistematis (Systematic Literature Review/SLR) untuk memetakan secara komprehensif keterkaitan bimbingan pribadi dan bimbingan sosial dengan peningkatan kepercayaan diri siswa SMA. SLR dipilih karena mampu menyintesis bukti ilmiah yang tersebar, mengurangi bias seleksi, serta menghasilkan pemahaman yang terstruktur mengenai konsep kunci, strategi intervensi, dan faktor pendukung/penghambat di lingkungan sekolah menengah. Dengan demikian, kajian ini diharapkan memberi pijakan akademik yang transparan dan dapat direplikasi bagi praktisi dan peneliti dalam merancang layanan bimbingan yang selaras dengan kebutuhan remaja masa kini.

Secara operasional, SLR ini mengikuti standar pelaporan PRISMA melalui empat tahap utama: identifikasi, *screening*, *eligibility*, dan inklusi (M J Page et al., 2021). Pada tahap identifikasi, peneliti menyusun protokol pencarian (ruang lingkup, pertanyaan penelitian, dan kriteria seleksi). Pencarian dilakukan pada beberapa basis data terverifikasi (Google Scholar, ERIC, Garuda, ScienceDirect, DOAJ, dan ProQuest) dalam rentang 2014–2024, mengutamakan artikel *peer-reviewed* berteks penuh. Tahap screening dimulai dengan penghapusan duplikasi dan penapisan judul–abstrak terhadap kesesuaian topik, menghasilkan laporan yang dicari naskah penuhnya. Pada tahap *eligibility*, laporan ditelaah *full-text* menggunakan kriteria inklusi–eksklusi yang telah ditetapkan. Artikel yang tidak memenuhi kriteria metodologis atau tidak relevan dikeluarkan dari analisis.

Tahap inklusi menetapkan penelitian yang memenuhi syarat untuk dianalisis. Untuk menjaga mutu bukti, tiap studi dievaluasi kualitas metodologinya (misalnya kejelasan desain, kecukupan sampel, prosedur pengukuran kepercayaan diri, dan ketepatan analisis). Data diekstraksi secara sistematis mencakup penulis, tahun, konteks/setting, karakteristik partisipan, jenis layanan bimbingan (pribadi/sosial/terpadu), instrumen pengukuran kepercayaan diri, temuan utama, serta implikasi praktis. Sintesis dilakukan dengan analisis tematik: peneliti melakukan *coding*, kategorisasi, dan pengelompokan tema lintas studi (strategi layanan integratif, peran guru BK, faktor pendukung dan penghambat, serta keluaran kepercayaan diri), kemudian membangun narasi sintesis yang koheren.

Risiko bias dipertimbangkan melalui pemeriksaan konsistensi temuan antar-studi dan *triangulation* sumber, sedangkan *audit trail* proses seleksi disajikan melalui bagan alur PRISMA sesuai angka di atas (Matthew J Page et al., 2021). Dengan alur SLR yang ketat dan terdokumentasi ini, penelitian diharapkan menyajikan peta bukti yang jelas tentang peran strategis bimbingan pribadi dan sosial dalam penguatan kepercayaan diri siswa SMA, sekaligus menyoroti celah riset dan praktik yang perlu ditindaklanjuti pada studi-studi lanjutan.

Penelitian ini penting untuk dilakukan sebagai bentuk kontribusi ilmiah dalam menjawab kebutuhan praktis di sekolah, khususnya dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pendekatan bimbingan pribadi dan sosial. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang peran strategis bimbingan pribadi dan sosial dalam penguatan kepercayaan diri siswa, serta memberikan arah bagi pengembangan program bimbingan yang lebih efektif, humanistik, dan berorientasi pada kebutuhan remaja masa kini.

### 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini, yaitu:

1. Rendahnya tingkat kepercayaan diri siswa SMA, yang berdampak pada kemampuan mereka dalam berinteraksi sosial, mengambil keputusan, serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan akademik dan non-akademik.
2. Minimnya intervensi terstruktur dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam bidang bimbingan pribadi dan sosial yang secara langsung berperan dalam pembentukan kepercayaan diri siswa.
3. Kurangnya pendekatan reflektif dan interaktif dalam layanan bimbingan di sekolah, sehingga siswa kesulitan dalam mengenali potensi diri, mengelola emosi, dan membangun hubungan sosial yang sehat.

### 1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini terfokus dan tidak menyimpang dari tujuan yang ingin dicapai, maka ruang lingkup penelitian dibatasi pada hal-hal berikut:

1. Jenis penelitian ini merupakan tinjauan literatur sistematis (systematic literature review), sehingga data yang digunakan berasal dari hasil studi terdahulu, baik dalam bentuk artikel jurnal, laporan penelitian, maupun publikasi ilmiah relevan lainnya, bukan data lapangan.
2. Topik yang dikaji terbatas pada peran layanan bimbingan pribadi dan bimbingan sosial dalam konteks pendidikan, khususnya pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) atau remaja usia setara SMA.
3. Aspek yang dianalisis difokuskan pada kepercayaan diri (rasa percaya diri) sebagai variabel hasil (*outcome*), bukan pada aspek psikologis lain seperti *self-esteem*, *self-efficacy*, atau motivasi belajar, meskipun aspek tersebut terkadang muncul dalam studi yang ditelaah.
4. Literatur yang ditinjau dibatasi pada publikasi ilmiah dalam rentang 10 tahun terakhir (2014–2024) dan yang tersedia dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.
5. Penelitian ini tidak membahas implementasi langsung di sekolah atau pengembangan produk bimbingan, melainkan bertujuan untuk merumuskan pemahaman teoretis dan praktik baik (*best practices*) dari berbagai studi terdahulu.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran peran bimbingan pribadi dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siswa SMA berdasarkan hasil tinjauan literatur sistematis?
2. Bagaimana peran bimbingan sosial dalam mendukung peningkatan kepercayaan diri siswa SMA menurut berbagai sumber literatur?
3. Apa saja strategi atau pendekatan yang direkomendasikan dalam literatur untuk mengintegrasikan bimbingan pribadi dan sosial dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA?

4. Faktor-faktor apa saja yang mendukung atau menghambat efektivitas bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA menurut hasil studi terdahulu?

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan peran bimbingan pribadi dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA berdasarkan hasil kajian literatur sistematis.
2. Mendeskripsikan peran bimbingan sosial dalam mendukung peningkatan kepercayaan diri siswa SMA berdasarkan hasil kajian literatur sistematis.
3. Mengidentifikasi pendekatan, strategi, dan praktik bimbingan pribadi dan sosial yang efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA berdasarkan temuan-temuan dari berbagai studi terdahulu.
4. Menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan bimbingan pribadi dan sosial dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA menurut hasil kajian literatur.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoretis:**

- 1 Memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian ilmiah mengenai peran bimbingan pribadi dan sosial dalam konteks psikologi pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri pada remaja.
- 2 Menjadi dasar teoritis bagi penelitian lanjutan yang berkaitan dengan implementasi model bimbingan konseling berbasis kepercayaan diri.

### **1.6.2 Manfaat Praktis:**

- 1 Bagi guru bimbingan dan konseling: Memberikan referensi mengenai pendekatan yang efektif dalam memberikan layanan bimbingan pribadi dan sosial untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

- 2 Bagi sekolah: Memberikan gambaran pentingnya integrasi layanan bimbingan pribadi dan sosial secara sistematis untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan psikologis siswa.
- 3 Bagi peneliti selanjutnya: Menjadi rujukan awal untuk pengembangan produk atau intervensi yang lebih aplikatif dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa di lingkungan sekolah menengah.

