

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa anak merupakan masa seseorang individu mendapatkan pengalaman-pengalaman penting yang dijadikan landasan untuk kehidupan kedepannya. Masa anak dimulai dari umur enam tahun sampai matang secara seksual. Usia tersebut masuk kedalam masa akhir anak jenjang sekolah dasar sampai awal masuk sekolah menengah pertama. Setelah masa ini anak memasuki masa transisi pada usia 12 hingga 21 tahun. Masa perkembangan ini merupakan masa penuh dengan gejolak dalam menghadapi banyak persoalan, tantangan, konflik serta kebingungan dalam proses menemukan jati diri.

Salah satu tugas masa perkembangan ini yaitu mampu memahami identitas diri, sehingga terbentuk suatu identitas diri yang stabil pada akhir masa remaja. Remaja berhasil mencapai suatu identitas diri yang stabil, akan memperoleh suatu pandangan yang jelas tentang dirinya, memahami perbedaan dan persamaannya dengan orang lain, menyadari kelebihan dan kekurangan dirinya, penuh percaya diri, tanggap terhadap berbagai situasi, mampu mengambil keputusan penting, mampu mengantisipasi tantangan masa depan, serta mengenal perannya dalam masyarakat. Tugas perkembangan masa remaja ini, menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri sehingga masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi.

Hal ini merupakan salah satu modal yang harus ditumbuhkan pada diri setiap siswa agar dapat menjadi manusia yang mampu mengontrol berbagai aspek pada dirinya, dengan kemampuan tersebut siswa akan lebih jernih dalam mengatur tujuan dan sasaran pribadi yang jelas, maka siswa akan lebih mampu dalam mengarahkan perilaku menuju keberhasilan. Malasah percaya diri pada siswa menjadi prioritas yang harus dibangun. Siswa yang tidak memiliki hambatanpun biasanya memiliki rasa kurang percaya diri.

Fakta di lapangan masih menunjukkan banyaknya peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ibnu Ardi (2014:68) yang dilaksanakan di SMK N 1 Kalasan menunjukkan bahwa aspek kepercayaan diri pada siswa masih belum menggembirakan, yaitu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah terdapat 31 siswa (34,4%), sedangkan untuk siswa yang berada pada kategori sedang sebanyak 54 siswa (60%), dan siswa yang memiliki kategori tinggi sebanyak 5 siswa (5,6%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa di SMK N 1 Kalasan memiliki rasa kepercayaan diri sedang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Royan & Masya (2016:325), mengemukakan hasil penelitiannya di SMP Wiyata Karya Natar Kabupaten Lampung Selatan mengidentifikasi tingkah laku dengan percaya diri rendah sebanyak 10 siswa. Hal ini dapat terlihat dengan masih ada perilaku siswa yang suka menyendiri karena minder, menyontek saat menghadapi tes, mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi, tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat, bereaksi negatif dalam menghadapi masalah.

Mastur (2012:107) mengemukakan hasil penelitiannya yang menunjukkan aspek kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 4 Bae Kudus masih kurang yang ditunjukkan dengan hasil prosentase skor menunjukkan 0,70% berada pada kategori rendah, 78,47% berada pada kategori sedang dan 20,83% berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan fakta diatas, penulis menyimpulkan bahwa permasalahan percaya diri pada siswa masih banyak dijumpai dan cenderung rendah. Hal ini dapat menghambat siswa dalam mencapai keberhasilan belajar. Pentingnya dengan percaya diri adalah siswa akan mampu memahami diri dan potensi yang dimiliki sehingga percaya diri juga sangat berpengaruh pada prestasi belajar.

Berdasarkan permasalahan kurang percaya diri, maka perlu adanya suatu strategi dalam membantu peserta didik dalam meningkatkan percaya diri. Sebab, dengan adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami dirinya, mengetahui dan menyadari bahwa dirinya memiliki bakat, keterampilan atau keahlian sehingga peserta didik akan bertindak

sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya. Strategi yang dapat membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalahnya ialah menggunakan pendekatan (*Cognitive Behavior Therapy/CBT*) dengan salah satu strategi yaitu *Restructuring Kognitif*.

Strategi *Restructuring Kognitif* merupakan strategi yang digunakan konselor untuk mengubah pola pikir yang salah dari konseli, Alasan penulis memilih strategi ini adalah untuk membuka dan membenahi pola pikir atau kognitif siswa. Hal ini dikarenakan masalah kepercayaan diri siswa yang rendah lebih banyak disebabkan karena kognitif atau pola pikirnya yang tidak realistis, kurang terkontrol dan cara berpikinya kurang terstruktur dengan baik. Dibutuhkan strategi perubahan pola berpikir untuk membantu siswa yang mengalami kurang percaya diri karena siswa termasuk individu yang normal dan memiliki kemampuan untuk melihat masalah yang dialami dengan logika pemikiran yang benar dan positif.

Berdasarkan paparan diatas perlu dilakukan sebuah penelitian tentang “Pengaruh Penggunaan Strategi *Restructuring Kognitif* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Krian”.

B. Rumusan Masalah

Bedasarkan latar belakang yang diuraikan diatas maka masalah pada penelitian ini dirumuskan sebagai berikut. Adakah pengaruh yang signifikan penggunaan strategi *Restructuring Cognitive* dalam konseling kelompok terhadap kepercayaan diri siswa?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mencapai tujuan yaitu ingin mengetahui seberapa signifikan pengaruh penggunaan strategi *Restructuring cognitive* dalam konseling kelompok terhadap kepercayaan diri siswa.

D. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel terikat dan variabel bebas, yang menjadi variabel terikat adalah

percaya diri siswa, sedangkan yang menjadi variabel bebas yaitu penggunaan strategi *Restructuring Kognitif* dalam konseling kelompok.

2. Definisi Operasional Variabel

- a. Percaya diri adalah salah satu aspek kepribadian siswa yang dibentuk dari fikiran positif akan dirinya sendiri, meliputi aspek keyakinan atas kemampuan diri, berfikir rasional, realistis, optimis, dan bertanggung jawab.
- b. Penggunaan strategi *Restructuring Kognitive* dalam konseling kelompok adalah memberikan layanan konseling kelompok kepada empat siswa dengan menerapkan strategi *Restructuring Kognitive* melalui tujuh tahapan, yaitu tahap pembentukan kelompok, tahap pembinaan hubungan baik, tahap pembentukan norma, tahap identifikasi kasus, tahap merumuskan tujuan, tahap implementasi strategi, dan tahap assessment dan follow up.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti, guru BK, dan pengembangan ilmu pengetahuan.

- a. **Manfaat bagi Peneliti.** Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengalaman praktis bagi peneliti dalam menjalankan penelitian, sehingga penelitian di masa yang akan datang dapat mengembangkan ilmunya dalam bidang penelitian bimbingan dan konseling, terutama yang berkaitan dengan penggunaan strategi *restructuring kognitif*.
- b. **Manfaat bagi guru Bimbingan dan Konseling.** Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi guru BK di sekolah dalam pengembangan strategi *restructuring kognitif* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
- c. **Manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.** Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan temuan empiris untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, khususnya

dalam pengembangan strategi perubahan perilaku siswa sebagai peserta didik, sehingga menunjang kegiatan pembelajaran mereka.