

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi saat ini diperlukan kemampuan dalam pengambilan keputusan yang cepat, yang ditandai dengan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi serta perubahan yang cepat dan kompleks, guna menjaga persaingan nilai. Hal ini memperlihatkan bahwa individu hendaknya memiliki kemampuan lebih dalam mengarahkan dirinya, senantiasa fokus dan terus berusaha.

Tiap-tiap orang akan senantiasa tumbuh dan berkembang, dan sebagai bagian dari proses itu, mereka akan senantiasa menghadapi sejumlah problematika. Problematika itu tentunya akan berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka. Misalnya, siswa yang lulus sekolah menengah atas sering kali menghadapi penyesuaian pada program pendidikan dan tugas kuliah yang lebih menantang saat mereka mendaftar di perguruan tinggi. Kejadian di lapangan ini memperlihatkan bahwa siswa sebenarnya mengalami perubahan yang sangat berlainan saat mereka belajar di universitas atau kemudian di tempat kerja, dan penting untuk bersiap menyesuaikan diri agar tidak ketinggalan pelajaran. Sebab siswa merasa tertekan untuk memenuhi harapan dan tugas belajar, maka mereka bisa berusaha beradaptasi dengan menerima kekurangannya dan meningkatkan potensi yang dimiliki untuk mengatasinya. Mereka juga bisa mencoba melihat kenyataan secara objektif.¹

Self Leadership (kepemimpinan diri) sangat dibutuhkan di masa sekarang ini. Kepemimpinan merupakan aspek utama dalam banyak permasalahan yang mempengaruhi dunia saat ini. Lebih tepatnya, kebutuhan kita untuk memupuk kepemimpinan diri merupakan prasyarat untuk memperoleh keterampilan yang diperlukan sebagai pemimpin yang hebat. Jika tugas kita sebagai pemimpin adalah membawa orang ke tingkat kinerja yang lebih tinggi, maka yang perlu dilakukan adalah dengan memulainya dari diri kita sendiri. Kepemimpinan perlu dimulai dari dalam diri kita.

Self Leadership (kepemimpinan diri) adalah keterampilan atau kemampuan utama untuk bertahan dan berkembang di zaman yang

¹ Intan Wijaya, "Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orangtua Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Perkuliahan," *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 1 (1 Juni 2012): 41,

bergejolak, tidak pasti, kompleks dan ambigu.² Pada zaman sekarang, *self leadership* sangatlah penting, sikap remaja cenderung labil dan nggak memiliki pendirian, nggak teguh, sering terombang-ambing, dan memiliki kehidupan yang tidak jelas dan mengikuti pandangan, pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran, dan keinginan orang lain.³

Sehubungan dengan hal itu, sumber daya manusia yang baik sangatlah penting. Sumber daya kepemimpinan pemikiran setidaknya bisa memimpin dirinya sendiri. Melalui jiwa kepemimpinan, masyarakat akan bisa mengelola dirinya, kelompoknya, dan lingkungannya dengan baik.

Pendidikan di Indonesia adalah hal yang paling penting dalam meningkatkan *self leadership*, dan dalam konteks ini pendidikan menengah atas (SMA) menjadi tahapan yang sangat vital dalam perkembangan individu, terutama di tingkat kelas XI. Kebutuhan untuk mengembangkan kepemimpinan diri (*self leadership*) pada siswa kelas XI di MA Muallimat NU Kudus menjadi semakin signifikan dalam menghadapi sejumlah tantangan masa depan. *Self leadership* adalah kemampuan individu untuk memahami dan mengelola dirinya sendiri secara efektif, termasuk dalam mengatasi hambatan dan meraih tujuan.

Tantangan yang dihadapi dalam konteks ini adalah beragam. Siswa kelas sering kali mengalami tekanan akademik yang tinggi, perubahan sosial yang signifikan, dan mencoba untuk menemukan identitas mereka dalam masyarakat. Terkadang, mereka mungkin kesulitan dalam menghadapi stres, meraih target akademik, dan mengelola hubungan sosial. Kebutuhan untuk mengembangkan *self leadership* sebagai kompetensi yang akan membantu mereka mengatasi tantangan ini menjadi sangat penting.

Literatur *self leadership* (kepemimpinan diri) memperlihatkan bahwa orang bisa mempengaruhi atau memimpin diri mereka sendiri dengan memanfaatkan strategi kognitif khusus. Strategi kognitif memuat pengaturan diri dari dialog diri (apa yang secara diam-diam kita katakan pada diri sendiri), citra mental (penciptaan dan, pada dasarnya, pengalaman simbolis dari hasil imajiner dari perilaku kita sebelum kita benar-benar melakukan), dan keyakinan dan asumsi (penghapusan atau perubahan keyakinan individu yang terdistorsi

² Tan Seng Hin, *A Comprehensive Guide To Self Leadership* (Invincible Publishers, 2022).

³ "Pertumbuhan Dan Perkembangan Peserta Didik Secara Sosial | Jurnal Sosial Humaniora," 15 April 2019, 101

yang membentuk dasar dari proses pemikiran disfungsi⁴. Untuk melihat dan memahami hal itu, kepemimpinan harus ditanamkan pada tiap-tiap peserta didik.

Self Leadership (Kepemimpinan diri) merupakan kemampuan diri individu dalam belajar untuk bisa mengendalikan dirinya dan berusaha memahami dirinya sendiri agar menjadi lebih baik.⁵ Sehubungan dengan hal itu, siswa dituntut untuk mengenal dirinya secara menyeluruh, memahami tujuan/cita-cita/impian hidupnya dan menyusun strategi untuk meraih impiannya.

Maka bisa ditarik suatu simpulan bahwa *Self Leadership* (Kepemimpinan diri) adalah kemampuan untuk memimpin dirinya sendiri dengan cara mengembangkan visi, tujuan, dan strategi untuk meraih kesuksesan dalam kehidupan pribadi ataupun profesional.

Fenomena yang terjadi saat ini banyaknya siswa yang kemampuan memimpinya masih rendah yaitu memimpin diri sendiri. Misalnya masih meragukan kemampuan diri sendiri, tidak memiliki tanggung jawab atas tugas-tugas yang sudah diberikan, kurang percaya diri, tidak berani mengutarakan pendapat, sering datang terlambat, dan sebagainya.

Studi yang dijalankan oleh CH. Titin Kusumawati pada tahun 2022, dengan judul penelitian “Kenaikan Karakter *Self Leadership* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Pendekatan *Experiential Learning* Pada Siswa Kelas XII IPA 3 Di SMA Negeri 1 Garum Tahun Pelajaran 2019/2022”. Melalui pendekatan yang dilakukan adalah pendekatan *experiential learning*, penelitian ini menyimpulkan bahwa Penerapan pendidikan karakter *self-leadership* melalui layanan bimbingan tradisional dengan pendekatan *experiential learning* cukup berhasil.⁶ Ada perbedaan teknik antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan.

Penelitian itu memakai teknik layanan bimbingan klasikal dengan pendekatan *experiential learning* di lain sisi penelitian ini memakai teknik *self talk*. Tetapi pendekatan penyelesaian

⁴ Christopher P. Neck dkk., “Self-Leadership: A Cognitive Resource for Entrepreneurs,” *Journal of Small Business & Entrepreneurship* 26, no. 5 (September 2013): 472,

⁵ Donald Ivantoro dan Gendon Barus, “Kenaikan Karakter *Self Leadership* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Pendekatan *Experiential Learning*, no. 0 (16 Agustus 2017): 4.

⁶ CH Titin Kusumawati, “Kenaikan Karakter *Self Leadership* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Pendekatan *Experiential Learning* Pada Siswa Kelas XII IPA 3 Di SMA Negeri 1 Garum Tahun Pelajaran 2019/2020,” *Jurnal Pembelajaran Dan Ilmu Pendidikan* 2, no. 2 (1 Mei 2022): 214–24

permasalahannya sama, yakni mengurangi angka rendahnya kepemimpinan diri di kalangan peserta didik.

Bimbingan dan konseling di sekolah yang ada saat ini tidak didasarkan pada program yang dirancang untuk mendukung perkembangan siswa, terutama yang berhubungan dengan pengembangan kepemimpinan pribadi. Program yang dikembangkan masih bersifat umum dan pelaksanaannya masih terkesan ad hoc, maknanya petunjuk yang diberikan belum tertata dengan baik. Program bimbingan dan konseling dalam sistem Pendidikan harus menjadi jalan bagi kenaikan kepemimpinan peserta didik. Salah satu bentuk bimbingan dan konseling yang diduga efektif untuk meningkatkan kepemimpinan diri (*self leadership*) siswa bimbingan kelompok dengan teknik self talk. Bimbingan kelompok mengacu pada tindakan pemberian dukungan pada individu dalam lingkungan kelompok. Bimbingan kelompok bisa diberikan dalam bentuk informasi atau kegiatan yang membahas masalah sosial, profesional, akademik, dan profesional.⁷

Di lain sisi Teknik *self talk* bisa berupa percakapan positif yang dilakukan individu dengan dirinya sendiri dalam keseharian hidup dimana mereka mengulangi pertanyaan-pertanyaan yang menurut mereka berguna dan menerima dukungan atau suport untuk mengambil tindakan khusus atau menghindari perilaku khusus. Berdialog dengan diri sendiri biasanya didasarkan pada keyakinan atau asumsi mereka perihal dirinya sendiri.

Self talk merupakan percakapan yang dilakukan individu untuk menafsirkan atau memaparkan perasaan dan persepsi, mengatur dan mengubah keyakinan, serta memberikan intruksi dan penguatan pada diri sendiri.⁸

Sesudah peneliti melakukan studi pendahuluan di MA Muallimat NU Kudus, peneliti mendapatkan fokus perhatian bahwa sebagian siswa memiliki kemampuan kepemimpinan yang rendah baik dalam memimpin dirinya sendiri ataupun dalam memimpin kelompoknya. Data yang didapat peneliti pada saat observasi berasal dari hasil pengamatan dan penerapan AKPD yang peneliti bagikan pada siswa. Hasil yang didapat dari angket yang disebarikan ada banyak peserta didik yang masih kurang pengetahuan perihal

⁷ “Bimbingan Kelompok Dr. Jahju Hartanti, M. Psi. .pdf,” diakses 17 Oktober 2023,

⁸ Dr H Burhanuddin, S Pd, dan M Pd, “Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin Dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam (Iai) Muhammadiyah Sinjai Tahun 2022,” t.t.

kepemimpinan, dan masih rendah rasa percaya dirinya, termasuk dirinya sendiri. Seperti takut berbicara didepan orang banyak sehingga saat disuruh kedepan kelas untuk menyampaikan pidato masih gugup. Di lain sisi, rasa kurang percaya diri ini juga mempengaruhi minat belajarnya, sebab rendahnya kesadaran dan rasa percaya diri yang dimiliki tiap-tiap orang membuat mereka takut untuk mencoba hal baru sehingga membuat mereka memiliki kemampuan pilihan yang berbeda.

Berlandaskan pemaparan itu, baik dari teori-teori yang memaparkan kepemimpinan pada dirinya sendiri ataupun pada suatu kelompok serta data permasalahan yang didapat, terlihat adanya kelemahan *self leadership*, yang jika dibiarkan akan menjadi permasalahan yang serius bagi peserta didik dan tujuan pendidikan, masyarakat dan negara sebab peserta didik merupakan penerus kesuksesan bangsa.

Sehubungan dengan hal itu, peneliti akan mengkaji apakah ada perubahan sesudah diberikannya bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*, sehingga bisa meningkatkan *Self Leadership* Siswa kelas XI MA Muallimat NU Kudus, maka peneliti mengambil judul penelitian perihal **“EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF TALK UNTUK MENINGKATKAN SELF LEADERSHIP KELAS XI MA MU’ALLIMAT NU KUDUS”**.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada permasalahan itu, maka bisa dirumuskan masalah, yakni:

1. Adakah kenaikan *self leadership* peserta didik kelas XI MA Mu’allimat NU Kudus dengan adanya pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk*?
2. Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif untuk meningkatkan *self leadership* peserta didik kelas XI MA Mu,allimat NU Kudus.

C. Tujuan Penelitian

Berlandaskan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini, yakni:

1. Untuk mengetahui adanya kenaikan *self leadership* peserta didik kelas XI Mu’allimat NU Kudus sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok denganteknik *self talk*.

2. Untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif untuk meningkatkan *self leadership* peserta didik kelas XI MA Mu'allimat NU Kudus.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan memberikan jawaban untuk penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk meningkatkan kepemimpinan pribadi siswa. Secara keseluruhan, berharap penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan penelitian dan temuan lebih lanjut dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi pendidikan dan konseling.

2. Manfaat Praktis

Pada bagian ini menjelaskan manfaat praktis bagi (1)Konselor dan, (2) bagi peneliti. Pemaparan selengkapnya masing-masing, yakni:

1. Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah pemahaman dan gagasan baru serta bisa menjadi acuan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam menjalankan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* sebagai upaya untuk meningkatkan *self leadership* peserta didik.

2. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan gambaran yang akurat perihal pemakaian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* sebagai upaya untuk meningkatkan *self leadership* peserta didik.

E. Sistematika Penelitian

Sistematika penyusun ialah pemaparan dari masing-masing bab secara pendek serta jelas dari keseluruhan skripsi ini.

Penyusunan ini akan disajikan dengan sistematika penulisan, yakni:

1. Bagian Awal

Pada bagian ini memuat halaman judul, halaman persetujuan pembimbing, lembar pengesahan majlis penguji ujian munaqosyah, halaman pernyataan keaslian skripsi, halaman abstrak, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar table, daftar gambar/ grafik.

2. Bagian Isi

Bagian ini memuat lima bab, antara lain:

Bab I: Pendahuluan

Pada bab ini memuat sejumlah hal yang mendorong dilakukannya penelitian yang memuat latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II: Landasan Teori

Pada bab II ini memuat perihal deskripsi teori yang berkaitan dengan judul penelitian, memuat: *Self Leadership* (Deskripsi *self leadership*, Aspek yang mempengaruhi *self leadership*, Kriteria *self leadership*). Teknik Self Talk (Deskripsi teknik *self talk*, Jenis-jenis *self talk*, Manfaat teknik *self talk*, Cara kerja *self talk*, Implementasi teknik *self talk*, Prosedur pelaksanaan teknik *self talk*). Bimbingan Kelompok (Deskripsi bimbingan kelompok, Tujuan bimbingan kelompok, Manfaat dan pentingnya bimbingan kelompok, Asas-asas bimbingan kelompok, Tahap-tahap bimbingan kelompok). Serta penelitian terdahulu, kerangka berfikir, dan hipotesis.

Bab III: Metode Penelitian

Dalam Bab ini, membahas perihal metode penelitian yang memuat jenis dan pendekatan, setting penelitian, populasi dan sampel, desain dan deskripsi operasional variable, uji validitas dan reliabilitas instrument, teknik pengumpulan data, teknik analisis data.

Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada Bab III ini, memuat perihal hasil penelitian dan pembahasan yaitu yang pertama membahas gambaran umum lokasi penelitian. Yang kedua membahas deskripsi hasil penelitian memuat efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* dalam meningkatkan *self leadership* peserta didik MA Muallimat NU Kudus. Selanjutnya membahas analisis data penelitian.

Bab V: Penutup

Pada bab ini menyajikan secara singkat apa yang sudah didapat dari hasil penelitian yang sudah dijalankan, terangkum dalam bagian simpulan. Pada bagian akhir ada daftar pustaka dan lampiran-lampiran.