

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kebutuhan dasar manusia merupakan unsur – unsur yang dibutuhkan oleh manusia dalam mempertahankan keseimbangan fisiologis maupun psikologis, yang tentunya bertujuan untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatan. Kebutuhan – kebutuhan manusia dapat dibagi menjadi dua golongan, antara lain Kebutuhan Primer dan Kebutuhan Sekunder. Kebutuhan primer yang pada umumnya merupakan kebutuhan faal seperti, sandang (pakaian), pangan (makanan), papan (tempat tinggal), dan lain – lain. Kebutuhan faal merupakan syarat kelangsungan hidup seseorang. Kebutuhan – kebutuhan ini timbul dengan sendirinya atau sudah ada sejak seseorang lahir. Sedangkan kebutuhan sekunder merupakan kebutuhan yang timbul dari interaksi antara orang dengan lingkungannya seperti kebutuhan untuk bersaing, bergaul, ekspresi diri, harga diri, dan lain – lain.

Abraham Maslow (dalam Pervin, 2010:218) membedakan antara kebutuhan biologis seperti lapar, tidur, haus dan kebutuhan psikologis seperti harga diri (*self-esteem*), kasih sayang dan rasa memiliki. Maslow berpendapat bahwa seseorang tidak dapat bertahan hidup sebagai organisme biologis tanpa makanan dan minuman, begitupun seseorang tidak dapat berkembang secara penuh sebagai organisme psikologis tanpa pemuasan kebutuhan lainnya. Salah satu kebutuhan psikologis manusia adalah harga diri (*self-esteem*), yaitu

kebutuhan akan rasa hormat dari orang lain dan kebutuhan akan menghormati diri sendiri. Penghormatan dari orang lain mencakup pengakuan, penerimaan status, dan penghargaan diyakini lebih rentan dan mudah hilang dalam diri. Maslow dalam teori hirarki kebutuhannya menempatkan kebutuhannya menempatkan kebutuhan individu akan harga diri sebagai kebutuhan pada level puncak sebelum kebutuhan aktualisasi diri. Hal ini dikarenakan harga diri individu mempunyai pengaruh yang kuat terhadap perilaku yang ditampilkannya.

Kebutuhan harga diri merupakan kebutuhan seseorang untuk merasakan bahwa dirinya adalah seseorang yang patut dihargai dan dihormati sebagai manusia yang baik. Setiap individu normal pasti berharap dan menginginkan dapat merasakan hidup sukses, dihormati dan dihargai sebagai manusia.

Di dalam dunia pendidikan khususnya di SMA, merupakan saat terjadinya kesadaran akan pentingnya penerimaan atas diri. Salah satunya adalah menghargai diri sendiri. Harga diri siswa sangat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang siapa dirinya dan juga dipengaruhi oleh penilaian atau evaluasi terhadap dirinya, baik secara positif maupun negatif. Jika orang menilai secara positif terhadap diri siswa, maka ia akan memiliki harga diri yang tinggi dalam mengerjakan hal – hal yang ia kerjakan dan memperoleh hasil positif. Sebaliknya, jika orang yang menilai secara negatif terhadap diri siswa, maka ia akan cenderung memiliki harga diri yang rendah ketika mengerjakan sesuatu dan akhirnya mendapatkan hasil yang kurang memuaskan.

Siswa yang memiliki harga diri (*self-esteem*) rendah cenderung merasa kurang mampu, merasa kurang berharga, rendah diri dan sering merasakan tekanan – tekanan batin akibat kesalahan atau kekurangan seperti : kesalahan dalam berbicara, dalam bertingkah laku dan sebagainya yang dapat menimbulkan kekecewaan dan menjadikannya kurang menghargai diri sendiri. Sebagai contoh, siswa dengan berat badan yang gemuk berfikir bahwa tidak ada hal menarik dari dirinya dikarenakan bentuk badannya sehingga tidak dapat berprestasi di bidang olahraga, siswa tersebut tidak percaya diri dan malu dalam bergaul. Siswa juga sering merasakan tekanan – tekanan batin akibat kesalahan atau kekurangan seperti : kesalahan dalam berbicara, dalam bertingkah laku dan sebagainya yang dapat menimbulkan kekecewaan dan menjadikannya kurang menghargai diri sendiri.

Siswa yang memiliki harga diri (*self-esteem*) tinggi mampu menghargai dirinya dan merasa dirinya berharga. Sebagai contoh, siswa yang memiliki harga diri (*self-esteem*) tinggi meskipun ia memiliki kekurangan tetapi ia tetap optimis dan semangat memperbaiki kekurangan melalui hal yang lain, misalnya dalam hal prestasi yang lain selain olahraga ia dapat cakap dalam berbahasa inggris dan memperbaiki fisiknya serta mampu memahami bahwa setiap orang pasti memiliki kekurangan dan kelebihan yang dapat dibanggakan. Siswa yang memiliki harga diri (*self-esteem*) rendah pada dasarnya siswa tersebut tidak dapat memahami kenyataan yang ada pada dirinya.

Banyak faktor yang menyebabkan rendah atau tingginya harga diri seorang siswa antara lain adalah keluarga. Dalam keluarga khususnya orang tua mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap harga diri (*self-esteem*) anak dan merupakan sumber utama pengalaman positif atau negatif anak. Orang tua berkewajiban memenuhi kebutuhan anak, baik kebutuhan fisik maupun psikis. Kebutuhan – kebutuhan tersebut harus dipenuhi karena akan mendatangkan keseimbangan dan keutuhan integrasi remaja, akibatnya remaja tersebut akan merasa gembira, harmonis dan menjadi orang yang produktif. Sebaliknya, jika kebutuhan – kebutuhan tersebut tidak terpenuhi maka tidak ada kepuasan dalam hidup remaja, ia akan merasa frustrasi, pertumbuhan serta perkembangan sikap negatif terhadap lingkungan dan dirinya menjadi terhambat dan terhalang sehingga menjadi orang yang merasa tidak berarti dalam hidupnya.

Pembentukan harga diri remaja terjadi dalam konteks sosial yang meliputi kelompok teman sebaya, keluarga, masyarakat setempat. Dalam proses pembentukannya remaja akan selalu bersinggungan dengan situasi – situasi sosial yang tentu saja mengharuskan remaja untuk menghargai dirinya, dengan mengenal, memahami dan menerima dirinya sendiri serta lingkungannya.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti di MAS Miftahussalam Medan pada tanggal 20 Juni 2016, ditemukan masalah harga diri yang rendah pada diri siswa di sekolah yang ditampilkan dalam bentuk perilaku seperti : tidak percaya diri, tidak mandiri, tidak menghormati diri sendiri, tidak menghormati orang lain, mudah menyerah dan tidak mampu memecahkan masalah sendiri serta

mengambil keputusan yang benar. Bahkan beberapa siswa merasa tidak disukai orang lain, tidak diperhatikan dan kurang populer. Hal – hal tersebut dapat menyebabkan individu tersebut mengalami kehampaan, keraguan, kecemasan, dan keputusasaan.

Bimbingan dan konseling memiliki banyak layanan yang bisa diberikan dalam membantu siswa yang memiliki harga diri (*self-esteem*) rendah. Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk membantu siswa yang memiliki harga diri (*self-esteem*) rendah baik di rumah, sekolah maupun lingkungan masyarakat adalah konseling individual dengan menggunakan teknik *cognitive-behavior therapy* yang merupakan bentuk psikoterapi yang bertujuan membantu individu mengatasi masalahnya melalui pengenalan, identifikasi dan modifikasi isi kognisi individu yang tidak berfungsi (*dysfunctional*) yang dapat berupa asumsi, sikap, dan aturan *irrational* dan pikiran otomatis yang negatif.

Berkaitan dengan memberi bantuan kepada siswa dalam rangka upaya meningkatkan harga diri (*self-esteem*) siswa yang rendah, menuntut diperlukannya layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive-behavior therapy* sebagai bagian dari integral dari penyelenggaraan pendidikan diharapkan mampu memberikan bantuan kepada siswa dalam upaya mengembangkan potensi diri secara optimal.

Berdasarkan masalah di atas dan mengingat pentingnya harga diri bagi siswa, maka peneliti merasa penting melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Pemberian Layanan Konseling Individual *Cognitive-Behavior Therapy* Terhadap Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa di Kelas XI MAS Miftahussalam Medan Tahun Ajaran 2016/2017”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

- Siswa tidak menghargai dirinya sendiri
- Siswa tidak mandiri
- Siswa takut mengalami kegagalan
- Siswa merasa tidak mampu dalam mengerjakan sesuatu
- Siswa tidak mampu menghadapi masalahnya
- Siswa tidak percaya akan kemampuan dirinya

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar masalah yang diteliti lebih jelas dan terarah. Masalah penelitian ini dibatasi mengenai meningkatkan harga diri (*self-esteem*) siswa yang rendah melalui layanan konseling individu teknik *cognitive-behavior therapy*. Dengan kata lain peneliti mencakup 2 variabel yaitu 1 variabel terikat dan 1 variabel bebas. Variabel bebas yaitu konseling individu teknik *cognitive-behavior therapy*, variabel terikat yaitu harga diri (*self-esteem*) siswa. Penelitian

ini dibatasi hanya pada pengaruh pemberian layanan konseling *cognitive-behavior therapy* terhadap harga diri (*self-esteem*) siswa di kelas XI MAS Miftahussalam Medan Tahun Ajaran 2016/2017.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, dapat ditemukan rumusan masalah adalah “Apakah pemberian layanan konseling individual *cognitive-behavior therapy* berpengaruh terhadap harga diri (*self-esteem*) siswa di kelas XI MAS Miftahussalam Medan Tahun Ajaran 2016/2017?”

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian layanan konseling individual *cognitive-behavior therapy* terhadap harga diri (*self-esteem*) siswa di kelas XI MAS Miftahussalam Medan Tahun Ajaran 2016/2017

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1) Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang bimbingan dan konseling serta harga diri.

##### **2) Manfaat Praktis**

###### **a) Lembaga Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan manajemen sekolah sebagai pengembangan pelayanan bimbingan konseling dan sebagai salah satu masukan penyempurnaan kurikulum dimasa yang

akan datang khususnya pelaksanaan bimbingan dan konseling di MAS Miftahussalam Medan

b) Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan Guru BK sebagai bahan kajian mengevaluasi dan mengembangkan pelaksanaan bimbingan konseling di sekolah.

c) Peneliti Berikutnya

Memberikan gambaran pengalaman praktis dalam suatu penyelenggaraan penelitian, sehingga peneliti berikutnya dapat mengembangkannya dengan teknik yang berbeda dalam riset, serta diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan.