

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Periode menginjak dewasa adalah fase perubahan atau periode pergantian dari anak-anak menuju periode dewasa. Periode menginjak dewasa ini dapat dimaknai menjadi suatu periode yang setiap individu tentu akan melewatinya. Pesatnya kemajuan dan pertumbuhan baik itu fisik maupun mental terjadi pada masa remaja. Ketika remaja terkadang tampak menjadi fase yang berat dalam kehidupan sebelum menempuh kurun dewasa karena masa ini menjadi sewaktu-waktu yang kaya akan beraneka ragam pergantian. Perubahan dalam diri seseorang tidak hanya berkaitan dengan perubahan fisik, seperti tinggi badan, berat badan, melainkan hal tersebut melibatkan modifikasi secara mudah untuk lekas tampak misalnya *self confidence*.

Rasa percaya diri merupakan suatu perspektif personalitas yang sangat berharga bagi individu untuk merealisasikan segala kemampuan yang dimilikinya.¹ Individu yang memiliki sifat percaya diri akan mudah bergaul, berupaya mengutarakan pandangan serta menghormati gagasan orang lain. Individu yang percaya diri mampu membawa dirinya ketika berhadapan dengan orang-orang di sekitarnya. Mereka mampu mengekspos dirinya sendiri karena individu yang percaya diri mampu memahami situasinya sendiri. Sebaliknya, individu yang mempunyai rasa percaya diri yang rendah akan kesusahan untuk berinteraksi, mengungkapkan pendapat, dan merasa bahwa dirinya tidak setara dengan individu yang lainnya.

Hasil Survey Harisanto menunjukkan bahwa sebagian besar dari 65% siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang dan 35% siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi², yang berarti diperlukan upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja. Namun, sebelum berupaya untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja, ada baiknya untuk mengetahui sumber penyebab kurangnya rasa percaya diri tersebut.

Kasus-kasus yang saat ini terjadi menunjukkan bahwa kepercayaan diri sangat berbeda dalam kehidupan, terutama dalam

¹ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S, "Teori-Teori Psikologi" (Yogyakarta: AR-Ruzz Media, 2011) 34.

² Maryam B. Gainau, "Remaja dan krisis Percaya Diri" Desember 14, 2021. <https://www.kompasiana.com/maryamgainau/5fc5b2ba8ede4858604b4a02/remaja-dan-krisis-percaya-diri>

kehidupan yang dialami pada masa remaja, yang merupakan masa perubahan besar. Menurut hasil review yang dilakukan oleh Reach Out Advisory Group Clinic pada tanggal 22 April 2016, diperkirakan sebanyak setengah dari remaja mengalami harga diri yang rendah di awal masa remajanya.

Kepercayaan diri bukanlah sesuatu yang ada pada diri tanpa adanya kerja keras, juga bukan bawaan, tetapi rasa percaya diri harus dipupuk, ditingkatkan dan dipelihara agar dapat menjalani hidup dengan baik dan sehat. Sebagaimana menurut Rahmat dalam Syaipul Amri kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi individu yang sehat dalam lingkungan sosial, dan terjadi terus menerus. Rasa percaya diri hanya muncul pada diri seseorang, karakternya memiliki proses tertentu, sehingga terjadi pembentukan rasa percaya diri.³

Rahmat mengemukakan banyak kiat-kiat untuk menaikkan *self confidence* salah satunya dengan memotivasi seseorang, setelah itu memberi keyakinan setiap pribadi wajib mempunyai landasan yang kokoh ketika mengambil langkah, lalu melepaskan seseorang diri rantai harga diri yang rendah, menjaga dan menumbuhkan rasa percaya diri yang sudah hendak timbul, dan terus memperkuat rasa percaya diri yang telah dibentuk oleh individu tersebut, sehingga rasa percaya diri ini semakin lama semakin bertambah dan tidak akan hilang. Hal ini didasarkan pada keyakinan kekuatan dan kemampuan diri sendiri. Memiliki sikap tenang, tidak gampang gelisah, dan memiliki toleransi yang cukup berbagai macam keadaan.⁴

Pada tataran praktik di sekolah banyak ditemukan peserta didik belum menjumpai rasa percaya akan dirinya, hal tersebut tidak berlaku pada kalangan sosial saja, namun terdapat juga di kelompok belajar, kebanyakan peserta didik kesulitan mengemukakan opininya atau argumennya yang hendak diungkapkan terhadap guru, sejawat dan lain sebagainya. Tidak jarang perseorangan memiliki perasaan kurang percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sikap tersebut dapat menghambat tugas perkembangan peserta didik.

Demikian pula terjadi ketika, penelitian awal yang dilakukan penulis di MA Al Falah Margoyoso Jepara, yang penulis jumpai fakta

³ Syaipul Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu," *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia* 03, NO. 02 (2018) 159. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jpmr/article/view/7520>

⁴ Mafirja, Sulma, Fatimah Ibda Sulma Mafirja, dan Fatimah Ibda. "Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN Darussalam Aceh Besar", *Jurnal Intelektualita* 4, no.1 (2018) 216. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/867246>

sebagian besar peserta didik yang memiliki rasa kurang percaya akan dirinya, peserta didik yang memiliki rasa rendah diri mereka sering melewatkan kesempatan untuk tampil di depan kelas untuk mengerjakan soal yang diberikan guru lantaran karena kurang percaya diri, takut bertanya dan menyatakan opininya, hal yang melatar belakangi hal tersebut disebabkan kurang bergaul dengan sejawat, pesimis, rendah diri, rendahnya pengamatan terhadap kegiatan belajar mengajar dan lain sebagainya. Kurang kepercayaan diri siswa berdampak pada prestasi belajar serta semangat menimba ilmu siswa MA Al Falah.⁵

Fenomena yang terjadi pada siswa MA Al Falah Margoyoso Jepara itu memberi dampak pada *self confidence* yang belum maksimal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Siti Imro'atun, kepercayaan diri merupakan bagian dari para siswa di sekolah yang tidak terpisahkan. siswa yang memiliki krisis kepercayaan diri dapat dibantu dengan peningkatan diri dengan bantuan program bimbingan dan konseling yang sesuai, program tersebut adalah konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok, karena rasa percaya diri didapatkan dengan adanya hubungan antar perseorangan dalam kelompok yang mana hal tersebut tercapai dengan adanya konseling kelompok.⁶

Konseling kelompok menekankan pada aspek interaksi antar sesama anggota kelompok ketika memecahkan masalah yang diungkapkan dalam kegiatan konseling kelompok. Teknik diskusi yang diterapkan dalam konseling kelompok dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri, siswa belajar berdiskusi dan membahas masalah yang sedang dialami siswa serta mencari jalan keluar untuk masalah tersebut.⁷

Prayitno menjelaskan dalam Tohirin layanan konseling kelompok memiliki tujuan memperluas keterampilan sosial peserta didik, terutama keterampilan hubungan antar individu yang mengikuti layanan. Layanan konseling kelompok menitikberatkan akan *problem* pribadi anggota secara individu, dengan jumlah peserta

⁵ Hasil Observasi di MA Al Falah, pada tanggal 15 Agustus, 2021

⁶ Siti Imro'atun, "Keefektifan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama", *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 2, no 2(2017): 51. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbbk/article/view/654>.

⁷ Mafirja, Sulma, Fatimah Ibda Sulma Mafirja, dan Fatimah Ibda. "Efektifitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN Darussalam Aceh Besar", *Jurnal Intelektualita* 4, no.1 (2018) 112. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/867246>.

kurang lebih sekitar 5 dan maksimal 10 peserta dalam kegiatan layanan konseling kelompok.⁸

Jadi dapat disimpulkan bahwa salah satu cara untuk mengatasi kepercayaan diri siswa yaitu menggunakan konseling kelompok dengan teknik diskusi, karena dalam konseling kelompok, siswa mendapatkan kesempatan untuk mengemukakan pendapatnya dan memecahkan permasalahan bersama-sama. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah penulis paparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan Kepercayaan diri siswa MA Al Falah Margoyoso Jepara tahun ajaran 2021/2022.

B. Rumusan Masalah

Adanya penjabaran dari latar belakang diatas, untuk itu masalah yang muncul pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Al Falah?
2. Bagaimana tingkat kepercayaan diri siswa MA Al Falah?
3. Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Al Falah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah

1. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menggambarkan penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik MA Al falah.
2. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri peserta didik MA Al Falah..
3. Penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Al Falah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara *academic*, sebuah karya tulis ini memiliki harapan bisa memperluas pemikiran serta menambah perbendaharaan ilmu

⁸ Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan madrasah (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada,2007), 181.

pengetahuan yang berkaitan dengan keilmuan bimbingan dan konseling dan secara spesifik pada efektifitas layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Al Falah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Memperluas kepandaian, pandangan serta keahlian dalam bidang layanan konseling kelompok untuk dapat digunakan ketika proses mengukur efektifitas layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik MA Al Falah.

b. Bagi MA Al Falah

Sebagai salah satu upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa untuk menunjang kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok.

c. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Memberikan informasi untuk mengambil kebijakan terkait efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Al Falah

d. Bagi Peserta Didik.

Dapat menambah keaktifan serta kreativitas peserta didik dengan maksimal ketika pengaplikasian kegiatan menimba ilmu agar bermanfaat dan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok ini dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

e. Bagi Penelitian Selanjutnya

Para peneliti selanjutnya dapat memanfaatkan penelitian ini dengan menjadikannya bahan referensi dan informasi tambahan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait kepercayaan diri.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan memiliki tujuan untuk memberikan refleksi secara umum dari tiap-tiap penggalan. Sistematika penulisan memuat pemaparan secara *descriptive* apa saja sesuatu yang akan ditulis secara umum. Hal tersebut bertujuan untuk mempermudah penalaran dan pemahaman seluruh isi yang ada dalam skripsi. Skripsi yang akan penulis susun menjadi sejumlah sub bab dengan sistematika berikut ini:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian serta sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini menjabarkan deskripsi teori yang berbentuk definisi serta pengertian yang dikutip dari cuplikan buku yang berhubungan dengan konseling kelompok, diskusi kelompok, kepercayaan diri, penelitian dahulu yang relevan, kerangka berfikir serta hipotesis.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini memuat bentuk serta pendekatan penelitian, sampel dan populasi, identifikasi variabel, variabel operasional, teknik pengumpulan data serta teknik analisis data.

BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisikan hasil penelitian yang berisi gambaran obyek penelitian, analisis data (uji validitas, uji reliabilitas, uji prasyarat, uji hipotesis) dan pembahasan hasil penelitian efektifitas layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Al Falah.

BAB V PENUTUP

Bab yang terakhir ini berisikan kesimpulan dan saran yang berhubungan dengan analisis didasarkan apa yang sudah dijabarkan pada bab-bab selanjutnya.