

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Salah satu strategi yang digunakan untuk memaksimalkan potensi sumber daya manusia adalah pendidikan. Melalui kontribusi nyata terhadap kemajuan-kemajuan yang dilakukan oleh pemerintah, diharapkan pendidikan dapat berperan dalam mendorong pembangunan. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan mudah memahami ilmu-ilmu yang diajarkan di sekolah dan mudah dalam bersosialisasi. Dalam kaitannya dengan proses persekolahan, siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi mampu untuk mengungkapkan pendapatnya, optimis, bertanggung jawab, objektif, rasional dan realistis, serta melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang terkadang mudah untuk bersosialisasi, namun ada saatnya mereka merasa untuk sulit bersosialisasi. Peserta didik yang mempunyai rasa percaya diri dengan mampu melaksanakan sesuatu namun tidak secara optimal. Hal ini dikarenakan mereka masih memiliki permasalahan terhadap kepercayaan diri nya tetapi tidak dalam tahap yang mengkhawatirkan.

Siswa yang mempunyai rasa percaya diri yang rendah diakibatkan oleh pemahaman buruk siswa pada dirinya sendiri atau situasi yang dihadapinya. Seorang siswa yang kurang percaya diri tidak dapat melakukan sesuatu secara maksimal. Hal ini dikarenakan seorang siswa tidak kompeten jika tidak dapat melakukan sesuatu dengan percaya diri (Fatimah, 2015:24). Peserta didik yang

mempunyai rasa percaya diri yang rendah sulit untuk menyampaikan pendapatnya serta mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Di era globalisasi, pendidik mengharapkan siswa menjadi sangat percaya diri. Akan ada banyak tekanan dari berbagai isu selama periode globalisasi yang dapat menyebabkannya kesulitan. Selain itu, diharapkan siswa memiliki berbagai keterampilan yang dapat digunakan dalam kehidupannya. Dalam mewujudkan hal tersebut, guru diharuskan untuk membangun kepercayaan diri yang sehat dalam diri anak-anak yang akan memungkinkan mereka menghadapi persaingan di masa depan. Putri (2013: 2) Siswa yang percaya diri yakin bahwa apa yang dilakukannya akan berhasil dan memiliki tekad yang kuat. Angelis (2003:15) membuat pernyataan serupa ketika mengatakan bahwa kepercayaan diri berasal dari ambisi dan ketekunan.

Jika seseorang benar-benar menginginkan sesuatu, mereka akan terus berusaha dan melakukan perbaikan berdasarkan kegagalan masa lalu mereka sampai mereka mendapatkan hasil yang diinginkan (Mayasari, 2015: 24). Lauster juga menyatakan bahwa Kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, tidak takut untuk bertindak, bebas bertindak sesuai keinginan, bertanggung jawab atas tindakannya, dan bersikap sopan kepada orang lain, dan mampu mengenali kekuatan dan kelemahan diri sendiri. Lauster (dalam Amri, 2018: 159) Mempelajari cara bereaksi terhadap berbagai rangsangan lingkungan melalui interaksi dengan lingkungan adalah proses mengembangkan rasa percaya diri.

Winkel & Hastuti (2006: 589) menggambarkan konseling kelompok sebagai jenis layanan konseling khusus yang melibatkan wawancara konseling

antara konselor yang memenuhi syarat dan sejumlah individu yang berkumpul dalam kelompok kecil. Salah satu layanan yang dapat ditawarkan kepada mahasiswa untuk meningkatkan rasa percaya diri adalah terapi kelompok. Dengan bantuan terapi kelompok, siswa memiliki pemahaman untuk pemecahan masalah, pengumpulan informasi yang mendalam, mendapatkan berbagi ide dan pendapat, terutama dalam hal meningkatkan kepercayaan diri siswa. Masalah pribadi anggota kelompok adalah subyek utama diskusi. Masalah pribadi dibahas dalam kelompok di bawah arahan pemimpin kelompok dalam lingkungan dinamika kelompok yang intens dan produktif.

(Elis, 2006:167) mengemukakan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah aliran yang didasarkan pada asumsi kemampuan bawaan agar kita dapat jujur dan berpikir rasional serta jahat dan berpikir irrasional. Orang cenderung menjaga diri sendiri, bahagia, berpikir, berbicara, mencintai, terhubung dengan cara mengaktualisasikan diri, dengan orang lain dan tumbuh. Namun, orang juga rentan terhadap penghancuran diri, pemikiran yang irrasional, penundaan, penyesalan atas kesalahan, takhayul, intoleransi, perfeksionisme, tanggung jawab diri, dan realisasi diri. Masalah emosional, kognitif, dan perilaku semua dapat diatasi dengan menggunakan *Rational Emotive Behavior Therapy*. Untuk mengatasi masalah kurang percaya diri adalah salah satunya. Berdasarkan hal tersebut, pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat mengubah pemikiran tidak logis menjadi pemikiran rasional, yang membuat siswa lebih percaya diri. Seseorang dapat bersikap positif atau logis dengan mengubah gaya berpikir mereka, kurangnya kepercayaan diri adalah hasil dari pemikiran negatif.

Pola pikir positif atau rasional dapat menggantikan pola pikir negatif yang membuat seseorang merasa minder.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 4 Maret 2022 dengan guru BK dapat disimpulkan bahwa dikelas XI-IPS terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. Permasalahan yang terjadi disekolah tersebut ialah siswa yang tidak memiliki rasa yakin terhadap kemampuan diri, maka dalam tindakannya ia selalu merasa cemas, sulit untuk berinteraksi, kurang mampu menerima penolakan dari orang lain, mempunyai pengendalian diri yang buruk dan memiliki cara pandang yang negatif terhadap dirinya. Bahkan, terdapat siswa yang memiliki keinginan untuk pindah dari sekolah tersebut.

Menurut penelitian tahun 2018 tentang Penggunaan Konseling Terapi *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa oleh Irsan Dewangga. Berdasarkan temuan yang sudah ditemukan oleh peneliti, ditentukan konseling individu dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat memberikan dampak positif yang cukup besar terhadap kepercayaan diri pada siswa kelas VII 7 SMP N 1 Kalianda Lampung Selatan. Pasien yang pernah mendapatkan sesi konseling dengan pendekatan REBT menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan, yaitu sebesar 11,575% untuk dua orang mahasiswa berinisial DA dan RDA.

Menurut penelitian yang dilakukan pada tahun 2013 oleh Shella Rahmi Putri. Berdasarkan temuan penelitian, jelas bahwa untuk dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan cara untuk mengatasi hal tersebut. Hal ini dapat dilihat melalui analisis uji Wilcoxon dari

hasil pretest dan posttest, yang menunjukkan bahwa  $Z$  hitung = -2.201 dan  $Z$  tabel = 0.  $H_0$  diabaikan dan  $H_a$  diterima karena dari  $Z$  hitung  $Z$  tabel, menunjukkan bahwa ada substansial perbedaan dengan ambang batas signifikansi. Terdapat perbedaan 5% jumlah rasa percaya diri peserta didik sebelum dan sesudah menerima layanan konseling kelompok.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti merasa penting untuk melaksanakan penelitian yang lebih mendalam mengenai **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengubah Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI-IPS SMA Muhammadiyah-8 Kisaran Tahun Ajaran 2022/2023”**.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Melalui latar belakang tersebut, dapat diidentifikasi bahwa penelitian ini adalah:

1. Terdapat peserta didik dengan rasa percaya diri yang rendah
2. Peserta didik yang memiliki rasa percaya diri yang rendah dapat mempengaruhi hasil belajar
3. Siswa yang memiliki Kepercayaan diri rendah cenderung mengalami hambatan dalam meraih kesuksesan
4. kepercayaan diri rendah cenderung sulit berinteraksi dengan orang yang lain

### **1.3 Batasan Masalah**

Melalui latar belakang masalah tersebut, perlu adanya batasan masalah agar tidak terlalu luas dan terfokus kepada pembatasan sehingga peneliti membatasi masalah “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengubah Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah-8 Kisaran Tahun Ajaran 2022/2023”.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah-8 Kisaran Tahun Ajaran 2022/2023”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengubah Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah-8 Kisaran Tahun Ajaran 2022/2023.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

- a. Hasil dari penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan informasi, khususnya dalam bidang bimbingan konseling terkhusus untuk layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

- b. Hasil dari penelitian ini nantinya dapat menambah manfaat penelitian khususnya dalam layanan konseling kelompok terhadap merubah kepercayaan diri peserta didik.
- c. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini dapat menambah penelitian tentang Mengubah kepercayaan diri siswa menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

#### 1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi pengelola sekolah, dapat membantu program yang ditawarkan di ruang kelas, khususnya layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
- b. Untuk siswa dengan masalah kepercayaan diri, guru BK dapat konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*. Selain dapat memanfaatkan waktu nasihat konseling yang ditawarkan seefisien mungkin untuk membantu siswa dalam mengubah kepercayaan diri mereka.
- c. Siswa akan terinspirasi untuk membuat rencana ke depan, selalu memiliki ide-ide segar, berpikir objektif, lebih terbuka terhadap pendapat dan cara berpikir orang lain, menghargai orang lain, dan dapat percaya dengan mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok ini.
- d. Studi ini bermanfaat bagi orang tua dalam melihat bagaimana anak-anak mereka bertindak di rumah dan berusaha mengidentifikasi tanda-tanda kepercayaan diri yang buruk yang memengaruhi hasil belajar siswa.