

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan salah satu wadah untuk meningkatkan *self-esteem*. *self-esteem* merupakan salah satu kebutuhan psikologis yang sangat dominan dalam menentukan tingkah laku manusia pada umumnya. *Self-esteem* ialah evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri, dapat positif atau negatif Arndt, 1974 dan Pelham 1989 (dalam Bimo Walgito, 2010:216). Harga diri juga diartikan sebagai suatu respon atau evaluasi seseorang mengenai dirinya sendiri dalam interaksi sosialnya Bonner 1953 dan Goopersmith, 1967 (dalam Bimo Walgito, 2010:216). Seseorang mempunyai kebutuhan akan penghargaan positif tentang dirinya, sehingga dapat memberi perasaan bahwa dirinya berhasil, mampu dan berguna, sekalipun orang tersebut memiliki kelemahan-kelemahan dan juga pernah mengalami kegagalan-kegagalan. Apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi maka akan menjadi salah satu penghambat bagi keberhasilan seseorang.

Walaupun banyak yang menyatakan bahwa harga diri itu penting dan harus dimiliki oleh setiap orang, pada kenyataannya masih terdapat siswa dengan tingkat harga diri yang rendah. Masalah harga diri merupakan fenomena yang global, yang banyak dialami oleh setiap orang, bukan hanya di Indonesia saja, namun juga dialami oleh siswa dari berbagai negara lain. Salah satu contohnya adalah hasil dari riset Gill pada tahun 1999 (dalam Afrina Sarwan dan Nuraini, 2018) di California, yang menyatakan bahwa hampir 23 % remaja usia sekolah menengah memiliki tingkat harga diri yang rendah.

Riset lain yang dilakukan oleh Simbolon (2013: 30) di salah satu sekolah menengah di Bandung, menemukan 19 % siswa yang juga termasuk kedalam kategori harga diri rendah. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, harga diri terbentuk melalui proses belajar, artinya pengalaman seseorang sangat mempengaruhi tingkat harga diri seseorang. Salah satu alasan mengapa seseorang memiliki harga diri yang rendah adalah karena pengalaman yang dialami tidak selamanya positif, namun ada pengalaman yang berpengaruh negatif pada kehidupan seseorang.

Hal yang sama juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Erol dan Orth (dalam Ismi Isnani Kamila 2013:101). Mereka meneliti perbedaan tingkat harga diri dari beberapa faktor yaitu pengaruh gender dan suku, 5 sifat kepribadian, rasa penguasaan, pengambilan resiko, kesehatan, dan pendapatan.

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), tempat tinggal, dan lain-lain. Kebutuhan faal merupakan syarat kelangsungan hidup seseorang. Kebutuhan-kebutuhan ini timbul dengan sendirinya atau sudah ada sejak lahir. Sedangkan kebutuhan yang timbul dari interaksi antara orang dengan lingkungannya seperti kebutuhan untuk bersaing, bergaul, ekspresi diri, harga diri, dan lain-lain.

Abraham Maslow, 1908-1970 (dalam Mochamad Nursalim, 2015:55) yang terkenal dengan sebutan teori hierarki kebutuhan. Menurutnya, kunci dari segala aktivitas manusia adalah keinginannya untuk selalu memuaskan

kebutuhan yang selalu muncul dan ia juga 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 tanpa pemuasan kebutuhan yang lainnya salah satu kebutuhan psikologis manusia adalah harga diri (*self-esteem*), yaitu kebutuhan akan rasa hormat dari orang lain dan kebutuhan akan menghargai diri sendiri hal ini sejalan dengan pendapat

Menurut Goopersmith, 1967 (dalam Bimo Walgito:215), menghargai diri sendiri merupakan hal yang penting dalam kehidupan seseorang. Menghargai diri sendiri tidaklah berarti seseorang mengagungkan dirinya sendiri dan memandang rendah orang lain. Penghormatan dari orang lain mencakup pengakuan, penerimaan status, dan penghargaan diyakini lebih rendah dan mudah hilang dalam diri. Maslow dalam teori hierarki 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.

Proses terbentuknya pandangan hidup seseorang dipengaruhi oleh *self-esteem* yang dimilikinya, sehingga apabila seseorang mengerti akan *self-esteem* yang dimiliki maka orang tersebut akan lebih mengerti kebutuhan yang ada pada dirinya dan terpenuhi sesuai dengan harapannya. Karena melalui *self-*

*esteem* akan membuat individu lebih percaya diri dan optimis untuk mencapai kesuksesan.

Di dalam dunia pendidikan khususnya SMP tentunya kebutuhan dan kesadaran akan pentingnya penerimaan atas diri dan harga diri individu, merasakan bahwa dirinya adalah seseorang yang patut dihargai dan dihormati sebagai manusia yang baik. Salah satunya adalah menghargai diri sendiri.

*Self-esteem* dalam bimbingan dan konseling merupakan bimbingan pribadi dalam kenyataannya, pelaksanaan bimbingan pribadi dihadapkan banyak kesulitan hambatan. Sebagian dari hambatan ini timbul karena keadaan dunia pendidikan sekolah di Indonesia yang masih dalam taraf pengembangan psikis anak, sebagian timbul karena sikap siswa sendiri yang kurang memahami dirinya sendiri, sebagian lagi timbul karena guru kurang mampu dalam mengelola proses belajar mengajar yang menunjang pengembangan diri. Harga diri siswa sangat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang siapa dirinya, dan juga dipengaruhi oleh penilaian terhadap dirinya, baik penilaian positif maupun negatif. Jika orang menilai secara positif terhadap diri siswa, maka ia akan memiliki harga diri yang tinggi dalam mengerjakan segala sesuatu hal yang ia kerjakan dan memperoleh hasil atau penilaian positif dari orang lain.

Individu dengan *self-esteem* yang tinggi akan menjadi manusia yang memiliki jiwa yang bahagia dan sehat. *Self-esteem* yang tinggi tersebut akan memberikan manfaat bagi individu yang memilikinya. Individu tersebut akan merasa baik tentang dirinya, mampu mengatasi secara efektif permasalahan

yang ada dengan mengaggapnya sebagai tantangan, dan hidup dengan lingkungan sosial dimana dia percaya bahwa orang akan menghargai dan menghormatinya. Sebagian besar orang dengan *self-esteem* yang tinggi muncul untuk hidup bahagia dan produktif, sebaliknya jika orang menilai siswa secara negatif maka ia akan cenderung memiliki harga diri yang rendah pula dan akan berdampak terhadap hasil yang kurang memuaskan. *Self-esteem* yang rendah telah ditemukan berhubungan dengan kemarahan dan permusuhan, dan beberapa masalah khusus dimensi yang berkaitan dengan kemarahan, permusuhan, dan agresif. Seperti dikemukakan oleh Koentjaraningrat (1981:216), bahwa salah satu kelemahan bangsa Indonesia ialah sifat tidak percaya pada diri sendiri. Ini berarti bahwa seseorang yang tidak percaya pada diri sendiri menunjukkan *self-esteem* yang rendah. Individu yang berorientasi lebih negatif terhadap masalah dalam hidup cenderung untuk melihat masalah sebagai ancaman daripada tantangan, meragukan kemampuan mereka sendiri untuk menyelesaikan masalah secara efektif, dan menunjukkan toleransi yang rendah untuk masalah yaitu mudah menjadi frustrasi dan marah ketika dihadapkan dengan masalah.

Pembentukan harga diri remaja terjadi dalam konteks sosial yang meliputi kelompok teman sebaya, keluarga, dan 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.

Maka rendahnya *self-esteem* siswa perlu mendapatkan penanganan khusus, sehingga *self-esteem* yang rendah dapat ditangani dengan semestinya. Pada penelitian ini peneliti mencoba mengemukakan alternatif melalui layanan konseling kelompok behavioral teknik *assertive training*. Adapun hal yang mendasari peneliti menggunakan layanan konseling kelompok behavioral teknik *assertive training* ialah adanya teori yang menyatakan bahwa *self-esteem* dapat diatasi dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan dinamika kelompoknya.

Menurut Mruk, (dalam Asyharika 2006:5) sebagai berikut:

*“This form of the program can be offered as a psychoeducational group for non-clinical populations or as a therapeutic group for clinical ones. I point out distinctions between the two when necessary and suggest guidelines to help structure them appropriately for each population. Both forms of the group are designed for about 6–12 people, plus a leader or two co-therapists. It is a good idea to keep a group designed to enhance self-esteem for clinical populations near the middle of this range, as other”*

Yang bermakna selain melalui layanan individu, *self esteem* dapat juga ditingkatkan melalui kelompok, dalam kelompok memungkinkan individu untuk terlibat dalam dialog, sehingga masing-masing individu dapat menyimpulkan masalahnya. Siswa yang mengikuti kegiatan konseling kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, menanggapi, mendengarkan, dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok.

Konseling kelompok merupakan suatu proses di mana seorang koselor terlibat di dalam suatu hubungan dengan sejumlah klien pada waktu yang sama Shertjn & Stone :1981 (dalam Mochammad Nursalim:113 ). Pengertian

konseling kelompok sebagai suatu proses interpersonal yang dinamis dengan kesadaran pikiran dan perilaku sebagai pusatnya serta berdasarkan fungsi-fungsi terapi yang bersifat memberi kebebasan, berorientasi terhadap kenyataan, katarsis, saling mempercayai, memlihara, memahami, dan mendukung Gazda (1984) (dalam Mochammad Nursalim:113). Konseling kelompok memiliki beberapa teknik dalam penyelesaian masalahnya dan pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *assertive training*.

*Assertive training* (latihan ketegasan) atau keterampilan sosial adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi perilaku (behavior). Latihan asertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Latihan asertif ini diberikan kepada individu yang mengalami kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain melecehkan dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung (Gunarsa, dalam Deby 2001:26).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang *self-esteem* siswa. Rendahnya *self-esteem* yang dimiliki oleh siswa SPM SW YPI Dharma Budi. Dari masalah diatas, melalui layanan konseling kelompok behavioral teknik *assertive training* diharapkan dapat membantu mengentaskan permasalahan pada siswa. Untuk itu peneliti merasa tertarik untuk mengangkat judul **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok**

## **Behavioral Teknik *Assertive Training* Terhadap *Self-Esteem* Siswa Kelas VIII SMP SW YPI Dharma Budi Sidamanik Tahun Ajaran 2020/2021”.**

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka identifikasi yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu :

1. Siswa yang merasa dirinya tidak berharga.
2. Siswa tidak percaya pada kemampuannya sendiri.
3. Siswa tidak percaya mampu dalam memecahkan masalah.
4. Siswa merasa takut adanya penolakan.
5. Siswa tidak yakin bisa menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan Guru.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka untuk lebih efektif penulis membatasi masalahnya yaitu “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Behavioral Teknik *Assertive Training* Terhadap *Self-Esteem* Siswa Kelas VIII SMP SW YPI Dharma Budi Sidamanik Tahun Ajaran 2020/2021”.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, adapun rumusan masalah penelitian ini adalah “ Apakah ada Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Behavioral Teknik *Assertive Training* Terhadap *Self-Esteem* Siswa Kelas VIII SMP SW YPI Dharma Budi Sidamanik Tahun Ajaran 2020/2021”.

## 1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan “Untuk mengetahui Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Behavioral Teknik *Assertive Training* Terhadap *Self-Esteem* Siswa Kelas VIII SMP SW YPI Dharma Budi Sidamanik Tahun Ajaran 2020/2021”.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Kegunaan dari pelaksanaan penelitian yang dilakukan, dapat dibagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan praktis.

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan dapat memberikan kajian secara teoritik bagi ilmu bimbingan dan konseling (di sekolah), khususnya pada layanan konseling kelompok Behavioral Teknik *Assertive Training* Terhadap *Self-Esteem* Siswa SMP.
- b. Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi mengenai ilmu bimbingan dan konseling .

### 1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Kepala Sekolah  
Dapat mendukung penuh kegiatan layanan bimbingan konseling termasuk layanan konseling kelompok dalam mengatasi masalah harga diri siswa.
- b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling  
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dalam memberikan bantuan yang tepat terhadap siswa untuk meningkatkan *Self-Esteem* siswa.

c. Bagi Siswa

Diharapkan dapat membantu siswa untuk memiliki *high-self* (lebih menghargai akan kebermaknaan diri) sehingga siswa mampu mengembangkan diri sendiri dengan potensi yang dimilikinya.

d. Bagi Peneliti

Bagi peneliti sendiri yaitu dapat dijadikan bahan masukan dan pemahaman mengetahui sejauh mana manfaat pengaruh layanan Konseling Kelompok behavioral Teknik *Assertive Training* Terhadap *Self-Esteem* Siswa khususnya di SMP SW YPI Dharma Budi.

