

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Siswa sekolah menengah pertama (SMP) berada pada tahap remaja awal dengan rentang usia antara 12-15 tahun. Pada masa yang singkat ini, siswa mengalami perkembangan secara signifikan dalam hidupnya. Pada masa ini siswa dituntut untuk menyelesaikan tugas perkembangannya agar siswa dapat tumbuh secara optimal. Pada masa ini siswa diharapkan dapat menerima dan bersikap positif terhadap perubahan fisik dan psikisnya, mencapai hubungan yang baik dengan teman sebaya, memantapkan cara bertingkah laku yang dapat diterima dalam kehidupan sosial, mengembangkan pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan kebutuhannya serta mengembangkan sikap tentang kehidupan mandiri. Untuk mencapai tuntutan perkembangan tersebut, siswa memerlukan *self esteem* positif dalam dirinya. Dimana *self esteem* merupakan perasaan mengenai diri sendiri, dan perilaku yang secara tegas menggambarkan perasaan tersebut. *Self esteem* mempengaruhi perilaku seseorang yang kelak akan mempengaruhi keberadaan dirinya di lingkungan sosial. (Bahri, 2018:7)

Dariyono (dalam Ikbal & Nurjannah, 2016:39) mengemukakan *Self esteem* ialah suatu kemampuan seseorang untuk dapat melakukan penghargaan terhadap diri sendiri.. Rosenberg (dalam Sari & Soejanto 2016) mengemukakan *self esteem* adalah suatu sikap positif atau negative individu terhadap suatu objek tertentu yang dinamakan diri. Seseorang yang dapat melihat potensi-potensi dirinya secara positif, diyakini memiliki *self esteem* yang positif. Deaux (dalam Ikbal & Nurjannah, 2016:39) mengatakan bahwa *self esteem* adalah penilaian secara

positif dan negative terhadap diri sendiri *Self esteem* yang positif akan sangat membantu dalam berjuang.

Self esteem merupakan salah satu faktor keberhasilan siswa dalam kehidupannya. Sebagai penilaian terhadap diri sendiri, maka pengembangan *self esteem* menjadi bagian penting dalam pendidikan karena diharapkan mampu memproses penemuan konsep diri positif pada jiwa siswa. Siswa yang memiliki *self esteem* positif mampu lebih tabah menghadapi penderitaan-penderitaan hidup, mampu lebih tahan terhadap tekanan, semakin kreatif dalam bekerja, juga memiliki harapan yang besar dalam membangun hubungan yang baik.

Siswa dengan *self esteem* atau penilaian diri yang positif akan memandang positif terhadap sesuatu hal yang terjadi. Ia dapat memahami dan menerima diri apa adanya, dapat menyerap semua informasi tentang dirinya dan tak satupun informasi tersebut yang menjadi ancaman bagi dirinya. Sebaliknya, siswa dengan *self esteem* negative tidak dapat memahami dan menerima dirinya. Ia bukan hanya tidak mau melakukan sesuatu hal yang menurut mereka tidak bisa, tetapi juga dalam pikirannya selalu memunculkan informasi yang negative atau irasional dan perasaan takut untuk mencobanya. Intinya informasi baru tentang dirinya hampir pasti menjadi penyebab kecemasan atau rasa ancaman terhadap dirinya (Ikbal & Nurjannah, 2016:39).

Siswa yang mempunyai *self esteem* negative akan memunculkan sikap penolakan diri, kurang puas terhadap diri, merasa rendah diri, merasa dirinya tidak mampu dan tidak berharga, tidak berani mencari tantangan baru dalam hidupnya, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia. Perasaan-perasaan yang bersumber dari pikiran negative tersebut, yang kemudian diyakini kedalam hatinya lalu terwujudlah tingkah laku atau respon yang negatif (Ikbal & Nurjannah, 2016:39).

Self esteem positif akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan didalam dunia ini. Siswa yang memiliki *self esteem* negative akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga (Rohmah dalam refnadi, 2018:18). Siswa dengan *self esteem* negative untuk tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal-hal yang sudah dikenal dengan baik serta menyenangkan hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia. Jadi, melihat pentingnya *self esteem* dalam pengembangan potensi yang dimiliki siswa sudah sepantasnya pembentukan *self esteem* menjadi bagian dari pengembangan diri siswa di sekolah

Namun kenyataan di lapangan ternyata masih ada siswa sekolah khususnya siswa SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango yang masih memiliki *self esteem* yang negative. Hal ini berdasarkan observasi dan wawancara pada bulan September 2018 di SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango. Peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap 30 orang siswa dan 10 diantaranya memiliki masalah *self esteem* negative. masalah yang ditemukan terdapat beberapa siswa yang memiliki *self esteem* negative dengan ciri-ciri; siswa merasa dirinya tidak memiliki potensi; siswa merasa dirinya tidak berharga; siswa meyakini dirinya tidak berguna untuk orang lain; siswa tidak mampu membangun komunikasi dengan baik.

Permasalahan *self esteem* diatas dapat diatasi dengan salah satu cara yaitu pemberian layanan konseling kelompok. Totok Santoso (1987:2) menjelaskan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis dengan menggunakan tehnik-tehnik konseling dimana anggota kelompok bersama dengan konselor mengadakan eksplorasi terhadap masalah dan

perasaan dalam usaha mengubah tingkah laku dan sikap sehingga akhirnya mampu menghadapi masalah perkembangan dan situasi pendidikan. Konseling kelompok memiliki tujuan diantaranya yaitu membantu siswa memperoleh pemahaman diri, membantu siswa meningkatkan keterampilan interpersonal, membantu siswa untuk memperoleh pandangan yang luas tentang dirinya

Oleh karena itu dalam penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok *rational emotif behavior therapy* (REBT) karena layanan konseling ini berfokus pada pemberian bantuan kepada siswa yang memiliki pemikiran irasional, sementara permasalahan *self esteem* bersumber pada pemikiran siswa yang berpikir dan merasa bahwa dirinya tidak berharga, tidak mampu, dan berbagai pemikiran irasional lainnya tentang diri sendiri.

Pendekatan REBT merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam pemberian layanan konseling kelompok. Pendekatan REBT yang dikembangkan oleh Albert Ellis ini berfokus pada tingkah laku siswa, akan tetapi REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan dalam konseling adalah pemikiran konseli. Konseling REBT bertujuan untuk membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif.

Penggunaan konseling kelompok REBT ini dilatarbelakangi oleh asumsi bahwa rendahnya *self esteem* siswa diakibatkan oleh ketidakmampuan mereka dalam memandang positif terhadap potensi-potensi mereka. Ketidakmampuan mereka dalam memandang positif potensi mereka menjadi sebuah keyakinan irasional yang membuat mereka meyakini bahwa mereka tidak berharga. Permasalahan yang timbul dan dialami siswa dalam pandangan REBT diakibatkan karena system keyakinan yang tidak rasional atau irasional. Sehingga penanganannya diupayakan untuk mengubah keyakinan tersebut menjadi rasional.

Berdasarkan latar belakang diatas maka diangkatlah sebuah judul **“Pengaruh Konseling Kelompok REBT Terhadap *Self Esteem* Siswa SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan kenyataan dilapangan yang telah dikemukakan diatas, masalah yang dapat diidentifikasi yaitu sebagai berikut

- a. Siswa merasa dirinya tidak memiliki potensi;
- b. Siswa merasa dirinya tidak berharga;
- c. Siswa meyakini dirinya tidak berguna untuk orang lain;
- d. Siswa tidak mampu membangun komunikasi dengan baik

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalahnya “Apakah pengaruh konseling kelompok REBT terhadap *self esteem* siswa di SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango?”

1.4 Tujuan

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok REBT terhadap *self esteem* siswa di SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Sebagai bahan informasi dalam dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

- b. Dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya wawasan keilmuan bimbingan dan konseling melalui pemberian layanan konseling kelompok REBT untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Memperkaya dan saling melengkapi bentuk pemberian layanan bimbingan konseling kelompok terutama dalam meningkatkan *self esteem* siswa.
- b. Membantu guru pembimbing/konselor di sekolah dalam mengembangkan konseling kelompok.