

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Manusia adalah salah satu makhluk ilahi yang diciptakan di dunia dengan berbagai perbedaan kualitas perilaku antar individu. Perbedaan mendasar antara manusia dengan makhluk Tuhan lainnya adalah manusia diciptakan menjadi makhluk yang berakal dengan kemampuan berpikir, atau dapat diartikan manusia sebagai makhluk yang istimewa dan sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya. Keunikan manusia ditopang oleh keadaan konstruksi psikofisik, termasuk keadaan fisik, hormonal, kognitif, dan emosional. Karena kondisi tersebut saling terkait dan berpengaruh, maka dapat menentukan perilaku dan kualitas perilaku individu yang terkena dampak interaksi dengan lingkungannya. (Nugroho & Pratiwi, 2016)

Manusia memang dilahirkan dengan anugerah ciri khas atau kepribadian dan watak yang berbeda. Watak manusia dapat mencerminkan diri sendiri yang sebenarnya dan setiap individu memiliki ciri- ciri kepribadian tersendiri baik kepribadian yang sehat maupun yang tidak sehat. Menurut Elizabeth yang dikutip oleh Syamsu Yusuf mengemukakan tentang ciri- ciri pribadi yang sehat sebagai berikut 1) Mampu menilai diri sendiri secara realistis; mampu menilai diri apa adanya tentang kelebihan dan kekurangannya baik secara fisik, pengetahuan, keterampilan dan sebagainya. 2) Mampu melihat situasi sesuai realita; dapat menghadapi situasi atau kondisi kehidupan yang dialaminya secara realitas dan dapat menerima dengan lapang dada, tidak mengharapkan kondisi kehidupan itu sebagai sesuatu yang sempurna. 3) Mampu menilai prestasi yang diperolehnya dan meraksinya secara rasional, tidak menjadi sombong, angkuh atau mengalami *superiority complex* apabila prestasi tinggi atau kesuksesan hidup. Apabila seseorang mengalami kegagalan, maka tidak membuatnya frustrasi, melainkan dihadapi dengan sikap optimistik. 4) Menerima tanggung jawab; individu memiliki rasa optimistik

terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan masalah- masalah kehidupan yang dihadapinya. Dari penjelasan tentang ciri- ciri kepribadian sehat tersebut, jika beberapa ciri- ciri kepribadian tidak terpenuhi maka akan menjadi sebuah masalah yang besar. (Nugroho & Pratiwi, 2016)

Rendah diri adalah kualitas kepribadian yang buruk dan menyebabkan berbagai hambatan dalam pergaulan, dalam bidang akademis, berbagai perilaku menyimpang dan mungkin juga menyebabkan depresi dan kecenderungan bunuh diri (Darsono, 2014). Dalam konteks pendidikan, tidak jarang siswa mengalami *inferiority complex* (rasa rendah diri) pada saat proses belajar mengajar, seperti tidak ikut kegiatan tanya jawab, menyendiri, diam, dan tidak mau bergaul. Akibat dari perilaku tersebut, siswa yang memiliki rasa rendah diri akan merasa terasing dan dikucilkan oleh teman sebayanya. (Ahmad & Karunia, 2017)

*Inferiority complex* dapat disebabkan oleh lingkungan yang buruk dan membuat tertekan seperti dari faktor ekonomi keluarga yang kurang, perceraian orang tua dan lingkungan keluarga yang tidak harmonis. Selain itu juga dapat disebabkan dari faktor internal diri seseorang itu sendiri seperti lemah dalam menguasai materi belajar, adanya kekurangan dalam fisik dan sulit untuk melakukan komunikasi dengan orang lain. Siswa yang mengalami rendah diri dapat menghambat pertumbuhan dan potensi mereka serta dapat menghalangi mereka dalam mengoptimalkan keterampilan mereka dengan baik. Dilansir dari Detik Health, yang berisi hasil wawancara dengan psikolog Vera Itabiliana mengatakan bahwa rasa minder atau rendah diri muncul karena adanya tekanan dari teman sebaya (*peer pressure*). Pada usia pra remaja, tekanan ini bisa berupa barang atau gadget yang dimiliki teman hingga suasana lingkungan yang tidak mendukung (Sulaiman, 2015).

Tekanan dari teman sebaya dapat membuat seseorang menjadi rendah diri seperti yang dialami oleh salah satu siswa perempuan MTs Negeri II Bojonegoro yang memiliki kekurangan dalam hal fisik seperti wajah yang penuh jerawat. Siswa tersebut sering mendapat tekanan berupa bullying dari teman-teman sekelasnya yang sering mengejek dan menghina karena siswa tersebut berkulit hitam dan berjerawat. Dari tekanan verbal tersebut, siswa

tersebut menjadi tertekan dan gelisah mencari solusi untuk mengobati jerawat yang dimilikinya. Hal tersebut membuat siswa tersebut merasa terasingkan di dalam kelas dan jarang mendapat teman karena kondisi wajah yang penuh jerawat. Kasus pada siswa tersebut sejalan dengan pernyataan Yusuf dan Nurihsan (2009:213) bahwa salah satu faktor penyebab rendah diri adalah kondisi fisik yang mana ketika individu memiliki kondisi fisik yang menarik maka akan cenderung memiliki kepercayaan diri lebih baik dibandingkan dengan individu yang memiliki kondisi fisik yang kurang menarik akan menimbulkan kurangnya rasa percaya diri (Zamrodah, 2016)

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru bimbingan dan konseling di Madrasah Tsanawiyah Negeri II Padangan diperoleh asumsi bahwa perasaan rendah diri terjadi pada peserta didik tanpa mereka sadari. Perasaan rendah diri dapat ditandai dari gejala-gejala yang terlihat seperti sering ragu dalam bertindak, suka menyendiri, pendiam, kurang komunikasi dengan teman dan jarang berbaur dengan lingkungan pergaulannya.

Salah satu kasus yang pernah ditangani oleh psikolog Vera Itabiliana yang dilansir pada Detikhealth dalam temu media di Perang Bistro, Jl Pakubuwono, Jakarta Selatan adalah mengenai seorang anak yang melukai diri sendiri akibat ulah teman-teman sekelasnya yang sering mencontek. Anak tersebut tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan karena bertentangan dengan apa yang di percayai. Selain itu orang tua memiliki peran yang sangat krusial tidak memberikan respon yang positif pada anak sehingga menimbulkan perasaan kecewa anak dan diaplikasikan dengan perbuatan melukai diri sendiri sebagai bentuk penyelesaian masalahnya (Sulaiman, 2015).

Berdasarkan kasus yang terjadi pada siswa perempuan tersebut dan kasus yang dilansir dari detikhealth dapat disimpulkan bahwa *Inferiority complex* merupakan sebuah perasaan yang menganggap diri sendiri rendah yang tidak memiliki kemampuan lebih dibandingkan dengan lingkungannya sehingga dapat menimbulkan kerugian pada diri sendiri. *Inferiority complex* tidak bisa disepelekan perlu adanya suatu tindakan yang dapat mencegah hal tersebut melalui beberapa usaha seperti mulai adanya bimbingan sampai

pemberian treatment pada klien atau konseli yang memiliki permasalahan rendah diri agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti kasus yang dialami oleh klien dari psikolog Vera Itabiliana. Dalam hal ini bimbingan dan konseling sangat berperan dalam usaha membantu peserta didik mengatasi permasalahannya sehingga potensi yang dimiliki dapat berkembang secara optimal. Bimbingan dan konseling memiliki program layanan yang terdiri dari layanan dasar, layanan responsif, layanan perencanaan dan dukungan sistem. Menurut Kemendikbud (2016) dalam Nuranisa & Wiyono (2018:382), bimbingan dan konseling memiliki komponen program untuk membantu peserta didik mencapai tugas perkembangan keterampilan, pengetahuan, sikap dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karier. Salah satu komponen tersebut adalah layanan bimbingan klasikal (Nuranisa & Wiyono, 2018).

. Bimbingan klasikal merupakan sebuah kegiatan layanan yang diberikan kepada sekelompok siswa dalam rombongan satu kelas dan dilaksanakan didalam kelas dalam bentuk tatap muka secara langsung antara guru bimbingan dan konseling dengan peserta didik atau (Nuranisa & Wiyono, 2018). Layanan bimbingan klasikal adalah suatu layanan yang diberikan kepada siswa secara menyeluruh dengan tujuan pencegahan. Menurut Sugandi (dalam Mastur dan Triyono, 2014:3) tujuan bimbingan klasikal adalah membantu konseli agar dapat memenuhi tugas-tugas perkembangannya yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar dan karir secara optimal (Muttaqin, 2020). Melihat tujuan tersebut dapat diketahui secara jelas bahwa tujuan dari layanan bimbingan klasikal ini adalah untuk memenuhi tugas-tugas perkembangan peserta didik, salah satunya dengan memberikan layanan pencegahan terhadap perasaan rendah diri.

Berkaitan dengan permasalahan siswa terhadap perasaan rendah diri (*Inferiority complex*), layanan bimbingan klasikal dapat dijadikan intervensi untuk mereduksi perilaku yang ditimbulkan dari perasaan tersebut dengan menggunakan teknik psikoedukasi. Teknik psikoedukasi merupakan salah satu teknik hasil kolaborasi dari pendekatan atau pengetahuan dengan psikoterapi. Psikoedukasi juga dapat dijadikan sebuah program bimbingan yang bertujuan mendampingi siswa secara psikologis. Menurut Nelson-Jones (1982), ada

setidaknya enam pengertian mengenai teknik psikoedukasi yang masing-masing mewakili gerakan tertentu, yaitu melatih orang mempelajari aneka *life skills*, pendekatan akademik-eksperiensial dalam mengajarkan psikologi, pendidikan humanistik, melatih tenaga paraprofesional di bidang keterampilan konseling, rangkaian kegiatan pelayanan kepada masyarakat, dan memberikan layanan informasi tentang psikologi kepada publik (Supratiknya, 2011).

Selain itu teknik psikoedukasi diharapkan dapat menjadi teknik yang efektif untuk mereduksi perasaan rendah diri pada peserta didik melalui bantuan dari pihak sekolah terutama guru bimbingan dan konseling atau konselor. Teknik psikoedukasi juga diharapkan dapat membantu peserta didik dalam proses pencegahan terhadap perasaan rendah diri yang terjadi pada peserta didik sehingga tidak tertunda untuk proses pengembangan potensinya secara optimal. Dalam mengembangkan potensi peserta didik tidak lepas dari peran serta guru bimbingan dan konseling melalui layanan yang sesuai dengan tingkat kebutuhan siswa.

Madrasah Tsanawiyah Negeri II Padangan merupakan salah satu lembaga yang menetapkan bimbingan dan konseling sebagai suatu yang sangat penting dalam sekolah sebagai wadah untuk mencapai tujuan Pendidikan Nasional sehingga dapat membantu peserta didik untuk berkembang secara optimal baik dalam bidang pribadi, sosial, belajar maupun karir. Lembaga ini memiliki dua guru bimbingan dan konseling yang masing-masing memiliki tugas dan tanggung jawab untuk memonitoring dan membantu memecahkan masalah yang dihadapi oleh peserta didik.

Berdasarkan Melihat adanya permasalahan tersebut yang berdasarkan beberapa kasus yang terjadi di lembaga pendidikan, maka sangat diperlukan sebuah perlakuan untuk membantu mengurangi permasalahan tersebut. Dengan demikian peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTs N) II Bojonegoro dengan judul penelitian *“Keefektifan Teknik Psikoedukasi Dengan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Mereduksi Inferiority Complex Siswa Kelas VIII MTs Negeri II Bojonegoro”*

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka masalah yang dapat dirumuskan yaitu:

Bagaimana keefektifan teknik psikoedukasi dengan layanan bimbingan klasikal untuk mereduksi rasa rendah diri siswa kelas VIII MTs Negeri II Bojonegoro ?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan penelitian yang hendak dicapai peneliti adalah:

Mengetahui keefektifan teknik psikoedukasi dengan layanan bimbingan klasikal untuk mereduksi rasa rendah diri siswa kelas VIII MTs Negeri II Bojonegoro .

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi jurusan bimbingan dan konseling serta mahasiswa dalam menambah wawasan dan ilmu pengetahuan serta dapat dijadikan bahan acuan untuk penelitian lebih lanjut.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

#### 1.4.2.1 Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi maupun intervensi bagi MTS Negeri II Bojonegoro mengenai pengembangan layanan bimbingan dan konseling.

#### 1.4.2.2 Bagi peneliti

Sebagai bahan riset dan kemajuan dalam bimbingan dan konseling serta keterampilan dalam memberikan layanan kepada siswa dan menjadi intervensi bagi peneliti lain untuk mengetahui keefektifan teknik psikoedukasi dalam layanan bimbingan klasikal untuk mereduksi rasa rendah diri siswa di sekolah.

## **1.5 Batasan Penelitian**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka guna memfokuskan penelitian ini maka masalah yang dibatasi tersebut meliputi :

- 1.4.1 Penelitian ini dibatasi oleh gambaran efektivitas teknik psikoedukasi dalam mengurangi rasa rendah diri siswa.
- 1.1.2 Penelitian ini dibatasi oleh penerapan layanan bimbingan klasikal dengan teknik psikoedukasi.
- 1.4.3 Penelitian ini ditujukan kepada siswa.

## **1.6 Asumsi**

Definisi asumsi adalah suatu rangkaian kegiatan berupa pernyataan yang dapat diuji kebenarannya melalui percobaan dan penelitian dengan melibatkan beberapa faktor yang menyeluruh dan lengkap secara kompleks. Asumsi dalam penelitian ini terletak dalam sub bab hipotesis.

