

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) memasuki tahap perkembangan remaja. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak. Masa ini merupakan masa yang labil Anna Freud (Jahja, 2012). bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan. Masa remaja merupakan sebuah periode yang sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua. Merujuk pada hal tersebut, penulis beranggapan bahwa meningkatkan *Self Defference* pada siswa sangatlah penting dan media yang digunakan untuk memecahkan masalah tersebut menggunakan pendekatan konseling rasional emotive behavior dengan teknik neuro linguitik programing (Jahja, 2012).

Remaja dituntut aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah sehingga mereka memiliki banyak kesempatan untuk bersama-sama dengan teman sebayanya dalam mempraktikkan sikap dan nilai-nilai yang dianut sebagaimana orang dewasa. Tugas perkembangan pada remaja menuntut

perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak. Tugas-tugas perkembangan masa remaja sangat penting untuk menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri sehingga masa remaja sering menjadi masalah yang cukup sulit untuk diatasi (Jahja, 2012).

Menurut (Dharsana K, 2015) *Self Defference* adalah Mampu Mentaati perintah atau aturan, mampu dapat menerima saran dari orang lain, Mampu mengikuti petunjuk serta mengerjakan apa yang di harapkannya. Pendapat ini mengandur 3 unsur indicator yaitu 1. Mampu mentaaati perintah dan aturan. 2. Dapat menerima saran-saran dari orang lain. 3. Dapat mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang di harapkannya.

Menurut Murray dalam (K. Dharsana, 2016) *Self Defference* yaitu adanya kemauan untuk menyesuaikan diri mengikuti perintah atau aturan. Berdasarkan dari definisi diatas maka *Self Defference* mempunyai beberapa indikator yaitu : 1) mentaati perintah atau aturan meliputi, 2) mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) mengikuti petunjuk- petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Menurut Dharsana Bimbingan adalah proses mengarah yang menuntun individu agar dapat mengaktualisasikan dirinya. Sedangkan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui tatap

muka secara langsung seorang konselor dengan konseling yang sedang mengalami suatu masalah (Dharsana, 2017). Menurut (Eni, 2018) Layanan bimbingan konseling merupakan layanan bantuan siswa agar siswa dapat mandiri dan berkembang secara optimal.

Jadi *Self Defference* dapat ditingkatkan melalui dengan proses konseling dengan memicu pada salah satu teori yang tepat untuk digunakan teori konseling berjumlah 22 teori, yaitu konseling yaitu Teori Psikoanalisis (Sigmund Freud), Teori Konseling Adlerian, Teori Konseling Humanistik, Teori Konseling Eksistensial, Teori Konseling Behavioral, Konseling Kognitif & Tingkah Laku-Kognitif, Reality Therapy (RT) , Cognitive Therapy (CT), Cognitive Behavior Therapy (CBT), Teori Gestalt Therapy, Teori Trait And Factor, Teori Client-Centered, Teori Analisis Transaksional , Teori Psikodinamika , Teori Realita , Teori Logo Konseling, Teori Kognitif Sosial , Teori Konsepsi , Teori Konseling Eklektik, Teoei Konseling Personologi, Teori Konseling Karir Pemilihan Jabatan. (Dharsana, 2017: 271-285).

Adapun teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori konseling rasional emotive behavior Therapy, alasannya karena teori konseling rasional emotive Behavior Therapy memenuhi syarat untuk mengintervensi *Self Defference*, teori ini memiliki asumsi bahwa manusia memainkan peran penting dalam menyebabkan kesulitan sendiri melalui cara mereka dalam menginterpretasi situasi atau peristiwa lingkungan,

dengan kata lain kognisi manusia merupakan sumber kesulitannya mudah dikombinasikan dengan teknik tingkah laku lainnya, untuk membantu klien mengalami apa yang mereka pelajari lebih jauh lagi, pendekatan ini terus-menerus berevolusi selama bertahun-tahun dan tekniknya telah di perbaiki.

Pendekatan Teori Konseling Rasional Emotive Behavior Therapy (RBT) adalah pemecahan masalah yang fokus pada aspek berpikir, menilai, memutuskan, direktif tanpa lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi-dimensi perasaan (Ikbal, 2016).

Agar bisa melakukan intervensi yang efektif maka dipilihlah teknik-teknik konseling yang dapat digunakan untuk mengintervensi indikator dan fenomena yang dialami siswa-siswa tersebut. Adapun Teknik yang dapat digunakan dalam mengintervensi *Self Defference* adalah Teknik Neuro Linguistic Programing Therapy.

Teknik yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik Neuro Linguistic Programing, alasannya karena Teknik Neuro Linguistic Programing memiliki kelebihan dari teknik ini mempunyai cara yang lebih sistematis untuk membantu siswa merubah pola pikir siswa yang lebih efektif dalam menggunakan sudut pandang holistik dalam memahami dan menyelesaikan masalah, maka dari itu teknik ini memenuhi syarat untuk mengintervensi *Self Defference*.

Teknik Neuro Linguistic Programing dalam Encyclopedia of Systemic NLP and NLP New Coding adalah pola-pola atau pemrograman yang diciptakan dari hubungan antara otak (neuro), bahasa (linguistic) dan kondisi tubuh (body state), Ditinjau dari perspektif NL, hubungan tersebut akan mempengaruhi perilaku manusia yang efektif dan tidak efektif, dan sangat memengaruhi pembentukan mental individu yang adjustment dan maladjustment (Dilts, 2000: 849).

Teknik atau strategi yang akan digunakan terlebih dahulu akan di uji keefektivitasannya dalam meningkatkan *Self Defference*. Dengan demikian peneliti akan melakukan treatment terhadap beberapa siswa di kelas X SMKN 1 Singaraja yang dikategorikan memiliki *Self Defference* yang rendah. Maka dari itu judul penelitian yang digunakan adalah “Efektivitas Konseling Rasional Emotive Behavior Dengan Teknik *Neuro Linguistic Programing* Untuk Meningkatkan *Self Defference* Pada Siswa SMK N 1 Singaraja ”.

Berdasarkan hasil observasi pengamatan di SMK N 1 Singaraja yang dilakukan peneliti ditemukan bahwa siswa memiliki karakter seperti (1) 3% siswa mengikuti perintah dan aturan namun sebaliknya 2% siswa yang di observasi melaporkan bahwa mereka acuh tak acuh dalam mengikuti perintah dan aturan. (2) 3% siswa menerima saran-saran dan pendapat dari orang lain, namun sebaliknya 5% siswa yang tidak terlalu percaya terhadap temannya setelah memberikan saran dan pendapatnya. (3) 3 % siswa mengikuti petunjuk-petunjuk serta mengerjakan apa yang

diharapkannya, namun sebaliknya siswa 4% siswa malas dalam mengerjakan apa yang ia harapkannya. Dari hasil observasi disajikan di lampiran.

Selanjutnya dari hasil wawancara pengamatan yang dilakukan peneliti ditemukan bahwa siswa memiliki karakter seperti (1) 3% siswa mengikuti perintah dan aturan namun sebaliknya 2% siswa yang di observasi melaporkan bahwa mereka acuh tak acuh dalam mengikuti perintah dan aturan. (2) 3% siswa menerima saran-saran dan pendapat dari orang lain, namun sebaliknya 5% siswa yang tidak terlalu percaya terhadap temannya setelah memberikan saran dan pendapatnya. (3) 3 % siswa mengikuti petunjuk-petunjuk serta mengerjakan apa yang diharapkannya, namun sebaliknya siswa 4% siswa malas dalam mengerjakan apa yang ia harapkannya Dari hasil wawancara disajikan dilampirkan.

Berdasarkan hasil pemantauan buku harian siswa peneliti menemukan seperti (1) 3% siswa mengikuti perintah dan aturan namun sebaliknya 2% siswa yang di observasi melaporkan bahwa mereka acuh tak acuh dalam mengikuti perintah dan aturan. (2) 3% siswa menerima saran- saran dan pendapat dari orang lain, namun sebaliknya 5% siswa yang tidak terlalu percaya terhadap temannya setelah memberikan saran dan pendapatnya. (3) 3 % siswa mengikuti petunjuk-petunjuk serta mengerjakan apa yang diharapkannya, namun sebaliknya siswa 4% siswa malas dalam mengerjakan apa yang ia harapkannya Dari hasil pemantauan buku harian siswa disajikan dilampiran.

Berikut dari hasil koreksi lembar jawaban kuesioner siswa peneliti menemukan seperti (1) 3% siswa mengikuti perintah dan aturan namun sebaliknya 2% siswa yang di observasi melaporkan bahwa mereka acuh tak acuh dalam mengikuti perintah dan aturan. (2) 3% siswa menerima saran-saran dan pendapat dari orang lain, namun sebaliknya 5% siswa yang tidak terlalu percaya terhadap temannya setelah memberikan saran dan pendapatnya. (3) 3% siswa mengikuti petunjuk-petunjuk serta mengerjakan apa yang diharapkannya, namun sebaliknya siswa 4% siswa malas dalam mengerjakan apa yang ia harapkannya. Dari hasil koreksi lembar jawaban kuesioner siswa disajikan di dalam lampiran.

Berikutnya dari hasil catatan buku harian siswa di sekolah menunjukkan siswa cenderung (1) 3% siswa mengikuti perintah dan aturan .(2) 3% siswa menerima saran-saran dan pendapat dari orang lain.(3) 3% siswa mengikuti petunjuk-petunjuk serta mengerjakan apa yang diharapkannya. Dari hasil catatan buku pribadi siswa disajikan di lampiran.

Selanjutnya dari hasil catatan guru bk menunjukkan siswa cenderung (1) 3% siswa mengikuti perintah dan aturan namun sebaliknya 2% siswa yang di observasi melaporkan bahwa mereka acuh tak acuh dalam mengikuti perintah dan aturan. (2) 3% siswa menerima saran-saran dan pendapat dari orang lain, namun sebaliknya 5% siswa yang tidak terlalu percaya terhadap temannya setelah memberikan saran dan pendapatnya. (3)

3 % siswa mengikuti petunjuk-petunjuk serta mengerjakan apa yang diharapkannya, namun sebaliknya siswa 4% siswa malas dalam mengerjakan apa yang ia harapkannya. Dari hasil catatan guru bk siswa disajikan di lampirkan.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dipaparkan diatas, peneliti memberikan identifikasi masalah yang akan menjadi bahan penelitian adalah:

1. Bahwa terdapat siswa yang masih mengalami *Self Defference* yang rendah di kelas X PH A SMK Negeri 1 Singaraja dengan gejala perilaku seperti datang terlambat, bolos, melanggar atribut sekolah dan tidak menyelesaikan tugas tepat waktu.
2. Masih banyak ditemukan siswa yang memiliki *Self Defference* rendah dan diharapkan orang Tua, Guru di sekolah mampu membantu siswa dalam meningkatkan *Self Defference*.

## 1.3 Pembatasan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan dan mengingat terbatasnya waktu, materi, serta kemampuan penelitian serta pembatasan masalah ini dilakukan agar peneliti lebih fokus dan memperoleh hasil yang optimal Maka penelitian ini terbatas pada:

- 1) Penelitian ini terbatas pada pemberian konseling rasional emotive behavior dengan teknik *Neuro Linguistic Programming*



untuk meningkatkan *Self Defference* siswa kelas X Ph A di SMK Negeri 1 Singaraja.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, adapun rumusan maslaah yang dapat diuraikan yaitu :

1. Apakah terdapat pengaruh pendekatan konseling *Rational emotive behavior* dengan teknik neuro linguistic programing dalam meningkatkan *Self Defference* siswa kelas X SMK N 1 Singaraja?
2. Apakah konseling rasional emotive behavior dengan teknik *neuro linguistic programing* efektif untuk meningkatkan *Self Defference* siswa kelas X Ph A SMK N 1 Singaraja?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, tujuan pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pendekatan konseling *Rational emotive behavior* dengan teknik neuro linguistic programing dalam meningkatkan *Self Defference* siswa kelas X Ph A SMK N 1 Singaraja.
2. Untuk mengetahui keefektivitas pengaruh pendekatan konseling *Rational emotive behavior* dengan teknik neuro linguistic programing dalam meningkatkan *Self Defference* Siswa kelas X Ph A SMK N 1 Singaraja.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian di atas dapat mengetahui konseling *Rasional Emotive Behavior* dengan Teknik *Neuro Linguistic Programing* dapat meningkatkan *self deference* pada siswa. Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang positif dalam bidang bimbingan konseling terutama kepada guru BK dan bermanfaat untuk menambah wawasan guru BK dalam pelaksanaan penerapan *Konseling Rasional Emotive Behavior* Dengan Teknik *Neuro Linguistic Programing* dapat meningkatkan *Self Defference*.

### 2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat dari hasil penelitian ini adalah:

#### 1) Bagi Guru BK.

Untuk membantu dalam menyusun kebijakan sehubungan dengan upaya meningkatkan *self deference* siswa, serta dalam pemberian konseling selanjutnya pada siswa dengan harapan agar pelaksanaan bimbingan dan konseling dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan prosedur pelaksanaannya.

#### 2) Bagi Peneliti.

Sedangkan manfaat penelitian bagi peneliti adalah untuk menambah wawasan dalam bidang penulisan karya ilmiah.

3) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini akan menjadi referensi bagi penelitian sejenis pada masa yang akan datang.

4) Bagi Siswa

Adapun manfaat bagi siswa yaitu dapat terpenuhinya kebutuhan dari *Self Defference*.

