

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap individu tumbuh dan berkembang selama perjalanan kehidupannya melalui beberapa periode atau fase-fase perkembangan. Setiap fase perkembangannya memiliki tugas- tugas tersendiri yang harus diselesaikan. Jika gagal dalam menyelesaikan tugas perkembangan pada fase berikutnya akan mengakibatkan kesulitan individual untuk beradaptasi dengan tugas-tugas perkembangannya. Adapun tugas-tugas perkembangan pada masa remaja berfokus pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa.

Menurut Hurlock (Ansori, 2004 : 10) , tugas perkembangan remaja adalah:

mampu menerima keadaan fisiknya, mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa, mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mencapai kemandirian sosial, kemandirian ekonomi, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota kelompok masyarakat, memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua, mengembangkan perilaku bertanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa, mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan, memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Salah satu tugas perkembangan remaja adalah mampu membina hubungan dengan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota kelompok masyarakat.

Karena tidak setiap siswa mau untuk membina hubungan baik dengan orang lain hal tersebut membuat anak menjadi lebih tertutup dan membatasi diri dengan dunia luar, sehingga membuat anak menjadi pendiam dan kurang bisa membangun hubungan dengan orang lain.

Siswa yang jarang berkumpul atau aktif dalam kegiatan berorganisasi cenderung memilih untuk menarik diri dari keramaian dan lebih suka menyendiri, individu yang kurang percaya diri akan merasa nyaman jika Bersama dengan orang-orang yang sudah akrab saja seperti keluarga dan teman-teman dekatnya saja dan

jika individu tersebut bertemu orang baru dan juga orang-orang yang kurang dekat maka dia akan merasa malu dan grogi, rasa malu dan grogi tersebut dapat di tunjukkan seperti sulit menentukan topik dalam sebuah pembicaraan, melakukan perbincangan secara terbatas.

Siswa yang kurang percaya diri beranggapan dia merasa malu dan minder dengan kemampuan yang dimilikinya, dia merasa tidak yakin mampu melakukan sesuatu dengan baik sebaik orang lain lakukan sehingga anak tersebut lebih memilih untuk tidak menunjukkan kemampuannya atau dengan kata lain menyerah sebelum bertindak.

Siswa yang merasa kurang percaya diri juga dikarenakan merasa kurang akan kemampuan yang dimilikinya misalnya jika disuruh maju didepan kelas selalu menolak karena tidak yakin atas kemampuan untuk menjawab soal dan pertanyaan yang diberikan guru, individu tersebut merasa takut jika jawaban yang ia berikan tidak sesuai dengan yang diinginkan oleh guru dan akan menjadikan ejekan oleh siswa yang lain. Rasa takut dan ketidak yakinan inilah yang menyebabkan siswa tidak mau jika harus menyampaikannya pendapatnya.

Percaya diri adalah kemampuan dalam menyakinkan diri pada kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut atau kemampuan untuk mengembangkan penelitian positif untuk diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

Siswa yang memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi memiliki keberanian dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya seperti maju didepan kelas untuk mengerjakan tugas, suka mengikuti berbagai macam organisasi, aktif bertanya jawab dan lain sebagainya.

Hal ini sejalan dengan pendapat Susanti, dkk (2014: 50) yang mengungkapkan anak yang memiliki kepercayaan diri tinggi mempunyai ciri yaitu: mudah beradaptasi dengan lingkungan baru, mudah bergaul dengan teman dan mudah akrab, memiliki banyak teman karena keberadaannya disukai oleh temannya, tampil menonjol dibandingkan dengan yang lain, berani tampil dimuka umum, berbicara dengan jelas dan mudah dimengerti dan memiliki cita-cita.

Pada kenyataannya dalam penelitian yang dilakukan pada tanggal 4 Oktober di Kelas X-9 SMAN 1 MEJOBBO terdapat beberapa siswa yang mengalami permasalahan yaitu tidak percaya diri di kelas akan tetapi terdapat 2 orang siswa yang memiliki rasa kurang percaya diri yang rendah.

Berdasarkan dari hasil pengamatan di kelas X-9 ada beberapa siswa yang mengalami kurangnya rasa percaya diri misalnya, malu jika disuruh maju untuk melakukan tanya jawab, tidak mengikuti organisasi, tidak mau berkumpul dengan teman-temannya yang lain.

Tanda-tanda siswa yang mengalami rasa kurang percaya sebagai berikut : Kadang-kadang masih suka menyontek pada waktu tes, belum tahu cara mengenal dan memahami diri, belum bisa menjadi pribadi yang mandiri, belum banyak teman atau sahabat, kurang suka berkomunikasi dengan teman lawan jenis, jarang bermain/berteman di lingkungan tempat tinggal.

Dampak dari siswa yang merasa kurang percaya diri tersebut siswa menjadi lebih pendiam dan kurang aktif saat pembelajaran di kelas, disaat teman-temannya yang lain saling bertanya jawab siswa tersebut hanya mengamati tanpa mau melakukan tanya jawab. Hal ini dapat diketahui saat peneliti melakukan wawancara saat melakukan observasi terhadap siswa

Untuk menangani siswa yang kurang percaya diri adalah menggunakan konseling *Rational Emotive Therapy* yaitu yang bertujuan untuk merubah siswa untuk berfikir positif dan mampu menerima potensi yang dimilikinya.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan pengamatan lebih jauh lagi tentang “Penerapan Konseling *Rational Emotive Therapy* Dalam Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Pada Siswa Kelas X-9 Di Sma 1 Mejobo”

1.2 Rumusan Masalah

1. Faktor-faktor apakah yang mempengaruhi kurangnya rasa percaya diri siswa X-9 di SMA N 1 Mejobo?
2. Bagaimana penerapan pendekatan *Rational Emotive Therapy* untuk mengatasi Siswa yang merasa kurang percaya diri siswa kelas X-9 di Sma N 1 Mejobo?

1.3 Tujuan

1. Menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi rasa kurangnya percaya diri siswa pada kelas X-9 di Sma N 1 Mejobo.
2. Menerapkan pendekatan Rational Emotive Therapy untuk mengatasi siswa yang kurang percaya diri pada kelas X-9 di SMA N 1 MEJOB0.

1.4 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Pada penelitian ini berfokus pada mengatasi siswa yang kurang percaya diri menggunakan pendekatan *Rational Emotive Therapy* kurangnya percaya diri pada siswa terhadap temannya maupun orang lain, rasa kurang percaya diri tersebut disebabkan karena masalah keadaan fisik, merasa minder dan menilai dirinya rendah.

Fokus dalam penelitian ini yaitu mengatasi siswa yang tidak percaya diri dengan menggunakan pendekatan *Rasional Emotive Therapy* adapun salah satu metode konseling yang digunakan untuk menangani siswa yang memiliki rasa kurang percaya diri adalah menggunakan konseling *Rational Emotive Therapy*.

1.2.2 Lokus Penelitian

Lokus dalam penelitian tersebut yaitu tempat atau lokasi yang menjadi tujuan untuk melakukan sebuah penelitian, penulis melakukan observasi dan analisisnya di Jl. Raya Pasar Doro Jepang, Mejobo Kudus, Jawa Tengah.

Lokus penelitian yang dimaksud dalam penelitian ini adalah digunakan sebagai tempat untuk penelitian dengan judul “Mengatasi Siswa Kelas X-9 SMA N 1 Mejobo Yang Tidak Percaya Diri Karena Merasa Insecure menggunakan Pendekatan *Rational Emotif Therapy*”

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai subyek pemikiran dalam menambah ilmu terkait dengan meningkatkan rasa percaya diri siswa

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat memberikan sarana dan prasarana yang memadai agar kegiatan bimbingan dan konseling dapat berjalan dengan lancar, dan konseli merasa nyaman saat kegiatan konseling sedang berlangsung.

2. Bagi Konselor

Dapat menambah pengetahuan serta dapat memberi masukan bagi pendidik dalam melaksanakan konseling di sekolah terkait pada meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik

3. Bagi Peserta Didik

Dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa, sehingga peserta didik memiliki kepercayaan diri untuk tidak merasa minder terhadap orang lain, sehingga peserta didik mampu meningkatkan rasa percaya diri peserta didik.

4. Bagi Peneliti

Dalam penelitian ini memberikan sebuah manfaat bagi peneliti agar dapat mengetahui tentang permasalahan siswa yaitu kurangnya rasa percaya diri siswa langsung dilapangan sehingga kita bisa mengetahui bagaimana agar siswa mampu untuk mengatasi permasalahan yang dialaminya.