

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Self esteem menurut Coopersmith merupakan hasil penilaian pribadi seorang individu yang di ekspresikan dalam sikap terhadap dirinya sendiri. Hal ini senada dengan pernyataan Burn menyatakan bahwa *self esteem* merupakan personal judgement mengenai perasaan berharga atau berarti yang di ekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya Susanto (2018) Pernyataan tersebut bermakna bahwa *self esteem* merupakan hasil penilaian pribadi seorang individu yang di ekspresikan dalam sikap – sikap individu terhadap dirinya sendiri. *Self esteem* sangat penting dimiliki oleh siswa saat ini, karena ketika siswa menghadapi perubahan sikap positif yang ada pada dirinya, siswa dapat mampu untuk mempertahankan sikap positif yang dimilikinya dan berusaha untuk meningkatkan sikap positif terhadap dirinya maupun orang lain.

Self esteem menurut Coopersmith (2018) adalah evaluasi yang dibuat individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu meyakini diri sendiri bahwa dia mampu dan merasa dirinya berharga. Artinya penilaian seseorang akan dirinya sendiri dapat bernilai positif sehingga bisa membuat harga dirinya semakin tinggi, sebaliknya jika penilaian seseorang akan dirinya sendiri bernilai negatif hal tersebut akan membuat harga dirinya menjadi rendah. *Self esteem* adalah proses mental afektif atau perasaan, yang dimana pada saat seseorang memiliki *self esteem* yang tinggi ia akan mendapatkan perasaan afektif positif dan yang menjadi sorotan utama dalam *self esteem* yaitu rasa percaya diri. Singkatnya, seseorang yang memiliki harga diri tinggi akan cenderung lebih merasa percaya diri, dan seseorang yang memiliki *self esteem* tinggi akan cenderung lebih merasa percaya diri, dan seseorang dengan *self esteem* rendah akan cenderung kurang percaya diri. Hal inilah yang menyebabkan *self esteem* merupakan aspek penting untuk dijaga.

Menurut Santrock (2007) remaja yang sedang tumbuh berkembang memerlukan kehadiran teman yang mampu memahami dan memperlakukannya seperti yang di inginkannya. Remaja belajar

dari orang tua, saudara kandung, anggota keluarga lain apa yang dianggap benar dan salah oleh kelompok sosial tersebut. Hal yang sering dialami oleh remaja pada saat ini yaitu kurangnya *respect* dari lingkungan remaja yang kurang memiliki *self esteem* yang baik. Masih sering kali kita lihat remaja yang suka diremehkan oleh lingkungannya baik lingkungan keluarga, teman sebaya maupun sekolah dikarenakan remaja tersebut “bandal” remaja langsung mendapatkan hukuman yang semakin membuat harga dirinya semakin rendah. Sikap yang muncul dari lingkungan terhadap remaja dengan sadar ataupun tanpa disadari membentuk *self esteem* remaja tersebut. Standar yang ditentukan oleh lingkungan sosial, yang apabila seorang remaja tidak mampu mencapai keadaan tersebut, maka remaja menjadi di remehkan oleh lingkungan. Hal ini pula yang di internalisasi oleh remaja, sehingga remaja akan menilai dirinya berharga atau tidak tergantung standar yang ditetapkan oleh lingkungan. Padahal remaja sendiri memiliki kekhasan dalam berperilaku yang harus dipahami oleh orang-orang di sekelilingnya sehingga remaja dalam meningkatkan harga dirinya mendapat dukungan dari sekelilingnya dan tidak menjadikan standar lingkungan menjadi standar dirinya berharga atau tidak.

Menurut Clark (2002) mengemukakan bahwa seorang remaja yang menerima dukungan sosial akan merasa dirinya dicintai, dihargai, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Hal ini menunjukkan bahwa faktor dukungan sosial memiliki peran penting untuk menunjukkan kasih sayang, kepedulian, dan penghargaan untuk orang lain. Dukungan teman sebaya diperoleh dari hasil interaksi individu dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya, dan bisa berasal dari teman beda usia maupun teman sebaya. Kenyamanan psikis maupun emosional yang diterima remaja dari dukungan sosial akan dapat melindungi dirinya dari konsekuensi stres yang menimpanya. Berdasarkan uraian diatas menunjukkan betapa pentingnya mengetahui setiap faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri pada remaja. Dimana *self esteem* remaja yang positif akan menentukan remaja bisa memaksimalkan potensi yang dimiliki untuk kemajuan masa depan.

Self esteem merupakan evaluasi dan penghargaan yang dimiliki oleh individu terhadap diri mereka sendiri. Pada masa remaja, harga diri dapat dipengaruhi dari berbagai faktor yaitu: (1) Interaksi sosial:

interaksi dengan teman sebaya, keluarga, dan masyarakat umum dapat mempengaruhi harga diri remaja. (2) Prestasi akademik: keberhasilan dalam prestasi akademik juga dapat mempengaruhi harga diri remaja. (3) Penampilan Fisik: perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja puas dengan penampilan fisik mereka dan menerima perubahan tersebut. (4) dukungan keluarga: lingkungan keluarga yang mendukung, penuh kasih sayang, dan memberikan dorongan positif dapat membantu meningkatkan harga diri remaja. (5) Pencapaian pribadi: prestasi dalam bidang minat pribadi, seperti olahraga, seni, dapat memberikan rasa keberhasilan dan meningkatkan harga diri remaja. (6) pengaruh media sosial: penggunaan media sosial dapat memiliki dampak yang kompleks pada harga diri remaja.

Perkembangan *self esteem* pada individu dimulai sejak masa kanak-kanak hingga dewasa, hanya saja mengalami penurunan pada masa remaja, yang dikutip dari (Bos, Muris, Mulken, & Schaalma, 2006). Penurunan global harga diri yang drastis pada remaja berkaitan dengan fase *strom* dan *stress* selama masa remaja yang ditunjukkan dengan adanya perubahan secara biologis, kognitif, sosial, psikologis maupun akademis. Selain itu, peningkatan kemampuan kognitif yang dialami oleh remaja juga berkaitan dengan tugas perkembangan sosio-emosionalnya yang memasuki tahap *identity vs confusion* (Erikson, 2010). Pada tahap ini, remaja berusaha menjawab pertanyaan mengenai “siapa dirinya?” dan bagaimana menunjukkan diri sesuai dengan identitas dirinya. Karena pada tahap ini remaja merasa bahwa menampilkan citra diri (*self-image*) merupakan hal yang penting, misalnya dalam hal penampilan, kegiatan, atau melakukan perbandingan dengan orang dewasa yang sangat dikagumi. dengan adanya tugas perkembangan sosio-emosional tersebut, remaja mulai memiliki kesadaran diri dan fokus terhadap dirinya sendiri dikutip dari (Marotz dan Allen, 2013). Harter (Guidon, 2010, Chung, Hutteman, Aken, & Denissen, 2017) mengemukakan bahwa adanya kesadaran diri dan peningkatan kapasitas untuk melakukan refleksi diri membuat remaja merasa adanya perbedaan antara *actual - self* dan *ideal-self* yang bisa berdampak pada penurunan harga diri pada remaja. Sedangkan menurut Saiful & Nikmarijal (2020), peristiwa negatif yang sering kali terjadi di sekolah antara lain seperti siswa tidak dapat

mengemukakan pendapat, belum menerima kekurangan dirinya, sulit untuk mengatur dan mengontrol dirinya, sulit berkomunikasi dengan teman-temannya, melanggar tata tertib sekolah, tidak mampu mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, tidak bisa menyelesaikan masalahnya sendiri dan sulit untuk mengambil keputusan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan masih banyak ditemukan siswa yang memiliki *self esteem* rendah. Pada sekolah SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK banyak siswa yang belum memiliki gambaran jelas tentang masa depannya karena mereka merasa tidak percaya diri, siswa juga tidak saling tidak menghargai dan cenderung mengeluarkan emosi-emosi negatif yang bisa merugikan dirinya sendiri, siswa juga kurang bertanggung jawab sebagai pelajar, hal ini ditampilkan dengan tingkah laku siswa yang kurang memiliki sikap tanggung jawab sebagai seorang pelajar.

Hasil observasi diatas menjelaskan bahwa masih banyak siswa yang mengalami *self esteem* rendah. Hal ini diperkuat dengan adanya persentase dari hasil observasi tersebut. Pada remaja yang berusia 15-18 tahun. Remaja putri memiliki *self esteem* dalam kategori tinggi sebanyak 27 orang (27%), remaja putri yang memiliki *self esteem* dalam kategori sedang sebanyak 32 orang (32%), dan remaja putri yang memiliki *self esteem* dalam kategori rendah sebanyak 41 orang (41%).

Berbagai bentuk *self esteem* dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek yang tidak diketahui oleh siswa. Aspek-aspek menurut Coopersmith (2012)¹ adalah (1) *Power* (kekuasaan), (2) *Signifocance* (keberartian), (3) *Virtue* (kebajikan), (4) *competence* (kemampuan). Berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith sesuai dengan kondisi yang ada di sekolah dan dapat membantu individu dalam meningkatkan *self esteem* pada dirinya. Individu yang memiliki *self esteem* akan mudah menerima dirinya di lingkungannya dan mencapai keberhasilan di akademiknya.

Keadaan ini tidak dapat dibiarkan terus-menerus. Apabila hal tersebut tidak segera ditindak lanjuti akan berdampak negatif. berkaitan dengan permasalahan siswa yang memiliki *self esteem* rendah perlu adanya bimbingan dan konseling untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa. Salah satu layanan yang dipandang dapat

meningkatkan *self esteem* pada siswa yaitu layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* merupakan salah satu jenis layanan bimbingan konseling di sekolah yang dapat memberikan kontribusi pada siswa dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapinya baik yang berhubungan pribadi, sosial, belajar dan karier.

Menurut Gibson (2011) bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. Isinya dapat meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi, sosial, yang bertujuan untuk menyediakan informasi akurat yang dapat membantu mereka membuat perencanaan dan keputusan hidup yang lebih tepat. Layanan ini dapat menjadi salah satu cara untuk membantu siswa dalam meningkatkan *self esteem* pada dirinya.

Menurut Romlah (2006) teknik *role playing* adalah suatu alat belajar untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan sebenarnya. Artinya, situasi yang diperankan adalah sesuai dengan kehidupan yang sebenarnya. Selain itu, dalam teknik *role playing* menurut Joyce, B et al (2012) siswa mengeksplorasi masalah-masalah tentang hubungan antar manusia dan cara memainkan peran dalam situasi permasalahan kemudian mendiskusikan peraturan-peraturan secara bersama-sama, siswa bisa mengungkapkan perasaan, tingkah laku, nilai, dan strategi pemecahan masalah. Salah satu keunggulan dari teknik *role playing* ini adalah melibatkan pengalaman anak-anak, hal ini membuat anak merasakan hal yang baru sehingga mampu menciptakan keterkaitan anak dalam mengikuti kegiatan bermain peran. Selain hal tersebut, menurut Brown (2012) mengungkapkan bahwa bermain peran digunakan untuk membantu individu mengembangkan pemahaman yang lebih baik terhadap diri mereka sendiri, orang lain, atau latihan perilaku.

Model ini dipercaya untuk menciptakan kejadian mengenai keadaan dalam kehidupan nyata untuk sekelompok siswa. Adanya kejadian yang kita representasikan dalam kegiatan bermain peran, para siswa dapat menampilkan respons secara emosional sambil

belajar berdasarkan pada respons orang lain. Kegiatan dalam bermain peran sangat memungkinkan para siswa untuk dapat secara gamblang mengungkapkan perasaannya yang tidak dapat dikenal tanpa para siswa tersebut bercermin pada orang lain. Bermain peran ketika berada pada konteks pembelajaran memahami pada dasarnya diskusi setelah pemeranan dan pemeranan itu sendiri adalah hal pokok dan bagian dari pembelajaran. Sehingga kesimpulan yang dapat ditarik adalah para siswa harus dapat belajar dari yang didapatnya dari pengalaman orang tentang cara memecahkan masalah yang nantinya dapat dipergunakan untuk mengembangkan dirinya secara optimal.

Teknik *role playing* ini menyatakan bahwa dalam tekniknya proses psikologis yang tersembunyi, berupa sikap, nilai, perasaan dan sistem keyakinan, nantinya bisa di ungkap pelan-pelan dengan cara mencari solusi terbaik dan dapat diangkat ke taraf sadar melalui kombinasi pemeranan secara spontan. Siswa juga dapat secara sadar menguji sikap dan nilainya yang sesuai dengan orang lain, apakah sikap dan nilai yang dimilikinya perlu dipertahankan atau di rubah. Tanpa bantuan orang lain, siswa sulit untuk menilai sikap yang dimilikinya. Solusi yang terbaik harus mereka cari agar dapat terlihat apakah siswa memahami makna sebenarnya dari teknik atau model pembelajaran yang mereka lakukan. Keuntungan yang dapat diperoleh dari model pembelajaran bermain peran ini adalah siswa dapat dimotivasi untuk dapat berperan lebih aktif dan untuk menumbuhkan sikap berpikir kritis dalam kegiatan belajar.

Berdasarkan pernyataan diatas pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa merupakan salah satu jenis layanan yang tepat untuk memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi oleh siswa. Teknik *role playing* ini juga bisa membuat siswa mengeksplorasi permasalahan yang sedang dihadapinya. Teknik ini juga merupakan proses psikologis yang memiliki unsur sikap, nilai, dan sistem keyakinan yang dimana bisa mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapi.

Solusi yang ditawarkan oleh penulis untuk membantu permasalahan siswa yang saat ini terjadi dengan menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan harga diri pada siswa. Siswa diberi pemahaman

mengenai harga diri pada siswa dan juga menindaki apa yang dipermasalahkan dengan mengungkapkan permasalahan melalui penokohan unsur drama dalam teknik *role playing*.

Hal ini menjadikan peneliti sebagai alasan untuk membantu siswa dalam meningkatkan harga diri siswa dengan memberikan tindakan melalui teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok yang mana dimaksudkan agar siswa memiliki kualitas harga diri yang baik sehingga dapat beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Teknik *Role Playing* dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap *self esteem* Pada Siswa Kelas X.1 SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK”.

B. Ruang lingkup dan pembatasan masalah

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK dengan menggunakan objek penelitian siswa kelas X SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK. Mengingat adanya keterbatasan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah efektivitas teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap *Self esteem* pada siswa kelas X SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana Efektivitas Teknik *Role Playing* dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap *Self esteem* Pada Siswa Kelas X SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK?

D. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas Teknik *Role Playing* dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap *Self esteem* Pada Siswa Kelas X SMAN 1 KEDAMEAN GRESIK.

E. Variabel penelitian

Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dalam teknik *role playing*. Bimbingan kelompok merupakan bentuk pelayanan bimbingan yang diberikan

kepada lebih dari satu individu dalam waktu yang bersamaan. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan kelompok dalam memecahkan permasalahan yang dilakukan dengan memerankan peran secara nyata agar anggota kelompok dapat memahami diri dan anggota kelompok yang lain dalam menghadapi suatu permasalahan. Teknik *role playing* merupakan intervensi yang dikembangkan seorang konselor dalam mengarahkan siswa untuk mengembangkan kemampuan siswa sampai penampilan yang optimal di sekolah.

Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah *Self esteem*. *Self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat di mana individu meyakini diri sendiri bahwa dia mampu dan merasa dirinya berharga. *Self esteem* memiliki 4 faktor yang dikemukakan oleh Coopersmith (2012), yaitu (1) kekuasaan, (2) keberartian, (3) kebijakan, (4) kemampuan.

F. Manfaat penelitian

berdasarkan latar belakang masalah, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan agar dapat menambah pengetahuan pembaca dan mengembangkan pengetahuan mengenai harga diri pada siswa khususnya pada bidang bimbingan dan konseling.

2. Secara praktis

a. Manfaat bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan mengenai harga diri yang terjadi pada siswa.

b. Manfaat bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan acuan khususnya dalam peningkatan teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok dan mengembangkan kualitas layanan bimbingan dan konseling bagi siswa.

- c. Manfaat bagi sekolah
Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai harga diri dengan teknik *role playing* yang digunakan dalam pemberian layanannya.