

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa SMA merupakan masa dimana remaja melalui fase pertumbuhan dalam hidupnya. Manusia sedang mengalami masa transisi atau masa peralihan dari kanak-kanak ke masa remaja. Rentan waktu usia remaja biasanya dibedakan atas tiga, yaitu: 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan dan 18-22 tahun adalah masa remaja akhir (Desmita, 2008). Banyak tantangan baru dan tanggung jawab besar yang mulai dihadapi seiringan dengan tumbuh kembang mereka. Gaya hidup pada saat masa SMP akan jauh berbeda dengan masa SMA. Mereka akan mulai dihadapkan dengan permasalahan-permasalahan kompleks dalam kehidupan. Pada masa ini juga timbul perubahan dari segi fisik, psikis, dan emosional. Masa inilah merupakan masa yang penuh gairah, semangat, dan kreativitas yang tinggi. Hal itu juga seiringan dengan timbulnya berbagai gejala dan masalah kehidupan. Beberapa masalah tersebut meliputi permasalahan pribadi, sosial, belajar, maupun karier mereka. Keyakinan akan kemampuan diri yang baik diperlukan dalam menghadapi permasalahan yang timbul. Remaja saat masa SMA sering mengalami permasalahan dalam mengenali dan memahami konsep akan dirinya sendiri serta pandangan orang lain terhadap dirinya. Seperti tidak percaya diri, bingung akan siapa dirinya, apa yang bisa dilakukan olehnya, hal-hal yang membuatnya senang atau sebaliknya, dan bahkan bingung mengenai jati dirinya. Pada masa inilah diperlukan pemahaman akan diri sendiri dan konsep diri yang baik.

Konsep diri diartikan sebagai perspektif seorang individu terhadap dirinya sendiri dengan melihat segenap

kekurangan serta kelebihan, termasuk dalam merencanakan visi dan misi hidup (Sumartini, 2015). Konsep diri secara garis besar yaitu cara pandang manusia akan dirinya sendiri. Apakah dia mampu, bagaimana cara dia melihat dan menilai dirinya sendiri, apa yang menjadi kekurangan dan kelebihan, serta kemampuan individu dalam merencanakan kehidupan selanjutnya. Salah satu bagian penting dalam perkembangan kepribadian seseorang adalah konsep diri, seperti yang dikatakan oleh Rogers bahwa diri (*self*) adalah konsep yang paling mayoritas dari kepribadian yang berisikan berbagai ide, persepsi-persepsi, serta nilai-nilai yang mencakup kesadaran tentang diri sendiri (Desmita, 2009).

Konsep diri adalah kondisi dimana seseorang yang sudah mengetahui dirinya sendiri, baik kekuatan kelemahan, dan apa yang dibutuhkan. Menurut (Fatimah, 2012) mengatakan konsep diri yaitu pemikiran tentang bagaimana cara pandang seseorang terhadap dirinya sendiri, dimana pemikiran ini dibentuk melalui pengalaman dan pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Konsep diri akan memberikan pengaruh terhadap bagaimana proses berpikir, mengelola perasaan, keinginan, dan nilai-nilai maupun tujuan hidup seseorang (Clemes & Bean, 2001). Selanjutnya menurut Hughes (2011) konsep diri yaitu kemampuan menguraikan atau menjelaskan diri sendiri yang didalamnya juga merupakan hasil dari evaluasi diri. Penjelasan beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri yaitu kemampuan seseorang dalam memahami dan mendefinisikan diri dari berbagai aspek-aspek kehidupan seperti fisik, psikologis dan sosial. Hal ini didasarkan atas pengalaman dan hasil dari interaksi dengan makhluk lainnya.

Konsep diri bagi remaja merupakan satu langkah perubahan besar dalam fase kehidupan. Sebab konsep diri remaja pada masa ini dapat mempengaruhi aspek-aspek

pertumbuhan di fase kehidupan selanjutnya. Konsep diri memiliki 2 karakteristik, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Siswa yang memiliki konsep diri positif mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik, memiliki keyakinan pada kemampuannya mengatasi persoalan, merasa sama dengan orang lain, serta sanggup menerima dirinya sendiri. Sedangkan siswa yang memiliki konsep diri negatif ia akan memandang dan meyakini bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidupnya sendiri (Rakhmat, 2007).

Siswa jenjang SMA yang memiliki konsep diri positif maka akan sangat berpengaruh terhadap kehidupan sosial dan pribadinya. Seperti kepercayaan diri pada saat berada dalam lingkungan sosial serta mampu bersaing secara baik dalam bidang akademik. Sebaliknya jika siswa memiliki konsep diri negatif maka akan mengalami keterpurukan. Dampak-dampak yang ditimbulkan dari siswa yang memiliki konsep diri yang rendah yaitu hilangnya kreativitas, minat diri yang rendah, kesulitan dalam lingkup sosial, serta melihat semua hal dalam sisi yang buruk dan rasa takut. Apabila dua siswa dihadapkan pada suatu persoalan maka siswa dengan konsep diri negatif akan menyikapi persoalan tersebut dengan kecemasan, pesimisme, mudah terpengaruh dan merasa tidak mampu. Justru sebaliknya dengan siswa yang memiliki konsep diri positif dalam dirinya.

Munculnya konsep diri negatif tentu terdapat faktor-faktor yang memicu dalam diri siswa. Rahman (2010) menyebutkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri pada siswa, yaitu: a) keadaan fisik dan penilaian orang lain mengenai keadaan fisik individu yang meliputi bentuk tubuh, kecacatan, dan sebagainya. b) faktor psikologis, antara lain: intelegensi, tingkat aspirasi, emosi nama dan nama panggilan. c)

faktor keluarga yang meliputi sikap orang tua, sikap saudara, status anak dalam keluarga dan status sosial ekonomi keluarga. d) faktor lingkungan sekolah, meliputi guru, siswa, dan kegiatan ekstrakurikuler. e) faktor masyarakat, antara lain: pola kebudayaan dan status sosial. Faktor-faktor tersebut yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku siswa baik di lingkungan sekolah, teman, maupun keluarga. Hal ini terkait dengan penilaian dan pandangan akan diri sendiri, bagaimana siswa medapat pandangan dari orang lain akan dirinya sendiri.

Ketika siswa memiliki tingkat konsep diri yang rendah dan mengarah pada sisi negatif maka akan banyak dampak buruk yang ditimbulkan oleh siswa. Siswa akan kesulitan dalam mengenal siapa dirinya sendiri, kesulitan dalam memasuki lingkungan baru yang memiliki suasana jauh berbeda dari zona nyamannya. Selain itu kenyamanan belajar juga akan terpengaruh sebab dia akan merasa pesimisme terhadap seluruh kemampuan diri yang dimiliki. Justru akan membuat siswa berpikir ingin menjadi orang lain yang menurutnya memiliki konsep diri dan karakter yang lebih baik dari dirinya sendiri. Hal ini mampu membuat siswa selalu berlari dan menghindari dari setiap permasalahan yang dirasa dia tidak mampu untuk menyelesaikannya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang memiliki tingkat konsep diri yang rendah. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Irawan (2010), peneliti menggunakan *pre-eksperimental design* dengan menggunakan skala psikologi tentang konsep diri dengan menggunakan 4 skala yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah, sangat rendah. Berdasarkan hasil penyebaran skala tentang konsep diri pada siswa SMK Yapema Gadigrejo Lampung diperoleh hasil sebagai berikut: dari 80 siswa, yang memiliki konsep diri sangat tinggi terdapat 26 siswa (32%), konsep diri tinggi 44 siswa

(55%), dan konsep diri rendah 10 siswa (12,5%), sedangkan siswa yang memiliki konsep diri sangat rendah tidak ada. Tetapi perlu diperhatikan adanya sekelompok siswa yang memiliki konsep diri rendah/negatif, maka perlu diadakannya kegiatan sebagai usaha pencegahan dan pengembangan diri siswa. Setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok terdapat peningkatan yang signifikan, yaitu terdapat 2 siswa (20%) yang memiliki konsep diri sangat tinggi, 8 siswa (80%) dalam kategori tinggi. Rata-rata skor konsep diri sebelum mengikuti kegiatan layanan bimbingan konseling kelompok adalah 129,2 kategori rendah, dan setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok meningkat. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada konsep diri setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif atau mempengaruhi dalam peningkatan atau pengembangan konsep diri pada siswa SMK Yapema Gadigrejo Lampung.

Masih banyak ditemukan siswa dengan tingkat konsep diri yang rendah dalam kehidupan sehari-hari. Kemungkinan hal tersebut dapat ditanggulangi oleh aspek-aspek yang mempengaruhi tinggi rendah konsep diri dalam siswa. Menurut Anggreini (2019) terdapat 5 aspek yaitu: a) aspek fisik (materi dan bentuk tubuh), b) aspek sosial, c) aspek emosi, d) aspek moral, dan e) aspek kognitif. Aspek-aspek ini memiliki keterkaitan antara aspek satu dengan aspek yang lainnya, dimana aspek-aspek ini mampu menjadi tolak ukur apakah individu tersebut tergolong dalam konsep diri yang positif atau negatif. Individu dengan tingkat konsep diri yang tinggi atau positif maka dia akan mampu untuk memaksimalkan kemampuan diri, optimisme, kreativitas, pemahaman diri, serta keberhasilan akademik. Sebaliknya jika individu memiliki tingkat konsep diri yang rendah atau negatif maka akan dapat mempengaruhi kemampuan akademiknya. Berdasarkan

permasalahan yang ada serta fakta-fakta di atas, jelaslah perlu diselesaikan segera agar tidak mengganggu perkembangan dan kemampuan akademik siswa.

Fenomena-fenomena terkait konsep diri yang rendah pada siswa jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) juga ditemukan oleh peneliti di SMA ITP Surabaya. Peneliti awalnya melakukan wawancara tidak terstruktur dengan salah satu Guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang ada di SMA ITP Surabaya, dan hasil dari wawancara tidak terstruktur tersebut ditemukan bahwa pada siswa kelas XI masih banyak siswa yang memiliki konsep diri rendah. Konsep diri rendah ini ditunjukkan dengan sikap tidak percaya diri, takut mengungkapkan pendapat, belum sepenuhnya mengetahui jati diri serta minat bakatnya, kesulitan bersosialisasi, serta belum menemukan visi misi dan arah tujuan hidup. Hal ini juga didukung oleh hasil uji validitas yang dilakukan oleh peneliti, bahwa dalam satu kelompok uji validitas ditemukan terdapat 5 siswa yang memiliki konsep diri rendah.

Fatimah (2012) mengatakan konsep diri yaitu pemikiran tentang bagaimana cara pandang seseorang terhadap dirinya sendiri, dimana pemikiran ini dibentuk melalui pengalaman dan pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Konsep diri akan memberikan pengaruh terhadap bagaimana proses berpikir, mengelola perasaan, keinginan, dan nilai-nilai maupun tujuan hidup seseorang (Clemes & Bean, 2001). Selanjutnya menurut Hughes (2011) konsep diri yaitu kemampuan menguraikan atau menjelaskan diri sendiri yang didalamnya juga merupakan hasil dari evaluasi diri. Pendapat beberapa ahli tersebut dari fenomena yang terjadi di SMA ITP Surabaya, seharusnya siswa dengan rentang usia 15-18 tahun yang berada pada jenjang pendidikan SMA seharusnya sudah mulai bisa memahami akan konsep diri. Siswa dengan konsep diri yang tinggi akan lebih mudah dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah

dalam tahap perkembangan hidupnya. Siswa akan lebih percaya diri, mampu mengenali diri baik minat maupun bakatnya, evaluasi diri, serta menentukan dan merencanakan tujuan hidupnya. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti menetapkan lokasi penelitian dengan menggunakan media permainan lingkaran cerita dalam bimbingan kelompok dilakukan di SMA ITP Surabaya.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling yang didalamnya terdapat kegiatan sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Prayitno, 1995). Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan yang bertujuan membantu individu untuk mampu mencapai tahapan perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan yang dimiliki, minat dan bakat, serta nilai-nilai yang dianut dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok juga bersifat preventif atau pencegahan dalam timbulnya masalah dan juga bersifat pengembangan dalam sisi potensi siswa (Romlah, 2001)

Pemberian layanan bimbingan kelompok tentunya memerlukan teknik dan media penunjang dalam pelaksanaan kegiatannya. Penulis dalam penelitian ini menggunakan permainan lingkaran cerita sebagai strategi atas penyelesaian masalah yang diajukan. Dinamika pengaplikasian permainan yaitu setelah dilakukan *pre-test*, jika ditemukannya siswa dengan tingkat konsep diri yang rendah, maka akan dibentuk menjadi suatu kelompok yang berjumlah 5 orang. Sistematis pengaplikasian permainan yaitu dalam kelompok akan digunakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yaitu diskusi kelompok. Pembahasan yang didiskusikan yaitu mengenai pengertian konsep diri, aspek-aspek, pengaruh atau dampak, serta faktor konsep diri. Pembahasan-pembahasan tersebut akan disajikan dalam bentuk *Power Point*, sehingga dapat dipahami dan menarik untuk disimak oleh kelompok.

Penyampaian pembahasan tersebut akan disampaikan dalam beberapa pertemuan sebelum diaplikasiannya media permainan, sehingga seluruh anggota kelompok telah memahami terlebih dahulu terkait konsep diri.

Setelah itu maka akan dilakukan permainan lingkaran cerita. Media permainan lingkaran cerita yaitu berupa mainan berbentuk roda putar (*spin wheel*), yang dimana dalam lingkaran tersebut terdapat beberapa topik yang telah disiapkan oleh penulis. Topik tersebut yang akan menjadi acuan utama pembahasan saat seluruh anggota kelompok berdiskusi. Topik-topik tersebut akan tetap berkaitan dengan aspek-aspek konsep diri. Sehingga dari topik yang terpilih pada saat roda putar berhenti, para anggota kelompok akan menyampaikan cerita, perasaan, maupun pemikiran-pemikiran terkait topik yang terpilih. Sehingga dari sesi pembahasan maupun permainan yang dilakukan pada sesi akhir pertemuan diharapkan supaya seluruh anggota kelompok mampu mengutarakan serta memahami upaya-upaya pencegahan maupun evaluasi diri yang bisa dilakukan agar tidak memiliki konsep diri yang rendah.

Solusi yang ditawarkan oleh penulis dalam penelitian ini untuk membantu permasalahan yang terjadi saat ini di SMA ITP Surabaya yaitu menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan permainan lingkaran cerita terhadap konsep diri siswa. Siswa diberikan pemahaman mengenai konsep diri, beserta faktor dan dampak yang ditimbulkan dalam permasalahan tersebut melalui sebuah permainan lingkaran cerita.

Hal ini menjadikan alasan peneliti untuk membantu siswa dalam meningkatkan konsep diri dengan memberikan dan mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok menggunakan permainan lingkaran cerita yang bertujuan untuk mencegah rendahnya konsep diri dan pengembangan konsep diri pada siswa sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian



dengan judul “Efektivitas Permainan Lingkar Cerita dalam Bimbingan Kelompok terhadap Konsep Diri Siswa di SMA ITP Surabaya”.

## **B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah**

Ruang lingkup dan batasan masalah dalam penelitian ini untuk mengetahui efektivitas permainan lingkar cerita dalam bimbingan kelompok terhadap konsep diri siswa.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah permainan lingkar cerita dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa di SMA ITP Surabaya?

## **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas permainan lingkar cerita dalam bimbingan kelompok terhadap konsep diri siswa di SMA ITP Surabaya.

## **E. Variabel Penelitian**

Variabel bebas atau *independent variable* adalah variabel yang mempengaruhi, atau yang menjadi sebab perubahan dari adanya suatu variabel independen (terikat). Variabel bebas biasanya dinotasikan dengan X. Penelitian ini sebagai variabel bebas adalah permainan lingkar cerita dalam bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah usaha yang dilakukan untuk melakukan preventif dari konsep diri rendah dengan menggunakan permainan lingkar cerita yang memanfaatkan dinamika kelompok yang saling merespon.

Variabel terikat diartikan sebagai variabel yang dipengaruhi, akibat adanya variabel bebas. Variabel ini biasa dinotasikan dengan Y. Dalam penelitian ini sebagai variabel terikat yaitu konsep diri. Konsep diri adalah pemikiran atau cara pandang siswa terhadap dirinya sendiri, dimana pemikiran ini dibentuk melalui pengalaman dengan orang lain. Indikator siswa dengan konsep diri yang tinggi yaitu 1) aspek fisik, 2) aspek sosial, 3) aspek emosi, 4) aspek moral, dan 5) aspek kognitif.

## **F. Manfaat Penelitian**

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

### **1. Secara teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan pembaca dan mengembangkan pengetahuan mengenai konsep diri pada siswa khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling

### **2. Secara Praktis**

#### **a. Manfaat bagi siswa**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan mengenai konsep diri yang terjadi pada siswa terhadap tugas-tugas perkembangan dan akademiknya.

#### **b. Manfaat bagi guru**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan acuan khususnya dalam pelaksanaan pemberian layanan bimbingan dan konseling dan dapat meningkatkan serta mengembangkan kualitas layanan bimbingan dan konseling bagi siswa.

#### **c. Manfaat bagi sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pemahaman dan pencegahan mengenai konsep diri dan permainan lingkaran cerita dalam pemberian layanannya.