

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa yang harus di lewati oleh setiap individu. Masa ini merupakan periode peralihan dari masa anak-anak menjadi masa dewasa, sehingga banyak sekali masalah yang akan dihadapi dan dilalui baik dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar. Hal tersebut didapati dikarenakan remaja berada dalam masa pencarian jati diri. Hal-hal yang sering dihadapi oleh remaja adalah ketidak stabilan emosi dan konflik sosial, di dalam dunia pendidikan juga sangat berpengaruh dalam proses dan berkembang masa belajar siswa, di era digital atau era milenial saat ini tak jarang pengaruh dari perkembangan jaman dapat berpengaruh dalam perkembangan anak, dan di saat usia remaja kadang sulit untuk mengontrol emosi atau perasaan dirinya sendiri *self esteem* (harga diri) Pengertian harga diri (*self esteem*) menurut Stuart dan Sundeen (1991), ia mengatakan bahwa harga diri (*self esteem*) adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Sangat penting dalam masa perkembangan remaja yang dapat membantu pribadi untuk berkembang ataupun menjadi penghambat remaja untuk berkembang, terkadang tanpa di sadari seorang individu memiliki *self esteem* (harga diri) yang rendah dan tidak dapat mengontrol emosinya sendiri ketika individu itu sendiri ingin mengungkapkan apa yang dia rasakan, Sekolah menjadi salah satu tempat untuk remaja mempersiapkan hidup yang lebih baik dimasa depannya namun hanya saja yang menjadi tuntutan pendidikan saat ini yaitu meningkatkan kemampuan kognitif anak dengan cara memberikan materi-materi sebanyak mungkin untuk menunjang masa depannya. Pada dasarnya kehidupan tidak bisa hanya bermodalkan kognitif yang tinggi (kecerdasan akademik). *Self esteem* biasa dikenal dalam bahasa sehari-hari yaitu penghargaan diri atau harga diri *self esteem* merupakan hal yang penting dalam kehidupan seseorang (Coopersmith,1967).

Akan tetapi lebih dari itu, sisi emosional seseorang individu bahkan dapat memegang peran yang lebih dominan dari pada intelegensi. Tujuan sekolah yang baik seperti akan mengembangkan kompetensi siswa dari berbagai macam aspek, juga perlu disisipkan bahwa siswa perlu dan membutuhkan pengendalian diri yang baik, serta bagaimana dapat membentuk karakter siswa yang bermoral dan percaya dengan kemampuan dirinya. Siswa dengan *self esteem* yang baik akan lebih baik perkembangan belajarnya, siswa lebih mampu menunjukkan perasaan yang dimilikinya dan lebih percaya diri dalam proses belajar begitupun dalam kehidupan sosial siswa mampu untuk lebih bisa bergaul dan mudah dalam kehidupan sosial,

keadaan *self esteem* sendiri dapat turun dari seorang individu karena banyak faktor dan disini yang di bahas oleh penulis karena fenomena *bullying* yang di setiap kalangan terdapat fenomena tersebut, jika terbentuk nya kepercayaan diri yang baik maka dapat membantu siswa dalam proses belajar yang bagus dengan memiliki *Self-esteem* yang tinggi, dapat mencegah siswa untuk melakukan hal-hal negatif dalam meraih prestasi belajar. *Self-esteem* yang tinggi akan membuat seseorang merasa berharga, menghormati diri sendiri, memandang dirinya sejajar dengan orang lain dan selalu ingin maju dan berkembang.

Fenomena yang terjadi dilapangan dari observasi dan wawancara yang telah saya lakukan di SMK Binus Jatirogo dengan guru bk, banyak sekali dampak dari *bullying* dari siswa yang kurang berani untuk mengungkapkan perasaanya, seperti contoh siswa A selalu di suruh – suruh oleh siswa B dia ingin mengatakan tidak mau tapi dia tidak berani mengungkapkan kalo dia ingin menolak suruhan tersebut, siswa cenderung diam tidak mau mengungkapkan atau bercerita ke guru konselor karena takut. Siswa korban *bullying* akan selalu merasa terancam dan menurunnya rasa keberhargaan diri sendiri oleh sebab itu dapat mengganggu perkembangan siswa dalam proses kegiatan belajar dan ada yang lebih parah siswa sampai tidak mau masuk sekolah karna sering di *bully* oleh teman – temanya, korban akan merasa dia tidak berrharga dan kurang percaya diri sehingga semangat untuk belajar akan menurun dan dapat mempengaruhi mental korban jika terus di biarkan akan menjadi trauma untuk masa mendatang siswa korban *bullying* anak yang menjadi korban biasanya merasa malu, takut, tidak nyaman.

Ada juga berita yang telah saya temukan di dalam KOMPAS.com - Selasa (4/2/2020), MS (13) siswa korban bully di sekolah menengah pertama (SMP) di Kota Malang menjalani operasi amputasi. Dua ruas jari tengah tangan kanannya harus diamputasi karena jaringannya di jarinya udah mati. Operasi amputasi dilakukan di Rumah Sakit Umum Lavalette, Kota Malang tempat MS dirawat. Kasus perundungan tersebut mencuat pada Jumat (31/1/2020)

Sehingga untuk membuat ia kembali mampu menjalani kegiatannya sehari-hari seperti biasa, gangguan mental, mulai dari sensitif, rasa marah yang meluap-luap, depresi, rendah diri, cemas, kualitas tidur menurun, keinginan menyakiti diri sendiri, hingga bunuh diri. Mengingat alasan siswa memiliki *self esteem* rendah karena tidak adanya konsep diri yang kuat, sehingga perlu adanya upaya untuk mengubah cara berpikir yang akan berdampak pada tingkah laku seseorang.

bullying sendiri sering terjadi di kalangan pelajar yang dapat menyebabkan turunya kepercayaan diri dari individu tersebut, terkadang suatu individu itu sendiri tidak sadar telah melakukan tindak *bullying* dari verbal atau dari tindakan yang dilakkukanya, *bullying* sendiri adalah segala bentuk penindasan atau kekerasan yang di lakukan secara sengaja oleh suatu orang atau

kelompok lebih kuat, tujuan *bullying* sendiri untuk menyakiti orang lain dan dilakukan secara terus menerus oleh karena itu pentingnya seorang guru konseling untuk menyampaikan bahaya dan cara untuk mengatasi tindak *bullying* untuk siswanya, lalu kenapa konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri oleh korban *bullying*. *Bullying* adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Sejiwa, 2008).

Konseling kelompok adalah suatu bentuk layanan atau bantuan oleh seorang konselor kepada individu yang membutuhkan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi yang dilaksanakan dalam situasi kelompok dengan melibatkan fungsi saling mempercayai, saling pengertian (Prayitno, 2017). Menurut Prayitno (2017), konseling kelompok adalah usaha pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada orang-orang yang membutuhkan untuk mengentaskan masalah yang sedang dihadapinya dalam suasana kelompok saling menerima dan saling mendukung. Konseling kelompok merupakan pemberian bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengetahui konsep diri masing-masing anggota. Konseling kelompok biasanya dilakukan untuk jangka waktu pendek atau menengah. Melalui konseling kelompok memungkinkan terjadinya komunikasi antar pribadi dimana dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya. Tujuan konseling kelompok sendiri oleh karena itu penulis ingin menggunakan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* korban *bullying* dengan teknik *Assertive training* sebagaimana tujuan sendiri dari konseling kelompok. Menurut Prayitno (2017), kelebihan dari konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan komunikasi seseorang berkembang secara optimal. Oleh karena itu konseling kelompok *Assertive training* mampu untuk meningkatkan *self esteem* siswa korban *bullying*, *self esteem* sendiri merupakan salah satu aspek penting dalam psikologi dan kepribadian manusia. Dengan *self esteem* yang baik seseorang bisa lebih mencintai, menghargai, dan menerima diri apa adanya, terlepas dari kekurangan yang dimilikinya.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa yaitu dengan teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* merupakan sarana atau alat untuk memperbaiki hubungan interpersonal dalam kehidupan sehari-hari. *Assertive training* yaitu

kemampuan dalam mengkomunikasikan keinginan diri terhadap apa yang dirasa dan dipikirkan tanpa adanya unsur untuk melukai perasaan orang lain. *Assertive training* akan membuat seorang siswa mampu menolak apa yang tidak sesuai dengan dirinya yang berimbas pada meningkatnya *self esteem* siswa. *assertive training* ini adalah mengajarkan secara langsung kepada siswa untuk berkomunikasi secara lebih mendalam dengan orang lain, yang merupakan suatu pendekatan aktif terhadap kehidupan dan penguasaan diri (Festerheim dan Bear 1980: 11). Maksudnya dalam teknik *assertive training* ini memiliki tujuan untuk memudahkan siswa dalam melakukan komunikasi dengan orang lain dengan baik dan menyenangkan sehingga dengan komunikasi yang efektif ini siswa sudah belajar untuk melakukan penguasaan terhadap diri sendiri. Sehingga korban *bullying* dianggap mampu untuk memperbaiki tingkat *self esteem* melalui teknik *assertive training*.

Oleh karena itu apa yang terjadi di lingkungan SMK yang telah di teliti oleh penulis tentang dampak dari korban *bullying* dan bagaimana cara untuk mengatasi dan menyelesaikan masalah dengan konseling kelompok dengan teknik *asrtif trainig* diharapkan mampu untuk meningkatkan *self estem* dari korban *bullying* di tingkat SMK.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Efektifas konseling kelompok teknik *aserti training* untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa SMK korban *bullying*?”. Secara spesifik permasalahan pokok tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1. Apakah konseling kelompok dapat meningkatkan *self esteem* dari siswa korban *bullying* di SMK Bina Nusantara jatirogo?
2. Apakah teknik *Assertive training* dapat meningkatkan *self esteem* di SMK Bina Nusantara Jatirogo?
3. Bagaimana efektifitas konseling kelompok dengan teknik *Assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* paada korban *bullying* di SMK Bina Nusantara Jatirogo?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas di atas maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa korban *bullying* di SMK Bina Nusantara Jatirogo.
2. Membantu siswa untuk dapat mengekspresikan perasan negatif atau positif secara terbuka dan langsung.
3. Mengetahui efektifitas model konseling kelompok teknik *Assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* siswa SMK Bina Nusantara Jatirogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini akan menghasilkan model konseling kelompok teknik *Assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* siswa SMK. Manfaat hasil penelitian ini secara teoretis memberikan sumbangan pemikiran baru tentang pengembangan “konseling kelompok teknik *Assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* siswa SMK”. dengan demikian hasil penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan keilmuan.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi konseli Manfaat praktis hasil penelitian ini adalah mendapatkan layanan Model Konseling Kelompok Teknik *Assertive training* Untuk Meningkatkan *Self esteem* Siswa SMK.
2. Dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya tentang layanan konseling kelompok teknik *Assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* siswa SMK.

1.5 Batasan Penelitian

Untuk memberi penjelasan dalam merumuskan suatu batasan-batasan dan permasalahan sebagai berikut :

1. Konseling kelompok terhadap peningkatan *self esteem* siswa di SMK Bina Nusantara Jatirogo.
2. Teknik *Assertive training* peningkatan *self esteem* siswa di SMK Bina Nusantara Jatirogo.
3. Efektifitas konseling kelompok dengan teknik *Assertive training* peningkatan *self esteem* siswa di SMK Bina Nusantara Jatirogo.

1.6 Asumsi

Rendahnya *self esteem* di SMK Bina Nusantara Jatirogo tidak dapat diabaikan begitu saja, tetapi harus ada upaya dalam untuk dapat meningkatkannya. Terdapat beberapa cara agar meningkatkan *self esteem* agar siswa optimal dalam perkembangannya, Sangat penting dalam masa perkembangan remaja yang dapat membantu pribadi untuk berkembang ataupun menjadi penghambat remaja untuk berkembang, setiap individu harus memiliki harga diri atau *self esteem* yang baik untuk perkembangan belajar dan bersosial dari individu itu sendiri, oleh karena itu penulis menggunakan konseling kelompok dengan teknik *Assertive training* untuk dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri) dari siswa korban *bullying*.



UNUGIRI