

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kepercayaan diri merupakan salah satu *self confidence* unsur kepribadian yang memegang peran penting bagi kehidupan manusia. Banyak ahli mengakui bahwa kepercayaan diri merupakan faktor penting penentu kesuksesan seseorang. Karena mereka memiliki karakter yang disebut kepercayaan diri. Sebagaimana pernyataan yang diungkapkan oleh Spencer (1993) bahwa atau kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*). Sedangkan Surya (2009) menyatakan bahwa percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertindak. Tidak dapat disangkal lagi bahwa untuk mencapai suatu pencapaian dalam hidup manusia membutuhkan kepercayaan diri.

“Rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi” (Surya, 2007: 56). Hakim menjelaskan terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya: terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri, pengalaman

didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya. (Hakim, 2005: 2).

Kekurangan pada salah satu proses tersebut, menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri. Misalnya saja individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam perkembanya ketika bersosialisasi akan menjadikan individu tersebut menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya menjadi kurang percaya diri. Kesadaran itulah yang melahirkan keinginan dan tekad. Misalnya ingin mendapat nilai ujian yang bagus, maka akan berusaha secara maksimal sampai tujuan bisa tercapai dengan cara belajar yang lebih giat.

Menurut (Hakim, 2005: 5) ciri-ciri orang yang mempunyai percaya diri tinggi antara lain: selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang menandai, mampu menteralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, memiliki kecerdasan yang cukup, memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup, memiliki keahlian dan keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan bahasa asing, memiliki kemampuan bersosialisasi, memiliki latar belakang pendidikan yang baik, memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai masalah, misalnya didalam menghadapi berbagai masalah tetap tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup, dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang (Hakim, 2005: 5).

Dari pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri siswa yang percaya diri adalah siswa yang memiliki sikap tenang, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menetralkan ketegangan, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi, memiliki kecerdasan, keahlian dan ketrampilan yang dapat menunjang kehidupan.

Mengapa rasa percaya diri begitu penting dalam kehidupan individu, lalu apakah dengan rasa percaya diri diperbaiki dapat meningkatkan rasa percaya diri pada individu dalam menjalankan kehidupan sehari-hari maupun dalam hubungan interpersonal. Jika memang rasa kurang percaya diri dapat diperbaiki, maka dapat diperbaiki melalui studi kasus penerapan konseling psikoanalisis berbantuan teknik asosiasi bebas guna meningkatkan rasa percaya diri pada individu. Tujuan utama konseling dalam pola pikir psikoanalisis adalah membuat kesadaran (*conscious*) hal-hal yang tidak disadari (*unconscious*) dibawa ke level kesadaran (*conscious*).

Psikoanalisis adalah sebuah model perkembangan kepribadian, filsafat tentang sifat manusia dan metode psikoterapi. Psikoanalisis berasal dari uraian tokoh psikoanalisa yaitu Freud yang mengatakan bahwa gejala neurotic pada seseorang timbul karena tertahannya ketegangan emosi yang ada, ketegangan yang ada kaitannya dengan ingatan yang ditekan, ingatan mengenai hal-hal yang telah ditekan di alam ketidaksadaran dimunculkan kembali, maka masalah tersebut dapat diatasi secara lebih rasional dengan menggunakan metode (Thompson, 2004: 92).

Peneliti menggunakan teknik asosiasi bebas bertujuan untuk meninggalkan cara berfikir yang biasa menyensor pikiran, dengan cara ini Id

diminta berbicara sedangkan ego dan super ego tinggal diam (Thompson, 2004: 93).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, tujuan utama konseling dalam pola pikir psikoanalisis adalah membuat kesadaran hal-hal yang tidak disadari konseli, proses dipusatkan pada usaha menghayati kembali pengalaman-pengalaman masa kanak-kanak. Pengalaman masa lampau ditata, didiskusikan, dianalisis, dan ditafsirkan dengan tujuan untuk merekonstruksi kepribadian. Tujuan konseling psikoanalisis adalah membentuk kembali struktur karakter individu dengan membuat yang tidak sadar menjadi sadar dalam diri klien.

Berdasarkan hasil wawancara dan *home visit* yang telah dilakukan oleh peneliti kepada R yang bertempat tinggal di Desa Njurang. Pada tanggal 22 Mei 2020 peneliti memperoleh informasi bahwa R memiliki masalah percaya diri. Masalah yang timbul antara lain: Canggung dalam menghadapi orang, tidak yakin dengan sesuatu yang dikerjakan, merasa bahwa keluarga tidak mengerti apa yang dirasakan. Banyak gejala yang mengidentifikasikan bahwa individu tersebut memerlukan penanganan dalam meningkatkan rasa percaya diri, indikator menjadi point peneliti antara lain: 1. Kurang percaya diri dengan kemampuannya sendiri, maksudnya adalah merasa tidak percaya diri dengan potensi yang dimiliki, 2. Mudah putus asa dengan masalah yang dihadapi maksudnya mudah menyerah dalam menghadapi suatu masalah, 3. Canggung dalam menghadapi orang-orang di sekitar maksudnya tidak percaya diri ketika berada didalam lingkungan baru, 4. Merasa tidak puas dengan fisik yang dimiliki maksudnya merasa tidak percaya diri dengan warna kulit dan Merasa tidak percaya diri dengan tinggi badan yang

dimiliki, 5. Kurang terbuka dengan keluarga maksudnya merasa kurang di perhatikan dan merasa pihak keluarga tidak mengerti apa yang dirasakan.

Oleh karena itu, peneliti menggunakan metode studi kasus penerapan konseling psikoanalisis karena dalam hal ini individu kurang percaya diri, sehingga dapat diatasi dengan berbantuan teknik asosiasi bebas. Psikoanalisis adalah pendekatan yang membuat kesadaran (*conscious*) hal-hal yang tidak disadari (*unconscious*) dibawa ke level kesadaran (*conscious*). Ketika hal-hal yang telah diteka oleh alam ketidaksadaran dimunculkan kembali, maka masalah tersebut dapat diatasi secara lebih rasional dengan menggunakan berbagai metode. Peneliti menggunakan teknik asosiasi bebas bertujuan untuk meninggalkan cara berfikir yang biasa mensensor pikiran, dengan cara ini Id diminta berbicara sedangkan ego dan super ego tinggal diam.

Sesuai latar belakang yang telah di paparkan di atas, maka peneliti bermaksud untuk melakukan suatu penelitian yang berjudul “studi kasus penerapan konseling psikoanalisis berbantuan teknik asosiasi bebas guna meningkatkan rasa percaya diri pada konseli”. Pengertian tersebut, terapi ini dirasa sangat cocok apabila diterapkan kepada konseli yang memiliki rasa percaya diri rendah. Hal ini dikarenakan bahwa konseli tidak menyadari alasan apa yang mendasari dirinya melakukan kebiasaan tersebut sejak dahulu. Konselor akan menerapkan konseling psikoanalisa dengan menggunakan teknik asosiasi bebas, pengalaman atau traumatik (pengalaman yang menyakitkan) yang dimiliki itu bisa diungkapkan dalam keadaan sadar. Dalam asosiasi bebas, konseli diminta untuk mengemukakan secara bebas hal-hal apa saja yang terlintas dalam pikirannya saat itu. Setelah

konselor akan menjelaskan kepada konseli hasil dari analisis tersebut sehingga konseli dapat memahami hasil analisis tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apa saja faktor-faktor yang dapat meningkatkan percaya diri konseli?
2. Apakah rasa percaya diri dapat ditingkatkan melalui konseling psikoanalisis dengan teknik sosiasi bebas kepada konseli?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mendiskripsikan faktor-faktor yang dapat meningkatkan rasa percaya diri pada konseli.
2. Untuk meningkatkan rasa percaya diri pada konseli melalui layanan konseling psikoanalisis teknik asosiasi bebas

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan bisa berguna dan memberikan manfaat untuk berbagai pihak, baik secara teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, melengkapai refrensi yang telah ada sebelumnya, sehingga dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan pada bidang bimbingan dan konseling. Hasil dari layanan konseling psikoanalisis dengan teknik asosiasi bebas ini dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan rasa percaya diri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Konseli

Konseli dapat memahami dan menerapkan serta memanfaatkan layanan konseling psikoanalisis dengan teknik asosiasi bebas guna meningkatkan rasa percaya diri.

1.4.2.2 Peneliti

Peneliti memperoleh pengalaman dan memperoleh keterampilan mengenai layanan konseling psikoanalisis dengan teknik asosiasi bebas guna meningkatkan rasa percaya diri.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan penelitian ini maka peneliti akan membahas “studi kasus penerapan konseling psikoanalisis berbantuan teknik asosiasi bebas guna meningkatkan rasa percaya diri pada konseli”. Variabel dalam penelitian ini variabel bebas (Y) adalah studi kasus penerapan konseling psikoanalisis dengan dengan teknik asosiasi bebas, dan variabel bebas (X) adalah subyek yang digunakan adalah individu yang memiliki rasa percaya diri rendah.

1.6 Definisi Konsep

Sesuai dengan judul penelitian “Penerapan Konseling Psikoanalisis Berbantuan Teknik Asosiasi Bebas guna Meningkatkan Rasa Percaya Diri pada Konseli”. Maka definisi konsepnya dapat diuraikan sebagai berikut:

1.6.1 Lokus Penelitian

Lokus penelitian adalah tempat lokasi penelitian tersebut dilakukan. Lokasi penelitian ini adalah di Desa Njurang Kec. Dawe Kab. Kudus. Konseli lahir di Kudus dan tinggal bersama dengan orang tua serta 2 sodaranya. Ayah konseli bekerja sebagai pengrajin kayu dan ibu klien hanya sebagai ibu rumah tangga. Mayoritas penduduk Rt.4 Rw. 2 menganut agama Islam. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak diantara masyarakatnya masih teguh dengan adat istiadat dari agama islam seperti dilihat masih banyak masyarakat yang melakkan sholat berjamaah,

mengikuti yasin dan tahlil, anak-anak juga aktif mengikuti TPQ di masjid dan sekolah.

1.6.2 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini dimaksudkan untuk membatasi studi kualitatif sekaligus membatasi penelitian guna memilih mana data yang relevan dan mana yang tidak relevan (Moleong, 2010). Pembatasan dalam penelitian kualitatif ini lebih didasarkan pada tingkat kepentingan/urgensi dari masalah yang dihadapi dalam penelitian ini. Penelitian ini akan difokuskan pada “Penerapan Konseling Psikoanalisis Dengan Teknik Asosiasi Bebas Guna Meningkatkan Rasa Percaya Diri” yang objek utamanya merupakan siswi Aliyah bernama rohmatul rizki yang beralamat di desa njurang kec. Dawe kab. Kudus. R adalah seorang pelajar yang duduk di bangku SMK kelas 2. R merupakan anak kedua dari pasangan KS dan MU, R memiliki satu kakak perempuan dan satu adik laki-laki. Ayahnya bekerja sebagai pengrajin kayu dan ibunya sebagai ibu rumah tangga serta keadaan ekonomi keluarga R dapat dikatakan menengah kebawah.

Konseli mulai kurang percaya diri sejak akhir 6 SD disebabkan Kurang percaya diri dengan kemampuannya sendiri, Mudah putus asa dengan masalah yang dihadapi, Canggung dalam menghadapi orang-orang di sekitar. Dari kebiasaannya tersebut mengakibatkan konseli kurang percaya diri. Faktor yang menyebabkan konseli mengalami permasalahan percaya diri diantaranya dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu Kurang percaya diri dengan kemampuannya sendiri, Mudah putus asa dengan masalah yang dihadapi, Canggung dalam menghadapi orang-orang di sekitar. Sedangkan faktor eksternalnya yaitu sering di bully dan

sering mendapat perlakuan tidak menyenangkan dari orang-orang di sekitar. Oleh karena itu, peneliti menggunakan metode studi kasus penerapan konseling psikoanalisis karena dalam hal ini individu kurang percaya diri, sehingga dapat diatasi dengan berbantuan teknik asosiasi bebas. Psikoanalisis adalah pendekatan yang membuat kesadaran (*conscious*) hal-hal yang tidak disadari (*unconscious*) dibawa ke level kesadaran (*conscious*). Ketika hal-hal yang telah diteka oleh alam ketidaksadaran dimunculkan kembali, maka masalah tersebut dapat diatasi secara lebih rasional dengan menggunakan berbagai metode. Peneliti menggunakan teknik asosiasi bebas bertujuan untuk meninggalkan cara berfikir yang biasa mensensor pikiran, dengan cara ini Id diminta berbicara sedangkan ego dan super ego tinggal diam (Thompson, et.al.,2004, p 93).

