

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu proses pembelajaran bagi individu untuk mencapai pengetahuan dan pemahaman yang lebih tinggi mengenai obyek-obyek tertentu dan spesifik. Selain itu pendidikan juga merupakan suatu proses yang dapat menghasilkan perubahan, perkembangan kemampuan seseorang dalam membuktikan rasa percaya diri serta sikap dan perilaku inovatif dan kuantitatif.

Di dalam Undang-Undang No.22 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional pada Bab II menyebutkan bahwa “Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan, watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk perkembangannya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, beriman cakap, kreatif, mandiri, menjadi warga Negara yang demokrasi serta bertanggung jawab.

Manusia sebagai makhluk individu sekaligus makhluk sosial dalam bersikap dan berperilaku tidak lepas akan konsep diri yang dimilikinya. Individu akan berkembang dan mengalami perubahan-perubahan baik secara fisik maupun psikis sesuai dengan konsep dirinya. Sejak kecil individu telah dipengaruhi dan dibentuk oleh berbagai pengalaman yang dijumpai dalam hubungannya dengan individu lain, terutama orang terdekat, maupun yang dijumpai dalam peristiwa kehidupan. Sejarah hidup individu dari masa lalu membuat dirinya lebih baik atau lebih buruk

dari kenyataan yang sebenarnya. Cara pandang individu terhadap dirinya akan membentuk suatu konsep dirinya sendiri.

Konsep diri (self-concept) adalah gambaran individu tentang dirinya sendiri dan penilaian secara kognitif terhadap diri yang terintegrasikan melalui berbagai dimensi. Konsep tentang diri merupakan hal penting bagi kehidupan individu karena konsep diri menentukan bagaimana individu bertindak dalam berbagai situasi, namun perjalanan hidup seseorang tidak selamanya berjalan dengan mulus (Sumardjono 2014: 59). Setiap orang pasti mempunyai konsep diri tertentu terhadap dirinya sendiri. Ada yang mempunyai konsep diri yang negatif dan ada pula yang mempunyai konsep diri yang positif. Konsep diri positif dan negatif pada remaja bisa terbentuk melalui proses belajar yang dimulai sejak masa pertumbuhan dari kecil sampai dewasa serta pengaruh dari lingkungan. Lingkungan yang kurang mendukung cenderung mempunyai konsep diri yang negatif. Agar tidak membentuk konsep diri yang negatif, lingkungan dan orang tua harus memberikan sikap yang baik dan positif sehingga individu akan merasa dirinya berharga sehingga tumbuh konsep diri yang positif. Dalam pandangan lain konsep diri yang positif dapat terbentuk oleh beberapa hal, yaitu melalui penanaman nilai-nilai agama yang kuat, kepercayaan diri, dan menerima diri sendiri. Untuk konsep diri negatif dapat terbentuk oleh kurangnya perhatian kasih sayang, kurangnya penanaman nilai-nilai agama, kurangnya kepercayaan diri dan tidak mampu menerima diri apa adanya. Namun satu hal yang menentukan adalah cara pandang diri kita sendiri. Semakin seseorang berpendapat negatif maka semakin sering muncul konsep-konsep negatif tentang dirinya sendiri. Sebaliknya

semakin seseorang mempunyai pandangan yang positif terhadap dirinya sendiri maka semakin positif pula konsep yang ia miliki.

Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu, dalam masyarakat orang dewasa. Pada masa remaja, mulai tumbuh dalam dirinya dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang akan memahami dan menolongnya, teman yang dapat turut merasakan suka dan dukanya pada masa ini, sebagai masa yang mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi sebagai gejala remaja menurut Yusuf (2000: 20). Peran teman sebaya dalam pergaulan remaja menjadi sangat menonjol. Hal ini sejalan dengan meningkatnya minat individu dalam persahabatan serta keikutsertaan dalam kelompok. Kelompok teman sebaya juga menjadi suatu komunitas belajar di mana terjadi pembentukan peran dan standar sosial yang berhubungan dengan pekerjaan dan prestasi.

Pengaruh utama dalam pembentukan konsep diri remaja selain keluarga dan saudara adalah teman. Teman mempunyai peranan yang tidak bisa diremehkan karena dengan kedekatannya seorang teman bisa membantu, menolong, mendukung sehingga akan terjadi kedekatan yang memudahkan memberikan masukan dan pengaruh terhadap persepsi dan konsep diri seseorang. Remaja mempunyai kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh teman dan kelompok sebaya yang lebih luas, yang bisa menimbulkan perasaan senang ketika diterima atau stress berat dan kecemasan ketika dilarang masuk/dan dikucilkan oleh teman sebaya. Bagi banyak remaja, bagaimana ia terlihat oleh sebayanya adalah aspek yang paling penting dalam kehidupan mereka, dan satu fungsi yang

paling penting dari teman sebaya adalah sebagai satu sumber informasi tentang dunia di luar keluarga menurut (Santrock, 2007:311).

Dalam penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siska, Sudardjo dan Esti Hayu Purnamaningsih yang terdapat di dalam penelitian Robi'atul Adawiyah (2012) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta mengatakan bahwa kepercayaan diri mahasiswa berada pada kategori sedang yaitu 47% dan kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa berada pada kategori tinggi yaitu 52,6%. Dan berdasarkan hasil observasi 45 mahasiswa semester 3 program studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga menunjukkan mahasiswa terlihat pasif, cenderung menutup diri dan kurang mampu untuk berkomunikasi dan menyampaikan pendapat, ide dan gagasannya di depan dosen dan teman-temannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa rendahnya konsep diri mahasiswa. Karena menurut Gunarsa (1983) salah satu faktor kepribadian yang berhubungan erat dengan kecemasan dalam berkomunikasi adalah konsep diri.

Dalam Jurnal Penelitian Era Sukmawati dan Rosita Yuniati Universitas Setia Budi Surakarta terdapat hasil penelitian Prabandari (dalam Sinta, 2002) ditemukan bahwa dari 223 mahasiswa, 115 mahasiswi (51,57%) mengalami depresi, sedangkan pada penelitian Pangesti (dalam Sinta, 2002) menemukan bahwa dari 111 mahasiswa baru, 61 mahasiswa mengalami depresi juga. Menurut Beck, seseorang yang mengalami depresi cenderung membandingkan diri dengan orang lain, meyakinkan diri dengan mengevaluasi diri yang negatif, pikiran-pikiran yang negatif atau disebut dengan kognitif depresi yang dapat menyebabkan depresi atau bahkan memperburuk keadaan atau kondisi yang bersifat negatif. Kecenderungan

depresi pada remaja itu sendiri disebabkan karena beberapa hal, salah satunya karena konsep diri yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 11 Februari 2016 di jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dari 15 orang mahasiswa, diketahui ada 10 orang mahasiswa yang memiliki konsep diri yang rendah/negatif misalnya bersikap pesimis, meragukan kemampuannya sendiri, menganggap orang tua dan lingkungan sekitarnya tidak menghargai dirinya dan tidak percaya diri. Salah satu cara yang ditempuh untuk mengetahui dan memperbaiki konsep diri mahasiswa di Universitas Negeri Medan adalah dengan melakukan penelitian dan melakukan proses layanan konseling kelompok teman sebaya menggunakan teknik realita.

Layanan konseling kelompok teman sebaya diperkirakan sangat tepat digunakan sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling untuk diberikan kepada remaja/mahasiswa yang memiliki konsep diri yang rendah. Konseling sebaya adalah upaya bantuan yang diberikan oleh seorang teman seusianya untuk mengatasi masalah temannya melalui wawancara konseling, sehingga temannya tersebut dapat berfikir menemukan solusi, perasaannya menjadi nyaman, memiliki sikap positif dalam menghadapi realita, dan memiliki kemampuan menyelesaikan masalahnya serta bertanggungjawab terhadap dirinya.

Menurut (Milfayetty & Rosmala Dewi, 2011:7) dengan sederhana dapat didefinisikan bahwa konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya (biasanya usia/tingkatan pendidikannya hampir sama) yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga diharapkan dapat memberikan bantuan baik secara

individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.

Konseling ini bisa dilakukan secara individual maupun kelompok. Konseling kelompok berorientasi pada perkembangan individu dan usaha menemukan kekuatan-kekuatan yang bersumber pada diri individu itu sendiri dalam memanfaatkan dinamika kelompok. Kegiatan konseling kelompok merupakan hubungan antar pribadi yang menekankan pada proses berpikir secara sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu menjadi sadar akan kelemahan dan kelebihanannya, mengenali keterampilan, keahlian dan pengetahuan serta menghargai nilai dan tindakannya sesuai dengan tugas-tugas perkembangan (Wibowo, 2005:33-34)

Ada beberapa pendekatan yang dapat diterapkan dalam konseling kelompok yaitu Rational emotive therapy, konseling behavioristik, dan wawancara untuk menyesuaikan diri ( *Interview for adjustment* ) (Winkel, 2006: 619). Konseling Behavioristik terbagi dalam Terapi Realita dan Multimodal Counseling. Maka dalam penelitian ini peneliti menganggap pendekatan yang paling sesuai untuk diterapkan adalah terapi realita. Terapi realita adalah suatu pendekatan konseling yang diberikan untuk membantu klien bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya dalam bentuk nyata, dapat memahami diri sendiri, mengetahui hak – hak pribadinya tanpa melanggar hak orang lain, dan dapat mengembangkan serta membina kepribadian atau kesehatan mental klien secara sukses (Corey, 2005: 266).

Melalui layanan konseling teman sebaya ini, seorang remaja menjadi sadar akan pentingnya membina konsep diri. Pada dasarnya, konseling teman sebaya merupakan suatu cara bagi remaja untuk belajar bagaimana memperhatikan dan membantu remaja (anak-anak) lain, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari menurut Carr (dalam Erhamwilda, 2015:43). Dengan layanan konseling teman sebaya ini, remaja/mahasiswa diharapkan mampu memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalah yang dialaminya khususnya masalah dalam dirinya yaitu konsep diri.

Berdasarkan masalah di atas, maka penulis merasa penting untuk menjadikan masalah ini sebagai suatu penelitian ilmiah dengan menetapkan judul **“Pengaruh Konseling Kelompok Teman Sebaya Menggunakan Teknik Realita Terhadap Konsep Diri Mahasiswa Universitas Negeri Medan Tahun Ajaran 2015/2016”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, terkait dengan pemahaman konsep diri, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Ada kecenderungan mahasiswa tidak mau atau enggan datang kepada dosen Pembimbing Akademik untuk mendapatkan pelayanan konseling, jika menghadapi masalah.
2. Banyak mahasiswa-mahasiswa yang memiliki masalah mencari mahasiswa lain untuk mendiskusikan masalah pribadi mereka.

3. Kurangnya waktu bagi dosen Pembimbing Akademik untuk memberikan pelayanan bimbingan dan konseling bagi mahasiswa.
4. Masih ada mahasiswa yang belum menerapkan konsep diri yang positif dan kurang membangun hubungan yang dekat dengan dosen Pembimbing Akademik, sehingga ketika mahasiswa menghadapi masalah lebih mencari teman sebaya untuk mendiskusikannya.

### **1.3 Batasan Masalah**

Agar penelitian ini lebih terarah dan untuk mencegah luasnya permasalahan, maka peneliti hanya membatasi pokok permasalahan yang diteliti yaitu Pengaruh Konseling Kelompok Teman Sebaya Menggunakan Teknik Realita Terhadap Konsep Diri Mahasiswa Kelas Ekstensi A 2014 Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Medan Tahun Ajaran 2015/2016.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada Pengaruh Konseling Kelompok Teman Sebaya Menggunakan Teknik Realita Terhadap Konsep Diri Mahasiswa Universitas Negeri Medan Tahun Ajaran 2015/2016?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan utama dari penelitian ini adalah “untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok teman

sebaya menggunakan teknik realita terhadap konsep diri mahasiswa Universitas Negeri Medan Tahun Ajaran 2015/2016”.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling yang berhubungan dengan layanan konseling kelompok teman sebaya realita dalam menangani konsep diri mahasiswa di Universitas.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Mahasiswa**

Diharapkan penelitian ini dapat membantu mahasiswa untuk terjalin sikap saling terbuka dan saling mendukung.

##### **b. Bagi Ketua Jurusan**

Diharapkan penelitian ini akan bermanfaat untuk mempermudah Ketua Jurusan dalam membina mahasiswa dalam membentuk kepribadian yang lebih baik terutama membangun konsep dirinya.

##### **c. Bagi Dosen Pembimbing Akademik**

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dalam menindaklanjuti kegiatan layanan konseling kelompok khususnya kegiatan layanan konseling kelompok teman sebaya untuk membantu mahasiswa lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan dan membangun konsep dirinya.

d. Bagi Konselor Sebaya

Diharapkan penelitian ini berguna untuk merencanakan strategi pelayanan untuk para konseling khususnya mahasiswa dan dapat dijadikan bahan evaluasi serta introspeksi diri bagi mahasiswa dalam konsep dirinya.

e. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dan sumber referensi dalam penelitian di bidang yang sama terutama untuk menumbuh kembangkan kemampuan dan keterampilan meneliti serta menulis.

