

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam masa remaja, penampilan anak berubah. Peristiwa pubertas berupa hormonal yang merubah dan mempengaruhi emosi maupun bentuk tubuh yang menuju dewasa. Pikiran mereka yang berubah, mereka lebih dapat untuk berpikir secara abstrak dan hipotesis. Perasaan mereka berubah terhadap hampir segala hal. Bagaimana para remaja menyatukan perubahan-perubahan drastis yang terjadi pada mereka baik secara fisik, kognitif dan psikisnya, dalam menemukan pemahaman diri mereka (*sense of self*) yang membentuk identitas diri dan *self esteem* (harga diri) mereka.

Coopersmith (1998) mengatakan bahwa *self esteem* merupakan penilaian yang dibuat oleh individu tentang kehormatan dirinya, dan kebiasaan individu dalam memandang dirinya baik sikap penerimaan, penolakan diri dan kepercayaan diri dalam mengakui kemampuan, keberartian, kesuksesan dan kebahagiaan diri (Sudrajat, 2009).

Anak yang berusia remaja berusaha mencari jati dirinya dengan mencoba hal-hal baru yang belum ditemui sebelumnya. Mereka berusaha menemukan dan mengembangkan diri dalam kelompok sosialnya. Remaja mengalami transisi dan berusaha beradaptasi dengan lingkungannya yang membawa mereka untuk lebih mandiri lagi sebagai anak-anak. Namun di sisi lain, mereka belum mencapai taraf kedewasaan karena mereka masih belum bisa secara penuh mempertanggung

jawabkan keputusan yang telah mereka ambil, karena posisi mereka masih labil dan sering berubah-ubah dalam menentukan sikap dan mengambil keputusan.

Setiap anak mengharapkan dirinya mampu berkembang secara optimal dan dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan bahkan bisa lebih dari orang lain atau yang ia rasa sebagai saingannya. Perkembangan kemampuan dan potensi seseorang tidak akan terwujud begitu saja apabila tidak diusahakan dengan baik oleh dirinya sendiri serta peran dari berbagai pihak. Salah satu upaya nyata yang sampai saat ini terus dilakukan untuk mengoptimalkan perkembangan dan potensi yang dimiliki individu adalah melalui meningkatkan kualitas pendidikan. Tidak hanya melalui pendidikan formal berupa peningkatan kualitas kemampuan akademik. Namun juga diperlukan adanya penanaman kemampuan karakter pada peserta didik guna menciptakan Sumber Daya Manusia yang cerdas dan berbudi luhur sebagai penerus bangsa yang benar-benar kuat, bangga namun rendah hati dan berjuang terus untuk memajukan negaranya dengan kerja keras, jujur, *self esteem* dan tanggung jawab. Dan hal ini tidak hanya sekolah yang berjuang untuk menciptakannya namun perlu kerjasama dari keluarga dan masyarakat untuk menanamkan karakter positif dalam jiwa anak.

Kebutuhan perkembangan pribadi yang perlu ditanamkan pada anak didik adalah kemampuan menghargai diri dan menghargai orang lain. Penghargaan terhadap diri sendiri maupun pada orang lain tidak muncul begitu saja pada diri individu. Semua butuh proses berupa didikan dan pengalaman yang dialami oleh individu untuk memiliki kesadaran atas keberadaan dan posisi dirinya. Seperti yang kita ketahui pada teori Hierarki Kebutuhan Motif menurut A.H. Maslow (Sarwono, 2009: 33) yang mengatakan bahwa manusia harus memiliki dan

memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dari kebutuhan biologis dan fisiologis, rasa aman, cinta kasih dan memiliki serta dimiliki, dan self-esteem agar mampu memenuhi kebutuhan terakhir untuk menjadi dirinya sendiri sesuai dengan citra dirinya sendiri atau mengaktualisasikan dirinya.

Pentingnya *self esteem* dimiliki oleh manusia agar ia mampu mengaktualisasikan dirinya secara optimal. Bila *self esteem* tidak terpenuhi secara baik, hal ini yang membuat banyak remaja yang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan dan beradaptasi dengan baik di lingkungan sosialnya. Hal ini menimbulkan pergolakan diri dalam diri remaja berupa rasa minder, tertutup, malu, tidak percaya diri dan hal-hal negatif lainnya yang dapat menghambat perkembangan bakat dan kemajuan dirinya. Permasalahan ini yang dapat menimbulkan pergolakan dalam psikologisnya remaja yang akan mempengaruhi prestasi belajarnya dan menimbulkan kenakalan-kenakalan remaja. Namun, apabila kebutuhan dari *self esteem* dapat terpenuhi secara optimal, kemungkinan mereka akan memperoleh pengakuan dalam lingkungan sosialnya, tampil dengan merasa lebih bernilai dalam lingkungannya, sehingga menimbulkan prestasi belajar yang tinggi dikarenakan penghargaan dirinya yang tinggi.

Self esteem merupakan konstruk yang penting dalam kehidupan sehari-hari juga berperan serta dalam menentukan tingkah laku seseorang. Penilaian seseorang secara umum terhadap dirinya sendiri, baik berupa penilaian negatif maupun positif yang akhirnya menghasilkan kesadaran diri atas keberadaan dan kegunaan diri dalam menjalankan kehidupan yang disebut dengan *self esteem* (harga diri). Individu dengan memiliki *self esteem* tinggi tidak akan mudah terpengaruh dengan penilaian orang lain tentang dirinya mengenai tingkah

lakunya, sifatnya, pemikirannya dan kepribadiannya baik itu positif maupun yang negatif yang ada di dalam dirinya. Penilaian terhadap diri sendiri dapat membantu seseorang untuk dapat lebih mengenal dirinya sendiri dan potensi apa yang dimilikinya sehingga ia dapat menerima dan mengasah serta menonjolkan potensi yang ia miliki untuk menjadi manusia yang memiliki kualitas sumber daya yang tinggi.

Peningkatan self-esteem individu dilakukan sejak dini terutama pada remaja yang masih mengalami kesulitan dalam menemukan *self esteem*nya. Hal tersebut dilakukan melalui perubahan pola pendidikan Indonesia dan orangtua yang memfokuskan pada penanaman pendidikan yang dapat menumbuhkembangkan *self esteem* anak sejak dini. Dan selanjutnya melakukan layanan konseling yang dilakukan oleh konselor guna membantu mengembangkan serta memperbaiki *self esteem* yang dimiliki oleh anak untuk menjadi lebih baik lagi dan positif.

Selanjutnya kerja konselor yang harus lebih aktif dalam memberi dukungan pada anak-anak didik dengan melakukan salah satu layanan konseling yang diharapkan dapat membantu dalam memperbaiki *self esteem* anak. Kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik ini berfokus pada situasi kehidupan manusia di alam semesta, yang mencakup kemampuan kesadaran diri, kebebasan untuk memilih dan menentukan nasib, tanggung jawab pribadi, usaha untuk menemukan makna hidup, keberadaan diri dalam kehidupan sosial, kematian dan kecenderungan dasar untuk mengembangkan dirinya secara maksimal.

Pendekatan eksistensial humanistik yang berfokus pada kondisi manusia, yang menekankan pada pemahaman serta penanganan pada kemampuan yang

dimiliki oleh individu dengan jalan mendorongnya. Idealnya bukan hanya mengurusnya secara baik saja namun memajukan dan mengembangkannya, menjadi sesuatu tergantung pada cita-cita atau keinginan anak itu sendiri. Sehingga anak mampu mengaktualisasikan dirinya secara utuh. Mengetahui keinginan dan dirinya sendiri, sehingga anak dapat menjadi manusia yang mampu menghargai kehidupan dan dapat memberikan yang terbaik untuk dirinya, lingkungan maupun orang lain yang ada disekitarnya.

Maslow (Calhoun & Acocella, 1995 : 28) memberikan batasan tentang pribadi yang telah beraktualisasi diri, yaitu penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain; yang mana ia mampu menerima dirinya secara utuh dengan memberikan penilaian yang tinggi pada individualitas dan keunikan pada diri sendiri dan orang lain. Selanjutnya, seseorang yang telah beraktualisasi akan mampu melihat sesuatu seperti apa adanya tanpa menghindari rasa sakit dan kecewa, mampu memelihara dan mempunyai sahabat karib yang mana mereka mampu mengungkapkan dirinya secara terbuka namun tahu batasan dalam menjaga hak pribadi dan otonom mereka, memiliki rasa puas diri yang tinggi dan jika diperlukan mampu untuk bertahan sendirian (bertahan pada pendapat sendiri meski yang lain tidak setuju), memiliki kesadaran akan tujuan dalam hidupnya ; mereka membuat keputusan berdasarkan pada apa yang menjadi tujuan akhir hidupnya, meskipun harus merasakan sakit atau pun kecewa. Seseorang yang telah beraktualisasi juga memiliki spontanitas dan sederhana. Mereka menjalani kehidupan secara alami, penuh ketentraman dan tak mau terikat pada aturan. Kesembilan ciri lainnya orang yang telah mengaktualisasikan dirinya, yaitu kemampuan untuk mengemukakan berita, naluri yang mistis untuk bersatu dengan

alam dan kemanusiaan, memiliki rasa persaudaraan dengan semua orang, mampu menempatkan orang lain sebagai suatu individu tanpa terpengaruh agama, ras, dll, memiliki pemikiran yang jernih tentang benar dan salah, memiliki humor, kreatifitas dan kemampuan menolak untuk pengaruh lain yang tidak sesuai dengan patokan-patokan pribadinya.

Dari hal-hal yang dikatakan oleh Maslow tersebut akan terpenuhi dengan sempurna setelah orang tersebut dapat mengerti dan memahami dirinya secara utuh yaitu memiliki *self esteem* yang tinggi. Bila seseorang terutama remaja yang memiliki *self esteem* yang rendah dan mengalami penurunan maka dapat menyebabkan mereka kurang mampu mengaktualisasikan diri secara optimal dan akhirnya menjadi makin tidak berkembang sama sekali. Gejala penurunan *self esteem* akan menunjukkan rasa rendah diri, memiliki rasa malu dan ragu yang berlebihan, menjauh dari pergaulan di lingkungan sekitarnya, merasa tidak berharga, mengalami kecemasan dalam menghadapi sesuatu terutama hal-hal yang baru, serta tidak mampu bersemangat dalam mengikuti pelajaran di kelas dan saat berinteraksi dengan lingkungan pergaulannya. Perasaan rendah diri pada siswa akan membuat ia sulit untuk berinteraksi sehingga membuatnya menjadi terasing dari lingkungan sosialnya. Mereka menjadi tertutup dan berusaha menjauhkan diri dari lingkungan. Beberapa siswa mengalami kesulitan dalam pergaulannya sehingga menjadi pribadi yang cenderung menyendiri dan terasingkan. Hal ini terjadi tidak lain karena kurangnya *self esteem* yang dimiliki oleh siswa. Para guru bidang studi dan konselor sekolah belum mampu mengatasi masalah ini dalam mengoptimalkan rasa penghargaan diri yang baik serta tinggi untuk diri mereka. Guru-guru cenderung untuk memberikan hukuman baik fisik

maupun kata-kata dan bahkan tidak peduli dengan tingkah anak yang kurang sesuai atau melakukan kesalahan yang akan membuat rasa *self esteem* anak semakin berkurang.

Disamping melihat dari penelitian-penelitian orang lain tentang perkembangan *self esteem* remaja dalam menghadapi masalah atau pun dalam peningkatan *self esteem* remaja dan pengalaman diri, baik dari pengalaman pribadi di saat masa sekolah serta hasil wawancara awal dengan guru bidang studi yang memiliki peran penting dalam memperhatikan, mengurus, dan mengetahui data-data siswa-siswi dibandingkan dengan guru-guru lainnya di sekolah SMP Pembangunan Medan. Hasil wawancara awal tersebut memang terdapat beberapa siswa dalam setiap masing-masing kelas memiliki beberapa anak yang lebih sibuk dengan dirinya sendiri dan bahkan menjadi tidak peduli atau berusaha untuk tidak terlihat yang menjadikannya tidak dianggap ada di dalam kelas. Hal itu membuatnya terlalu pendiam serta cuek di dalam kelasnya, tidak mau sama sekali untuk menjawab pertanyaan dengan lancar, padahal kalau diperhatikan dan pendekatan yang lebih intens, ia sebenarnya mampu namun tidak berani karena selalu menganggap dirinya negatif, merasa tidak mampu melakukan apa pun, dan selalu merasa bersalah atas apa yang ia lakukan sehingga ia pun berusaha agar tidak terlihat atau terlalu aktif dalam setiap aktivitas yang terjadi di dalam kelas, masyarakat, organisasi bahkan pergaulannya.

Berdasarkan hasil penelitian Ida Ayu Sanisca Nanda, Nyoman Dantes, dan Ni Nengah Madri Antari yang berjudul “Pengaruh Implementasi Konseling Eksistensial Humanistik Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa Teralienasi” pada siswa-siswi kelas VIII SMP Negeri 6 Singaraja.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari layanan konseling eksistensial humanistik dengan teknik modeling terhadap terjadinya peningkatan *self-esteem* siswa yang teralienasi di kelas VIII SMP Negeri 6 Singaraja.

Pada kenyataannya, proses dan model yang digunakan saat ini dalam pelayanan bimbingan dan konseling kebanyakan yang berada di sekolah belum aktif dalam membantu siswa. Kebanyakan siswa tidak memahami permasalahan yang sedang dihadapinya, karenanya perlu ada yang mengerti dan menunjukkan jalan atau pun mengarah anak ke arah yang lebih baik, namun, kenyataannya banyak saat ini pemberian nasehat yang biasa diberikan oleh orang tua maupun guru hanya membuat siswa mendengarkan saja tanpa berfikir apa yang harus ia lakukan untuk menyelesaikan permasalahannya terutama dalam hal peningkatan *self esteem*nya. Sebenarnya anak butuh contoh serta panutan yang baik, jelas dan logika dari orang tua dan guru. Serta perlu adanya bimbingan, arahan dan kasih sayang dari guru, orangtua dan keluarga, bukannya terlalu banyak tuntutan sesuai dengan keinginan orangtua dan orang-orang yang ada disekitar mereka. Tetapi siswa seharusnya dibuat sadar akan kebutuhan dirinya sendiri dalam memiliki penghargaan dan bangga pada dirinya sendiri sehingga ia dapat menentukan arah hidupnya sendiri, dapat menghargai orang lain dan alam, tahu bersyukur, merasa bahagia, serta dapat membawa perubahan yang lebih baik untuk orang-orang sekitarnya dan bahkan negaranya.

Berdasarkan fenomena-fenomena di atas, untuk mengetahui pencapaian keberhasilan siswa dalam mengatasi masalahnya, yaitu dalam meningkatkan *self esteem* siswa, maka diperlukan suatu penelitian yang mencoba mengaitkan

layanan konseling kelompok dengan pendekatan teori eksistensial humanistik yang dapat berpengaruh dalam meningkatkan *self esteem* siswa. Oleh karena itu dari latar belakang yang ada, maka peneliti merasa penting dan tertarik untuk mengadakan penelitian yang berkaitan dengan hal di atas serta mengangkatnya menjadi judul penelitian, yaitu : **Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Dalam Meningkatkan *Self esteem* Siswa Di Kelas VIII SMP Pembangunan Medan Tahun Ajaran 2013/2014.**

B. Identifikasi Masalah

Beberapa masalah yang diidentifikasi akibat dari permasalahan self-esteem yang dialami oleh siswa-siswi di tingkat SMP, antara lain :

1. Siswa kurang mampu dalam membuat keputusan dalam mengatasi masalahnya sendiri dan selalu bergantung kepada orang lain.
2. Siswa cenderung menarik diri, berdiam diri di kelas, dan tidak bisa mengemukakan pendapatnya dengan baik
3. Siswa tidak memiliki semangat belajar dan tujuan hidup yang kuat serta jelas untuk membuatnya berjuang dalam meraihnya.
4. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah belum aktif dalam membantu siswa.

C. Batasan Masalah

Sesuai dengan judul penelitian dan permasalahan yang hendak diulas dalam penelitian ini serta untuk menghindari timbulnya penafsiran yang berbeda-beda

maka perlu adanya pembatasan permasalahan yang akan diteliti, maka masalah yang diteliti dibatasi dengan “Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Dalam Meningkatkan *Self esteem* Siswa Di Kelas VIII SMP Pembangun Medan Tahun Ajaran 2013/2014”.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Adakah Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Dalam Meningkatkan *self esteem* Siswa Kelas VIII SMP Pembangun Medan Tahun Ajaran 2014/2015?”

E. Tujuan Penelitian

Dari masalah-masalah yang ada pada uraian tersebut maka penulis ingin memperoleh gambaran tentang tujuan dalam penelitian ini, yaitu : untuk melihat pengaruh penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik dalam meningkatkan *self esteem* siswa di kelas VIII SMP Pembangun Medan tahun ajaran 2013/2014.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk :

a. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informan bagi :

- Bagi Konselor

Dapat dijadikan bahan evaluasi untuk menangani masalah siswa yang mengalami gejala-gejala yang berhubungan dengan rendahnya *self esteem* yang dimiliki siswa.

- Bagi Orang Tua

Dapat dijadikan bahan tambahan untuk menangani masalah anak yang berperilaku tidak memiliki *self esteem* yang rendah dengan selalu mengeluh, berdiam diri dan bahkan menjadi agresif atau nakal.

- Bagi Siswa

Dapat dijadikan masukan dan pemahaman untuk bisa memiliki pemahaman diri tentang pentingnya memiliki *self esteem* agar bisa mengaktualisasikan diri secara optimal.

b. Manfaat Konseptual

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori Bimbingan Konseling khususnya mengenai Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Pendekatan Eksistensial Humanistik dan menjadi tambahan referensi untuk kajian-kajian psikologi dan komunikasi interpersonal khususnya tentang pengaruhnya dalam meningkatkan *self esteem* individu.