



**UNUGIRI**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia, setiap individu tentunya sangat memerlukan pendidikan. Seiring dengan perkembangan zaman pendidikan selalu mengalami perubahan, perkembangan, perbaikan sesuai dengan segala bidang kehidupan. Dengan memiliki generasi penerus Bangsa yang cerdas tentunya akan memajukan sebuah bangsa yang tentunya pendidikan tidak hanya bermanfaat untuk bangsa dan negara tapi bermanfaat untuk diri kita sendiri. Di Indonesia sendiri pendidikan masih terbilang cukup rendah menurut (Fitri, 2021) Rendahnya kualitas sistem pendidikan di Indonesia menyebabkan Indonesia tertinggal oleh negara-negara lainnya. Bukan hanya permasalahan dari sistem pendidikan yang belum tepat, tetapi ada juga permasalahan-permasalahan pokok lainnya. dalam pendidikan biasanya siswa berusia 12-17 memasuki pendidikan SMP-SMA

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 diri remaja, dan di saat usia remaja kadang sulit untuk mengontrol emosi atau perasaan dirinya sendiri (Febri, 2019). Banyak siswa yang merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri, ingin menjadi orang lain, lebih sering mengalami emosi yang negatif hal itu menunjukkan siswa mempunyai *Self Esteem* yang rendah. Ketika siswa memiliki *Self Esteem* yang rendah siswa cenderung lebih pendiam, stress, kecewa saat gagal, mengurung diri hal ini tentunya akan sangat berpengaruh dengan pendidikan yang sedang di tempuhnya.

Menurut (Rohisfi, 2022) *self esteem* merupakan perasaan yang dimiliki setiap individu berupa anggapan evaluatif seseorang pada dirinya sebagai seseorang yang berharga yang ditunjukkan dengan perasaan bahagia

dan mampu untuk sukses dalam mengubah hidupnya. Menurut Cahyani (2019) *self esteem* adalah penilaian individu tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap segala sesuatu yang berkaitan dengan dirinya dan bagaimana seseorang tersebut bertindak.

Ketidakmampuan remaja dalam menghadapi situasi sosial secara positif dapat menyebabkan rendahnya *self esteem*. Sehingga bagi remaja dengan *self esteem* yang tinggi akan selalu memandang positif setiap hal yang ada dalam diri dan kehidupannya. Sebaliknya, remaja dengan *self esteem* yang rendah melihat dunia melalui filter kearah negatif, dan tidak menyukai persepsi umum tentang gambaran dari segala sesuatu di sekitarnya. Hal seperti ini tentu akan mengganggu perkembangan kepribadian remaja karena perkembangan *self esteem* tersebut akan berdampak terhadap keberhasilan atau kegagalan di masa depan (Sasmita et al., 2021). Menurut (Hajat, n.d.) (2012) *self esteem* merupakan satu kesatuan dalam kebutuhan manusia. Pentingnya pemenuhan kebutuhan harga diri individu, terkait erat dengan dampak negatif jika mereka tidak memiliki harga diri yang kuat. Mereka akan kesulitan dalam menghadapi perilaku sosialnya

Menurut Coopersmith (1967:4-5) *Self Esteem* adalah evaluasi yang di buat oleh individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu menyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga. 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 karna banyak faktor yaitu opini orang lain, pikiran sendiri, pola asuh masa kecil, keterbatasan yang di miliki dll. Siswa harusnya memiliki *Self Esteem* yang tinggi karena dengan *Self Esteem* yang tinggi akan membuat seseorang merasa berharga, menghormati diri sendiri, memandang dirinya sejajar dengan orang lain dan selalu ingin maju dan berkembang memiliki *Self Esteem* yang tinggi, dapat mencegah siswa untuk melakukan hal-hal negatif dalam meraih prestasi belajar.

Namun kenyataannya masih banyak siswa yang memiliki *Self Esteem* rendah. Siswa dengan *Self Esteem* rendah tidak dapat memahami dan menerima dirinya. Siswa bukan hanya tidak mau melakukan sesuatu hal yang menurut mereka tidak bisa, tetapi juga dalam pikirannya selalu memunculkan informasi yang negatif atau irasional dan perasaan takut untuk mencobanya. Intinya informasi baru tentang dirinya hampir pasti menjadi penyebab kecemasan atau rasa ancaman terhadap dirinya. Berdasarkan fakta di atas, upaya pencegahan dan pengetasan menjadi agenda yang penting dalam lembaga pendidikan, khususnya untuk para konselor/guru pembimbing. Jika kondisi itu dibiarkan saja tanpa adanya upaya penanganan, maka dapat membahayakan perkembangan di usia remaja, yang dapat mempengaruhi masa depannya kelak.

Fenomena yang terjadi dilapangan Berdasarkan dari observasi dan wawancara awal yang telah peneliti lakukan di MA Miftakhul Huda Purworejo di ketahui bahwa konselor di MA Miftakhul Huda sudah pernah memberikan pelayanan untuk siswa yang memiliki *Self Esteem* Rendah dengan melakukan konseling individu tetapi hasilnya belum cukup efektif dikarenakan banyak siswa yang cenderung acuh tak acuh dengan layanan konseling individu banyak siswa yang merasa malu atau enggan datang ke ruang konseling karena mereka takut i cap sebagai siswa yang bermasalah. Oleh karena itu layanan konseling individu yang telah dilakukan konselor belum cukup efektif di sini peneliti ingin menggunakan layanan bimbingan konseling kelompok karena siswa tidak akan malu lagi ketika mereka

memiliki teman yang memiliki *self esteem* rendah disini peneliti berharap penggunaan layanan bimbingan konseling kelompok dapat meningkatkan *self esteem* siswa di MA Miftakhulhuda purworejo padangan bojonegoro

BANJARMASINPOST.CO.ID - VIRAL Gagal Move On, Pemuda Atlet Renang Bunuh Diri Karena Kalah Lomba, Unggahan Diduga Depresi. Kisah pilu seorang pemuda berusia 19 tahun yang merupakan atlet renang. Ayrton Lim ditemukan bunuh diri di rumahnya setelah mengalami kekalahan dalam kompetisi renang, Kamis (24/10/2019). Dari berita tersebut dapat diketahui Atlet tersebut merasa malu karena telah gagal dalam perlombaan renang, ia merasa *Self Esteem* nya rendah karena tidak mendapatkan apapun dalam perlombaan sehingga ia berusaha mengakhiri hidupnya karena ia merasa telah mencurahkan seluruh tenaga waktu hanya untuk bisa memenangkan perlombaan tersebut dan ketika ia gagal dalam perlombaan dia merasa gagal, tidak berguna, malu, stress sehingga memutuskan untuk mengakhiri hidupnya. Hal ini membuktikan bahwa pemuda tersebut memiliki *Self Esteem* yang rendah. Itulah salah satu bahaya jika individu memiliki *Self Esteem* rendah peran konselor tentunya sangat di perlukan untuk meningkatkan self esteem siswa agar hal tersebut tidak terulang pada individu yang lain.

Menurut (Anggun & Linda, 2021) *Self Esteem* rendah juga menjadikan siswa kurang tertarik dalam meningkatkan prestasi belajar. Siswa yang memiliki *Self Esteem* rendah cenderung acuh tak acuh dengan prestasinya bahkan ketika siswa tersebut mendapat peringkat terakhir di kelas ia tidak ada niat maupun minat untuk meningkatkan belajarnya untuk memperbaiki nilainya hal tersebut menunjukkan rendahnya *self esteem* siswa. Siswa yang memiliki *Self Esteem* rendah perlu di berikan suatu layanan Bimbingan Konseling. Sehingga menurut peneliti perlu adanya suatu layanan guna untuk meningkatkan *Self Esteem* yaitu dengan layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok menurut Tatiek Romlah (2012) Bimbingan kelompok ialah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah

timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. secara umum dapat dikatakan bahwa sebagai salah satu teknik bimbingan, bimbingan kelompok mempunyai prinsip, kegiatan, dan tujuan yang sama dengan bimbingan. Perbedaannya hanya terletak pada pengelolaannya, yaitu dalam situasi kelompok. Menurut (Rismi et al., 2022) bimbingan kelompok dapat didefinisikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan yang diberikan dalam upaya mencegah timbulnya masalah dan dalam upaya pengembangan pribadi.

Bimbingan kelompok dapat meningkatkan *Self Esteem* karena dalam melakukan bimbingan kelompok akan membuat siswa merasa lebih baik, lebih bahagia, tenang dan nyaman. Selain itu dalam bimbingan kelompok juga membantu siswa menerima situasi yang ada dalam diri siswa dan meningkatkan *Self Esteem* yang ada pada dirinya ((Sasmita et al., 2021). Menurut (Hariyadi et al., 2014) bimbingan kelompok merupakan bagian penting untuk pembentukan karakter pada diri individu penanaman nilai tanggung jawab akan pendapat dan solidaritas sesama anggota didalam bimbingan kelompok menjadi bagian penting dalam pengembangan *Self Esteem* siswa. Pemenuhan tersebut akan mampu membantu idividu dalam menemukan jati dirinya dan mengembangkan penghargaan diri (self esteem) yang kuat sebagai unsur ketiga dalam kecerdasan intrapersonal

Dengan adanya kelebihan layanan bimbingan kelompok untuk mencapai maksud di atas yaitu menekankan pada pengalaman belajar siswa yang bervariasi, lewat berbagai metode dan media antara lain: analisis kasus, evaluasi diri, diskusi, pembelajaran langsung, dan latihan menuangkan gagasan (Faridah & Mishbahuddin, 2020). Dengan adanya spesifik dan kelebihan bimbingan kelompok tersebut tentunya dalam pelaksanaan peningkatan self Esteem siswa akan lebih efektif jika menggunakan layanan bimbingan kelompok. oleh karena itu peneliti

memilih layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self Esteem* siswa yang rendah.

Untuk meningkatkan *Self Esteem* yang rendah selain menggunakan layanan bimbingan kelompok peneliti juga menggunakan teknik *Self Instruction* dimana teknik *Self Instruction* merupakan salah satu teknik dari teori *Cognitive Behavior Modification* yang menggunakan pola verbalisasi diri. Menurut Bryant & Budd ( 1982 : 259 ) *Self Instruction* adalah prosedur yang dirancang untuk meningkatkan kendali diri secara tersendiri/ mandiri melalui pernyataan-pernyataan verbal yang mendorong, membimbing dan memelihara tindakan-tindakan non-verbal. Teknik *Self Instruction* adalah suatu teknik yang membantu siswa untuk menganganti pikiran pikiran negatif menjadi pikiran positif yang bersifat rasional dengan tujuan mengubah perilaku siswa. *Self Instuction* dapat di gunakan untuk memberikan perintah atau petunjuk dalam menentukan sikap dan mengambil keputusan (Stallard, 2004 ). Teknik *Self Instruction* merupakan teknik yang tepat untuk menangani masalah emosional dan masalah perilaku, karena *Self Instruction* dirancang untuk memberikan individu strategi pemecahan masalah yang dapat diaplikasikan terhadap perilakunya sendiri (Bryant & Budd, 1982; Hughes, 1985).

Menurut (Fauziah, 2020) teknik *Self-Instruction* adalah teknik instruksi yang diberikan konselor untuk membantu konseli dalam mengontrol diri dan melakukan toleransi terhadap situasi yang tidak nyaman melalui pembicaraan dengan dirinya sendiri (*self-talk*). Teknik *Self Instruktion* juga sangat efektif untuk meningkatkan *Self Esteem* pada siswa , karena metode ini bertujuan untuk membentuk ulang pola-pola kognitif, memberikan keyakinan dan penilaian yang irasional. Dengan metode *Self Instruction* ini dapat membantu siswa mengubah perilaku negatif yang ada pada dirinya menjadi perilaku yang positif. Metode *Self Instruction* dapat menjadi salah satu solusi alternatif bagi peneliti untuk membantu siswa memecahkan masalah yang dihadapi terutama berkaitan dengan masalah *Self Esteem*. Alasan pemilihan metode *Self Instruction* ini adalah karena konselor bisa memberikan instruksi kepada siswa untuk meningkatkan *Self*

*Esteem* yang ada pada dirinya. Meningkatkan keyakinan siswa untuk bisa belajar lebih agar mampu bersaing dengan teman di kelasnya. Meningkatkan prestasinya nya dll. Selain itu, metode *Self Instruction* juga dapat mengarahkan perilaku siswa menjadi lebih efektif.

*Self Instruction* tentunya sangat berkaitan untuk peningkatan *Self Esteem* siswa karena ketika *Self Esteem* siswa rendah siswa cenderung tidak peduli dengan apa yang terjadi pada dirinya, hal ini membuktikan bahwa siswa membutuhkan instruksi dalam pengarahan diri yang di lakukan oleh konselor. Karena ketika siswa mengalami self esteem yang rendah ia cenderung kehilangan arah bimbang dan bingung apa yang harus di lakukan ketika siswa dalam keadaan tersebut akan di khawatirkan akan melakukan tindakan di luar perkiraannya yang seperti yang ada di berita di atas oleh karena itulah *Self Instruction* sangat berperan penting untuk peningkatan *Self Esteem* pada siswa untuk memberikan instruksi pada siswa tentang hal yang harus di lakukan dan hal yang harus di tinggalkan. Ketika *Self Esteem* siswa sudah meningkat siswa akan kembali berminat bersaing tumbuh semangat dalam mengejar prestasi dalam dunia pendidikan khususnya dalam meningkatkan prestasi juara di kelasnya .

Intervensi teknik *Self Instruction* dalam penelitian ini diberikan dengan menggunakan setting bimbingan kelompok, berdasarkan pada asumsi yang dikemukakan oleh Setiawan, Solahudin & Hafian ( 2019) bahwa: 1) bimbingan kelompok lebih bersifat efektif dan efisien; 2) bimbingan kelompok dapat memanfaatkan pengaruh individu atau beberapa orang individu terhadap anggota lainnya; dan 3) dalam bimbingan kelompok terjadi saling tukar pengalaman diantara anggota kelompok yang dapat berpengaruh terhadap perubahan tingkah laku individu. Strategi pembelajaran yang ada dalam layanan bimbingan kelompok menurut peneliti sangat efektif dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa .

Berdasarkan latar belakang dan kerangka berfikir di atas penelitian ini bertujuan untuk menguji **Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Instruktio*n Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa Di MA Miftakhul Huda Purworejo**



## 1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Instruction* untuk meningkatkan *Self Esteem* Siswa kelas?”. Secara spesifik permasalahan pokok tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1. Apakah bimbingan kelompok dapat meningkatkan *Self Esteem* di MA Miftakhul Huda di Purworejo ?
2. Apakah teknik *Self Instruction* dapat meningkatkan *Self Esteem* di MA Miftakhul Huda di Purworejo ?
3. Bagaimana efektifitas Bimbingan kelompok dengan teknik *Self Instruction* untuk meningkatkan *Self Esteem* di MA Miftakhul Huda Purworejo?

## 1.3 Tujuan Penelitian

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

1. Untuk meningkatkan *Self Esteem* pada siswa di MA Miftakhul Huda Purworejo.
2. Mengetahui efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Instruction* untuk meningkatkan *Self Esteem* siswa MA Miftakhul Huda Purworejo

## 1.4 Batasan

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

1. Bimbingan kelompok terhadap peningkatan *Self Esteem* siswa di MA Miftakhul Huda Purworejo
2. Teknik *Self Instruction* terhadap peningkatan *Self Esteem* siswa di MA Miftakhul Huda Purworejo.
3. Efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Instruction* terhadap peningkatan *Self Esteem* siswa di MA Miftakhul Huda Purworejo

## 1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian dalam proposal skripsi ini adalah untuk :

## 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan untuk meningkatkan *self esteem* dengan bimbingan kelompok Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca untuk meningkatkan *self esteem* Sebagai bahan acuan dan perbandingan bagi peneliti lain yang akan meneliti lebih lanjut dengan bahan kajian yang sama

## 2. Manfaat Praktis

### a) Sekolah.

Sekolah dapat memanfaatkan hasil penelitian sebagai pengetahuan dan wawasan dalam meningkatkan *self esteem* siswa. Konselor dapat meningkatkan *self esteem* siswa menggunakan teknik *Self Instruction*

### b) Masyarakat

Masyarakat juga perlu mengetahui hasil penelitian ini secara baik dan benar, sehingga dapat memahami pentingnya *self esteem* pada diri siswa

### c) Siswa

Siswa mendapatkan layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Instruction* untuk meningkatkan *self esteem* pada dirinya

### d) Bagi penulis

Dapat menambah ilmu pengetahuan serta pengalaman secara langsung mengenai strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self instuction* untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

## 1.6 Asumsi

Rendahnya *Self Esteem* di MA Miftakhul Huda Purworejo padangan bojonegoro 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 Siswa yang dapat membantu pribadi untuk berkembang ataupun menjadi penghambat Siswa untuk berkembang, setiap individu harus memiliki *Self Esteem* yang baik untuk perkembangan belajar

dan bersosial dari individu itu sendiri, oleh karena itu penulis menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Instruction* untuk dapat meningkatkan *Self Esteem*

