

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan tingkat peserta didik di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP). Seseorang dikatakan remaja dapat dilihat dari segi usia yaitu 13 sampai 16 tahun dan berakhir di usia 17 tahun. Ciri khusus dalam setiap tahap tumbuh kembang pada siklus kehidupan remaja mengalami keunikan. Remaja juga hidup dengan tantangan dan gejolak kehidupan yang membara. Selain itu, semangat yang ada dalam diri remaja yang ingin tahu hal-hal yang baru dan memiliki harapan di masa yang akan datang. Steinberg (1993) menyatakan bahwa aspek biologis, kognitif, dan sosial merupakan perubahan pada masa remaja.

Kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi termasuk perubahan yang terjadi pada masa remaja dalam aspek biologis. Perubahan biologis pada wanita ditandai dengan menstruasi pertama sedangkan bagi laki-laki mimpi basah. Perubahan fisik menunjukkan ciri gender dan bentuk tubuh yang menyerupai orang dewasa. Tubuh bertambah tinggi, berat badan bertambah, otot dan tulang semakin menguat merupakan ciri fisik perubahan pada masa remaja (Hurlock, 2011). Perubahan fisik mempengaruhi struktur otak yang semakin sempurna untuk meningkatkan kemampuan kognitif (Piaget, 1995).

Perkembangan kognitif ditandai dengan perubahan kecerdasan yang memungkinkan remaja berfikir menggunakan logika dan merangkai suatu kejadian dengan hal-hal yang pernah dialami. Hal ini dapat berdampak dimasa yang akan datang, spekulasi tentang sesuatu, dan mempersepsikan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan. Remaja berusaha membuat perencanaan untuk

mencapai tujuan dimasa yang akan datang, sehingga dapat dikaitkan bahwa remaja sebagai peneliti (Santrock, 2002), namun kecenderungan cara berfikir remaja yang egosentrisme belum ditinggalkan (Piaget, 1995). Egosentrisme adalah tidak mempedulikan cara pandang orang lain tentang perilaku diri sendiri (Jahja, 2011). Perilaku remaja dipandang cenderung sulit diatur, pemberontak, dan memiliki keyakinan kurang realistis, dan berdampak pada perubahan sosial.

Perubahan aspek sosial remaja melibatkan kelompok teman sebaya. Perilaku dan sudut pandang remaja cenderung sama dengan teman yang berada di sekelilingnya. Bentuk perubahan sosial yang terpenting dan tersulit dalam penyesuaian diri remaja adalah bersikap asertif dan diterima di kelompok teman sebaya (Hurlock, 2011). Remaja berusaha menemukan sahabat dan identitas diri sehingga sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku cenderung terpengaruh dari kelompok sebaya. Peranan individu sebagai remaja dalam menyikapi perubahan dari aspek biologis, fisik, dan sosial sangat penting agar dapat menyesuaikan diri dan diterima oleh lingkungan.

Penyesuaian diri remaja sebagai peserta didik di tingkat SMP berbeda dengan tingkat sebelumnya. Penyesuaian diri tersebut antara lain perubahan jam belajar, mata pelajaran, pemahaman terhadap karakteristik guru setiap bidang studi, dan pergaulan antar teman. Pergaulan dengan teman sebaya merupakan interaksi dengan kelompok agar dapat melakukan proses identifikasi, kerjasama dan berkolaborasi (Glading, 2012). Proses interaksi mampu mewarnai individu agar dapat diterima dalam kelompok. Hasil dari proses interaksi tersebut akan terjadi penyesuaian diri dan perilaku yang unik.

Keunikan karakteristik peserta didik tercermin dari bentuk aktivitas yang dilakukan. Bentuk aktivitas remaja yang dilakukan di dalam maupun di luar rumah. Aktivitas di dalam rumah dapat terlihat saat berkumpul dengan keluarga atau teman. Berkumpul dengan teman juga dapat dilakukan di luar rumah saat beraktivitas mengikuti kegiatan ekstrakurikuler (Jahja, 2011). Aktivitas yang dilakukan peserta didik dapat dipandang sebagai aktivitas positif atau negatif. Aktivitas yang bersifat negatif berarti kondisi psikologis sedang mengalami inferioritas. Seseorang yang dikuasai inferioritas dapat mengakibatkan gangguan terhadap kondisi psikologis yang cenderung ditunjukkan dengan perilaku.

Adler (2004) menyatakan seseorang dapat mengalami rasa tidak berdaya, rendah diri, dan tidak mampu melakukan aktivitas atau disebut mengalami inferioritas. Menurut Rakhmat (1986) keadaan inferioritas rendah diri merupakan gejala kurang percaya diri. Sehingga perilaku yang ditunjukkan tidak mampu atau takut melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi diri sendiri. Inferioritas perlu dibangun untuk mendapatkan superioritas, dalam hal ini adalah rasa percaya diri.

Menurut Craig (2007) percaya diri didefinisikan sebagai keyakinan diri sendiri atas kemampuan yang dimiliki. Pandangan realistis tentang diri sendiri berdampak kepada keyakinan individu untuk mengembangkan potensi diri dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil. Langkah pertama bagi individu yang merasa percaya diri adalah mensugesti diri sendiri dengan meyakini bahwa setiap individu memiliki kekurangan dan kelebihan. Kekurangan dapat dijadikan dorongan dalam mendapatkan superioritas atau pendorong ke arah kemajuan/kesempurnaan (Sonstegard, 2004). Sublimasi inferioritas menjadi superioritas ke arah yang konstruktif dapat dilakukan dengan cara menunjukkan

sikap tegar dan percaya diri saat mengalami kegagalan, mengembangkan aktivitas dan kreativitas (Rintyastini & Charlotte, 2005).

Kepercayaan diri ibarat sebuah motor penggerak pribadi untuk menuju kesuksesan dalam bidang sosial, belajar, dan karir. Sebuah motor mampu berjalan dan mengantarkan ke tempat tujuan. Ketika berada dalam perjalanan pengendara motor akan menemui berbagai kondisi medan jalan. Seseorang yang mengendarai motor memiliki pengatur kecepatan dan tenaga. Kadangkala seseorang berjalan di atas aspal yang bebas hambatan. Tetapi ditemui juga jalan terjal yang mengharuskan pribadi memperlambat kecepatan atau menghentikan kendaraan. Kondisi jalan raya sulit diprediksi sehingga terasa penat saat tidak terduga jarak tempuh perjalanan lebih jauh atau berada di kemacetan.

Analoginya adalah jika percaya diri adalah sebagai motor penggerak pribadi, agar mampu berjalan mengikuti alur kehidupan diperlukan sikap optimis ketika menghadapi kesulitan. Menurut Craig (2007) kepercayaan diri dapat dirumuskan sebagai perpaduan antara *self efficacy* dan optimis. Kepercayaan diri merupakan pandangan seseorang tentang potensi diri dan keyakinan mampu mendapatkan hal yang diinginkan. Kepercayaan diri akan timbul jika individu yang merasa nyaman dalam suatu lingkungan. Sehingga potensi yang dimiliki individu akan mudah ditumbuh kembangkan. Potensi individu yang berkembang merupakan jalan untuk menuju kesuksesan (Hakim, 2005).

Pencapaian kepercayaan diri terkadang mendapatkan kendala. Hal ini dikarenakan peserta didik tingkat SMP memasuki masa remaja yang penuh dengan gejolak. Indikasi gejolak remaja yang , ditunjukkan dengan tingkah laku (Jahja, 2011). Tingkah laku yang ditunjukkan berupa sikap yang gelisah,

pemikiran yang pesimis dan malas. Menurut Rizkiyah (2005) dalam Fitri, Zola, & Ifdil (2018) menyatakan permasalahan yang dialami remaja pada dasarnya disebabkan karena kurang percaya diri. Gejala kurang percaya diri yang dialami peserta didik SMP Negeri 134 Jakarta dapat dideskripsikan berdasarkan hasil wawancara dan analisis angket kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 134 Jakarta, menyatakan idealnya guru melaksanakan proses penilaian pada aspek kognitif dan afektif (sikap). Komponen penilaian afektif tercantum dalam Standar Kompetensi Lulusan (SKL). Salah satu indikator penilaian afektif ditunjukkan melalui sikap kepercayaan diri serta tanggung jawab peserta didik dalam kegiatan belajar. Aspek afektif dapat mendorong individu menemukan, berkompetisi, ekspolasi diri, dan bermanfaat bagi lingkungan.

Kepala SMP Negeri 134 menambahkan dalam diskusi singkatnya pengembangan potensi peserta didik membutuhkan kepercayaan diri. Hal inilah yang menjadi dasar peneliti dalam mengungkap kepercayaan diri. Peneliti menggunakan kuesioner kepercayaan diri dari Carter (2005) sebagai studi pendahuluan. Angket yang telah diisi peserta didik dianalisis oleh peneliti dan digolongkan tiga kategori yaitu kepercayaan diri tinggi, rata-rata, dan di bawah rata-rata. Hasil analisis yang tergolong dibawah rata-rata akan dijadikan sebagai subjek penelitian. Inisial subjek penelitian yaitu : NRMN, FO, RZ, MZA, DDT, SS, BMY, CBA, dan VJM. Kepercayaan diri sembilan peserta didik digolongkan dibawah rata-rata karena berdasarkan hasil analisis masing-masing peserta didik memiliki prosentase sebagai berikut : NRMN 48%, FO 46%, RZ 44 %, MZA 44%, DDT 42%, SS 42%, BMY 38%, CBA 34%, dan VJM 30%.

Informasi yang diperoleh berdasarkan analisis angket dapat dideskripsikan sebagai berikut : (1). NRM merasa tidak nyaman berada dikumpulan orang yang baru dikenal, sering khawatir dengan kekurangan diri sendiri, takut berdiri memulai pembicaraan di depan umum, tidak mau berdebat, tidak berani mengambil keputusan, dan tidak memiliki tujuan hidup. (2). FO merasa tidak mampu mengambil keputusan sendiri, gugup berbicara di depan audiens, tidak memiliki tujuan hidup, dan sulit menyesuaikan diri. (3). RZ merasa takut dan grogi memulai pembicaraan di depan forum, tidak berani menjadi pengurus organisasi, tidak mudah bangkit dari kesulitan, merasa rendah diri, tidak dapat mengambil keputusan sendiri, tidak berani menunjukkan inovasi, dan mudah kecewa. (4). MZA sering menyendiri, merasa tidak nyaman berada di sebuah acara dengan orang yang baru dikenal, takut memulai pembicaraan di forum, tidak mau berdebat, grogi, dan mudah meluapkan emosi (5). DDT merasa tidak berani mengungkapkan pendapat, tidak nyaman berada dekat orang-orang yang baru dikenal, tidak berani memulai pembicaraan di forum, tidak menyukai debat pendapat, grogi, dan mudah kecewa. (6). SS sering menyendiri, tidak nyaman berada dekat orang-orang yang baru dikenal, tidak berani berdebat, grogi, tidak berani mengambil keputusan, tidak berani menunjukkan inovasi baru, tidak memiliki tujuan, dan mudah kecewa. (7). BMY sering menyendiri, tidak nyaman berada dekat orang-orang yang baru dikenal, khawatir dengan kekurangan diri sendiri, mudah depresi, tidak dapat mengambil keputusan sendiri, tidak berani berinovasi, tidak memiliki tujuan hidup, dan mudah kecewa. (8). CBA merasa tidak dapat mengambil keputusan sendiri, tidak nyaman dekat dengan orang yang baru dikenal, takut memulai pembicaraan di forum, pesimis, tidak dapat berdebat

pendapat, mudah depresi, khawatir berbicara di depan audiens, dan mudah kecewa. (9). VJM merasa tidak mampu mengungkapkan pendapat, tidak nyaman berada dekat orang-orang yang baru dikenal di sebuah acara, khawatir dengan kekurangan diri sendiri, tidak berani memulai pembicaraan di forum, tidak berani berdebat, grogi, mudah depresi, sulit mengendalikan emosi, tidak mampu mengambil keputusan, tidak mampu menunjukkan inovasi, khawatir berbicara di depan audiens, tidak memiliki tujuan, dan mudah kecewa.

Peneliti juga mewawancarai guru, beliau menyatakan ada 9 orang peserta didik kelas VIII SMP Negeri 134 Jakarta kurang memperhatikan penjelasan guru, tidak mau bertanya, dan mencontek. Saat guru mengadakan tanya jawab tentang materi pelajaran, peserta didik mengeluarkan keringat dingin. Peserta didik juga terdiam jika disuruh menjawab secara individu tetapi mengeluarkan suara lantang yang tidak terarah ketika guru tanya jawab secara kelompok.

Fenomena tersebut menyatakan bahwa, hal yang perlu ditingkatkan dari peserta didik di sekolah tersebut adalah kepercayaan diri. Permasalahan yang krusial tentang kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta perlu segera diselesaikan. Berbagai permasalahan dapat terjadi karena kurang kepercayaan diri (Afiatin & Martanlah, 1998). Santrock (2003) menyatakan harga diri rendah dan isolasi sosial dapat terjadi jika seseorang memiliki kepercayaan diri rendah. Selain itu seseorang dapat mudah depresi, bunuh diri, anoreksia, nervosa, dan gejala kondisi psikologi yang kurang baik dari penyesuaian diri.

Hal tersebut juga dikuatkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asri, Suarni, & Arum (2014) terhadap peserta didik SMPN 2 Singaraja, menunjukkan bahwa permasalahan peserta didik berawal dari kepercayaan diri. Hal ini

ditemukan perilaku peserta didik takut, malu, mencontek, mudah cemas, tidak bersemangat, tidak mau bertanya, grogi, minder ketika diskusi kelompok, dan mudah putus asa. Upaya mengatasi permasalahan tersebut dilakukan intervensi meningkatkan percaya diri.

Peningkatan kepercayaan diri bagi remaja yang mengalami hambatan dapat dilakukan dengan proses belajar dan berlatih (Hambly, 1992). Menurut Hurlock (2011) remaja yang memiliki masalah kepercayaan diri memerlukan bimbingan orang dewasa. Orang dewasa dapat melakukan bimbingan di rumah atau sekolah. Orang tua dapat melakukan kepada anak dimanapun tempatnya, sedangkan di sekolah dapat berkolaborasi dengan guru. Fasilitas yang diberikan kepada peserta didik diupayakan mengembangkan perilaku sehat untuk sukses dalam belajar (Kartadinata, 2011). Guru bimbingan dan konseling menggunakan teknik-teknik untuk mengarahkan tujuan-tujuan yang telah disepakati bersama konseli (Erford, 2015). Teknik yang digunakan dapat berbentuk individu atau kelompok.

Remaja menyenangi berkumpul dalam kelompok, maka teknik yang dapat memfasilitasi konseli dengan permasalahan kepercayaan diri dapat dilakukan melalui bimbingan kelompok. Gazda (1999) menyatakan kegiatan yang dilakukan kepada sekelompok orang dalam rangka menyusun keputusan yang tepat dan dilakukan di sekolah disebut bimbingan kelompok. Secara konseptual bersifat informatif dan terapeutik dan memberikan intervensi positif kepada peserta didik. Kegiatan bimbingan kelompok memupuk peserta didik untuk berani mengungkapkan pendapat, konsisten, dan bergaul dengan cara yang sehat. Implementasi perasaan, pemikiran, pandangan, tingkah laku dapat dibangun pada

kegiatan bimbingan kelompok yang intens. Saputra, Hastuti, & Misbahuddin (2017) telah melakukan penelitian dengan hasil ada pengaruh yang signifikan kepercayaan diri peserta didik Sekolah Menengah Atas (SMA) di kota Bengkulu melalui bimbingan kelompok dengan teknik penguat positif.

Upaya peningkatan kepaercayaan diri telah dilakukan oleh guru pembimbing di SMPN 134 Jakarta yaitu melalui layanan klasikal, kolaborasi wali kelas/guru bidang studi, kolaborasi orang tua, bimbingan kelompok teman sebaya, dan melalui bimbingan kelompok teknik *continuous reinforcement* (penguat positif berkelanjutan). Pengaruh teknik *continuous reinforcement* dapat mengubah rasa percaya diri peserta didik namun belum menetap dalam diri individu, karena ketika tidak diberikan penguat positif individu akan mudah kembali lagi kepada perilaku sebelumnya. Komalasari, Wahyuni, & Karsih (2011) menyatakan *continuous reinforcement* adalah pemberian penguat positif ketika sikap konseli yang berubah ke arah yang lebih baik. Kenyataannya sikap peserta didik tidak menetap saat *reinforcement* dihentikan.

Berdasarkan evaluasi program bimbingan dan konseling tahun pelajaran 2017/2018, diperoleh informasi tentang upaya yang telah dilakukan dalam peningkatan kepercayaan diri peserta didik belum sesuai harapan. Sehingga permasalahan yang sangat krusial yang terjadi pada peserta didik SMP Negeri 134 Jakarta tentang kepercayaan diri. Peneliti akan melakukan *treatment* berbeda dari upaya yang telah dilakukan sebelumnya. Teknik diperlukan untuk mengoptimalkan pelaksanaan bimbingan kelompok. Teknik bimbingan kelompok dapat berupa informasi, pemecahan masalah, *role playing*, dan sosiodrama (Rusmana, 2009).

Role playing (bermain peran) merupakan teknik kegiatan bimbingan *setting* kelompok (Tatiek, 2001). Bermain peran dapat diterapkan dalam psikoterapi atau konseling melalui pendekatan kelompok. Perbedaan kelompok biasa dengan kelompok konseling dapat terlihat dari unsur drama yang diperankan. Teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok mengajak peserta didik berfikir kritis, terampil dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan secara langsung (Deaton & Cook, 2012).

Pembimbing harus merancang kegiatan bimbingan kelompok yang aktif dan menarik, melalui teknik bermain peran membuat anggota lebih mudah terlibat aktif dalam kegiatan (Jacob, Mason, & Harvill, 2006). Kegiatan yang dilakukan anggota kelompok adalah berdiskusi, mengemukakan pendapat, dan tindak lanjut dari hasil diskusi yang telah disepakati. Pemimpin kelompok sebagai sutradara dalam kegiatan bimbingan kelompok agar anggota mampu mengungkapkan ide-ide yang cemerlang (Prawitasari, 2011). Perilaku peserta didik yang positif dapat ditingkatkan (Hartinah, 2009) dalam kegiatan bimbingan kelompok. Selain itu, dengan remaja cenderung dipengaruhi oleh teman sebaya. Sehingga kecenderungan pemahaman teman sebaya dapat dengan mudah diterima (Steinberg, 2002).

Pernyataan di atas diperkuat oleh hasil penelitian Hanim, Badrujaman, & Pratiwi (2017) menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran dapat berpengaruh positif terhadap toleransi siswa kelas X SMKN 26 Jakarta Timur. Sehingga disarankan agar pembimbing dapat mengimplementasikan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran.

Hasil penelitian Suhardita (2011) menyatakan teknik bermain peran pada bimbingan kelompok yang dilakukan terhadap siswa Sekolah Menengah Atas

Laboratorium (Percontohan) UPI Bandung terjadi peningkatan kepercayaan diri setelah dilakukannya intervensi. Kelompok kontrol mendapatkan skor rata-rata 27.00 dengan standar deviasi 4.492, dan kelompok eksperimen 52,50 dengan standar deviasi 4,492.

Berdasarkan data-data yang telah terurai di atas, permasalahan peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta yang sangat krusial adalah tentang kepercayaan diri. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait permasalahan kepercayaan diri yang pernah dilakukan peneliti sebelumnya. Sehingga judul penelitian ini adalah pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri pada peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta Barat.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi permasalahan dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Apakah kepercayaan diri dapat dipengaruhi dengan dilakukannya bimbingan kelompok ?
2. Bagaimana kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta ?
3. Bagaimana kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta dapat sebelum dilakukan kegiatan bimbingan kelompok ?
4. Bagaimana kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta setelah dilakukan kegiatan bimbingan kelompok ?
5. Apakah kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta ?

C. Pembatasan Masalah

Peneliti memberikan batasan masalah yang perlu diteliti lebih lanjut. Penelitian ini terfokus pada bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta Barat.

D. Rumusan Masalah

Penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMPN 134 Jakarta Barat ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri peserta didik.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini berguna untuk :

1. Kegunaan teoritis
 - a. Memberikan kontribusi upaya peningkatan kepercayaan peserta didik
 - b. Satuan layanan dan modul dapat dijadikan acuan untuk membuat program layanan BK di sekolah.
2. Kegunaan praktis
 - a. Mahasiswa dapat mengembangkan kerangka teoritik layanan bimbingan kelompok
 - b. Untuk peneliti selanjutnya sebagai data awal dalam mengupayakan secara inovatif meningkatkan kepercayaan diri dengan cara mengembangkan dan memperdalam variabel penelitian.