

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan perannya menentukan kehidupan individu dalam masyarakat. Perilaku remaja merupakan fase perkembangan individu yang mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional, bahkan masa remaja bisa disebut masa terbaik dan masa terburuk untuk remaja. Masa remaja sebagai proses perubahan dalam diri apabila remaja mampu menghadapi suatu masalah dan mencapai keberhasilan dalam menyelesaikan masalah tersebut. Masa remaja sebagai proses perubahan yang akan terjadi dalam diri apabila menghadapi suatu masalah dan keberhasilan remaja mampu menyelesaikan masalah.

Hurlock (n.d. 5, h. 213) Masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa dengan rentang usia 13-17 tahun. Remaja lebih sering berada diluar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, sehingga teman-teman sebaya mempunyai pengaruh besar pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku remaja. Siswa SMA adalah remaja yang memasuki dunia baru dan berbeda dengan pengalaman di SMP. Remaja banyak mengalami perubahan baik perubahan kelompok, teman sebaya, yang banyak terjadi menimbulkan masalah bagi remaja siswa SMA.

Remaja sebagai individu dalam proses berkembang kearah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangannya remaja memerlukan bimbingan karena mereka kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang diri, dan pengalaman menentukan kehidupannya. Reaksi lingkungan terhadap perubahan fisik dapat mengakibatkan dampak perubahan psikis yang besar yang bisa saja dialami oleh remaja. Remaja merasa dijauhkan dan dikucilkan oleh lingkungan akan membuat dirinya diasingkan, merasa dirinya tidak berharga, merasa tidak diterima dilingkungannya, merasa rendah diri, malu dan bersikap tertutup serta perasaan negatif lainnya. Remaja kurang mengetahui karakter dirinya sendiri, kurang mampu memahami dan mengembangkan konsep dirinya. Pada masa ini, remaja banyak mengalami perubahan, seperti perubahan konsep tentang dirinya. Maka remaja perlu meningkatkan konsep diri yang ada pada individu dimana hal tersebut sangat membantu dalam menjalani kehidupan yang efektif, bisa berinteraksi dan diterima dilingkungannya.

Ghufron & S (2010, h. 13) mengatakan “konsep diri diartikan sebagai gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai. Konsep diri merupakan salah satu aspek yang cukup penting bagi individu dalam berperilaku”. Konsep diri adalah apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh seseorang mengenai dirinya sendiri. Gambaran seseorang mengenai diri sendiri secara keseluruhan terhadap diri sendiri dan pendapat tentang gambaran orang lain. Semua tidak terlepas dari komponen yang ada dalam konsep diri seperti gambaran dari (*self image*) dan juga penilaian individu terhadap dirinya yang membentuk suatu penerimaan terhadap diri dengan harga diri (*self esteem*).

Rogers (dalam Hutagalung, 2007, h. 22) mengemukakan dua aspek konsep diri yaitu; konsep diri sebenarnya dan konsep diri ideal. Konsep diri sebenarnya; merupakan konsep seseorang terhadap dirinya yang sebagian besar ditentukan oleh peran dan hubungannya dengan orang lain serta persepsinya tentang penilaian orang lain terhadap dirinya. Sedangkan konsep diri ideal; merupakan pandangan seseorang atas diri sebagaimana yang diharapkannya dan gambaran seseorang mengenai keterampilan dan kepribadian yang di dambakannya.

Manusia mempunyai konsep diri termasuk remaja. Penyebab manusia bermasalah adalah pemikiran yang tidak logis dan cenderung menyalahkan diri, cara bersikap yang kurang baik serta pola pikir yang mengarah pada hal-hal yang negatif terhadap dirinya. Konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan tingkah laku seseorang. Bagaimana cara seseorang memandang dirinya akan tercermin dari keseluruhan perilakunya. Perilaku individu akan selaras dengan cara individu memandang dirinya. Pengenalan konsep diri menjadikan remaja bisa menilai kemampuan dirinya sendiri dan mengembangkan konsep dirinya. Perkembangan konsep diri ini bisa kearah positif maupun ke arah negatif.

R. B. Burns (dalam Hutagalung, 2007, h. 24) mengatakan ada dua karakteristik konsep diri yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif ditandai dengan 1) orang yang terbuka, 2) orang yang tidak mengalami hambatan untuk berbicara dengan orang lain, bahkan dalam situasi yang masih asing sekalipun, 3) orang yang cepat tanggap terhadap situasi sekelilingnya. Sedangkan konsep diri negatif ditandai dengan 1) Peka dan kritik, 2) Responsif

sekali terhadap pujian, 3) Hiperkritis, 4) Cenderung merasa tidak disenangi orang lain, 5) Bersikap pesimistis terhadap kompetisi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 1 Bilah Hilir kelas X IA-1. Kamis, 10 Maret 2022. Diketahui bahwa sebagian siswa mengalami konsep diri negatif. Hal ini terlihat saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Siswa sering mengeluh terhadap diri sendiri, merasa pesimis ketika diberikan tugas, pendiam dan mudah putus asa, memiliki rasa malu berlebihan, sering merasa bahwa dirinya tidak diterima oleh teman-temannya, serta tidak yakin dengan kemampuan sendiri ketika mengerjakan tugas yang diberikan guru, selalu merasa tidak disenangi orang lain, dan sulit menerima kritik dari orang lain.

Pentingnya konsep diri karena individu dapat memandang diri dan dunianya, termasuk dalam memotivasi diri sendiri ketika ia memiliki permasalahan, tidak hanya mempengaruhi individu berperilaku, tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Siswa yang memiliki konsep diri positif akan memiliki dorongan mandiri lebih baik, siswa dapat mengenal dirinya sendiri sehingga dapat berperilaku efektif dalam berbagai situasi. Masalah dan kegagalan yang dialami siswa disebabkan karena sikap dan pikiran negatif terhadap dirinya sendiri.

Perilaku di atas menandakan siswa belum mengenal dan mengetahui bahwa dirinya merupakan seseorang yang harus mencerminkan dirinya sebagai seorang siswa yang mempunyai konsep diri positif. Apabila fenomena konsep diri negatif siswa dibiarkan akan mengganggu perkembangan siswa dalam belajar dan kepribadiannya. Upaya yang dilakukan guru BK disekolah untuk mengembangkan konsep diri siswa yang masih rendah melalui layanan konseling

individual tanpa menggunakan teknik atau pendekatan, dan kegiatan yang dilakukan belum terlaksanakan secara optimal. Sedangkan usaha yang perlu dilakukan dalam rangka meningkatkan konsep diri siswa dengan mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa dengan pelaksanaan kegiatan konseling kelompok pendekatan *client-centered*.

Layanan konseling kelompok dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan, salah satunya dengan pendekatan *client-centered*. Pendekatan *client-centered* merupakan suatu pendekatan dari konselor kepada klien yang dikembangkan oleh Carl R. Rogers yang menyatakan bahwa manusia adalah pribadi yang memiliki potensi untuk memecahkan masalahnya sendiri. Willis (dalam Lubis 2016, h. 154) mengatakan bahwa *client-centered* sering pula disebut sebagai psikoterapi non-directive yang merupakan metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog dengan klien agar tercapai gambaran antara *ideal self* (diri ideal) dengan *actual self* (diri sebenarnya).

Hal ini diperkuat oleh hasil temuan peneliti terkait penelitian relevan dengan variabel yang akan diteliti merujuk dari jurnal nasional. Penelitian yang dilakukan oleh Komariyah S., Nuryanto L. I. (2019). Efektivitas Layanan Konseling dengan Pendekatan *Client-Centered* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP N 16 Yogyakarta Tahun Ajaran 2018/2019. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 4 (1) 78-90. Diakses pada 5 februari 2022. Dengan subjek berjumlah 7 orang siswa. Hasil penelitian menunjukkan terbukti bahwa layanan konseling kelompok pendekatan *client-centered* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP N 16 Yogyakarta Tahun 2018/2019. Nilai kepercayaan diri *pre-test* dan *post-test* = 0,147. Karena nilai

signifikan lebih dari $p > 0,05$ maka H_0 diterima. Dari hasil uji t diperoleh nilai $t=20,297$ dengan nilai $p= 0,000 < 0,05$ yang berarti ada peningkatan kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client-centered*. Perbedaan penelitian yang dilakukan dengan judul yang diangkat yaitu terletak pada permasalahan, dengan penggunaan teknik *client-centered* untuk membantu konseli meningkatkan kepercayaan diri. Sedangkan judul yang diangkat yaitu untuk meningkatkan konsep diri menggunakan pendekatan *client-centered*.

Berdasarkan penjelasan di atas merupakan bukti yang memberikan gambaran bahwa konsep diri siswa dapat dikembangkan dengan berbagai cara salah satunya bisa melalui layanan konseling kelompok pendekatan *client-centered*. Adanya permasalahan konsep diri siswa yang rendah, peneliti tertarik untuk melaksanakan suatu penelitian yang berjudul **“Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Client-centered* Terhadap Konsep Diri Siswa Kelas X IA-1 SMA Negeri 1 Bilah Hilir Tahun Ajaran 2022/2023”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka identifikasi masalah antara lain;

1. Siswa sering pesimis terhadap kemampuannya.
2. Siswa kurang memahami kemampuan dirinya.
3. Siswa takut dan malu untuk menyampaikan pendapat.
4. Siswa sulit menerima kritikan dari orang lain.
5. Guru BK belum pernah melaksanakan konseling kelompok pendekatan *client-centered* dalam mengatasi masalah konsep diri.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus maka penulis membatasi variabel yang akan dikaji yang berkaitan dengan “pengaruh konseling kelompok pendekatan *client-centered* terhadap konsep diri siswa kelas X IA-1 SMA Negeri 1 Bilah Hilir Tahun Ajaran 2022/2023”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh konseling kelompok pendekatan *client-centered* terhadap konsep diri siswa kelas X IA-1 SMA Negeri 1 Bilah Hilir Tahun Ajaran 2022/2023”?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ‘pengaruh konseling kelompok pendekatan *client-centered* terhadap konsep diri siswa kelas X IA-1 SMA Negeri 1 Bilah Hilir Tahun Ajaran 2022/2023”.

1.6 Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoretis

Secara teoretis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep bimbingan dan konseling khususnya mengenai teknik *client-centered* untuk mengatasi konsep diri siswa. Menambah wawasan dan pengetahuan model pendekatan *client-centered* terhadap konsep diri siswa.

2) Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah

Memberikan sumber pemikiran, informasi dan evaluasi dalam rangka pengembangan konseling kelompok dengan pendekatan *client-centered* untuk memberikan pemahaman dan pengembangan pada siswa mengenai konsep diri.

2. Bagi Guru BK

Diharapkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam mengatasi konsep diri dengan pendekatan *client-centered* melalui konseling kelompok.

3. Bagi Siswa

Bagi siswa dapat membantu mengatasi masalah konsep diri yang dialaminya dengan pendekatan *client-centered* melalui konseling kelompok

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan kepada peneliti terjun ke lapangan untuk mengetahui konsep diri siswa dengan pendekatan *client-centered* melalui konseling kelompok.