

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan upaya yang dilakukan untuk mempersiapkan individu agar dapat beradaptasi dengan perubahan dan tantangan dalam hidupnya, ini meliputi pembentukan karakter, pengembangan kecerdasan, serta kemampuan untuk berpikir kritis dan kreatif, pendidikan biasanya berlangsung melalui sistem formal (seperti sekolah) maupun informal (dalam kehidupan sehari-hari), yang tidak hanya berfokus pada transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga pengembangan sikap dan perilaku yang baik, yang diperlukan untuk hidup bermasyarakat. Hal ini sesuai dengan pandangan H. Horne (Ahmad Nurhakim 2023), pendidikan adalah proses yang dilakukan terus menerus dari penyesuaian yang lebih tinggi bagi makhluk manusia yang telah berkembang secara fisik dan mental, yang bebas dan sadar kepada Tuhan, seperti termanifestasi dalam alam sekitar intelektual, emosional dan kemanusiaan dari manusia.

Percaya diri merupakan salah satu elemen psikologi yang sangat penting bagi perkembangan siswa, baik dalam aspek akademik maupun sosial. Siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang sangat tinggi cenderung lebih tinggi, dapat mengatasi kesulitan dengan lebih baik, serta lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Namun, banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam membangun dan mempertahankan rasa percaya diri mereka. Mereka mungkin merasa ragu terhadap kemampuan diri, takut gagal, atau merasa tidak diterima di lingkungan sosial, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi dan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Di dunia pendidikan, masalah kurangnya percaya

diri pada siswa menjadi perhatian serius bagi para pendidik dan konselor. Beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat percaya diri siswa antara lain pengalaman buruk dimasa lalu, tekanan sosial, rendahnya penerimaan diri, serta perbandingan sosial yang tidak sehat dengan teman sebaya. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang efektif untuk membantu siswa dalam meningkatkan rasa percaya diri mereka, salah satunya melalui layanan konseling. Menurut Widyaningrum & Hasanah (2021) percaya diri diartikan sebagai sikap atau keyakinan seseorang yang bersumber dari komitmen kuat terhadap diri sendiri sebagai modal dasar manusia. Sikap percaya diri memungkinkan seseorang menghadapi tantangan, menerima kemampuannya baik positif maupun negatif.

Peraturan pendidikan berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara (Sinta Ayuardhi Wahyuningtyas 2021). Dengan adanya pendidikan seseorang dapat mengembangkan potensi yang dia miliki. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan yang tercantum dalam UU Nomor 20 Tahun 2003 bahwa, “pendidikan bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak Mulia, sehat berilmu, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. Apabila tujuan tersebut benar-benar menjadi landasan serta dapat tercapai, maka semakin banyak pula manusia yang memiliki potensi untuk membuat indonesia lebih maju (Hanifa, Mulyadiprana, dan Respati, 2020: 21-23).

Dari tujuan pendidikan yang sudah diuraikan, maka peserta didik perlu memiliki kemampuan dasar untuk menerima informasi atau pengetahuan yang diberikan oleh pendidik untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya. Dari kemampuan dasar tersebut salah satunya adalah percaya diri. Percaya diri merupakan sikap atau perasaan positif terhadap diri sendiri yang mencerminkan keyakinan bahwa seseorang mampu menghadapi tantangan, mengambil keputusan, dan mencapai tujuan yang diinginkannya. Percaya diri lebih kepada rasa yakin pada kemampuan diri sendiri, tetap hati, dan terbuka terhadap pembelajaran serta perbaikan diri, percaya diri juga bisa berkembang melalui pengalaman, latihan, dan membangun kesadaran diri yang positif.

Sekolah adalah suatu lembaga yang digunakan untuk kegiatan belajar bagi para pendidik serta menjadi tempat memberi dan juga menerima pelajaran yang sesuai dengan bidangnya. Sekolah menjadi salah satu tempat untuk mendidik anak-anak dengan maksud untuk memberikan ilmu yang diberikan supaya mereka mampu menjadi manusia yang berguna bagi bangsa dan juga negara. Fungsi sekolah antara lain yaitu untuk mempersiapkan peserta didik suatu pekerjaan, memberikan keterampilan dasar, dan memberikan pengetahuan umum (Ibrahim, 2020).

Sekolah adalah salah satu lembaga Pendidikan untuk menjadi wadah untuk mentransformasikan agar terjadi keseimbangan antara nilai dan moral peserta didik dalam proses pembelajaran maupun didalam belajar mengajar. Sekolah wajib melakukan upaya untuk berinovasi dalam meningkatkan mutu pendidikan untuk mendorong kualitas yang seimbang secara nasional. Program pendidikan yang ada dipendidikan setiap sekolah harus mengedepankan aspek dan komponen pelaksanaan pendidikan. Dalam pembangunan bangsa yang berintelektual dalam segala bidang, dapat diketahui bahwa pendidikan lah investasi

paling besar dalam mewujudkan hal tersebut. Dan agar SDM dapat maksimal dengan didukung adanya pola manajemen yang terstruktur didalam sebuah proses pembelajaran. Dalam meningkatkan mutu pendidikan tentunya dibutuhkan langkah strategis dalam memanajemen upaya apa saja yang meningkatkan kualitas sekolah.

Menurut termonologi yang lebih luas maka pendidikan adalah usaha yang dijalankan oleh seseorang atau sekelompok orang lain agar menjadi dewasa atau mencapai tujuan hidup dan penghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental (Sudirman N,1992:4). Dalam bahasa Inggris istilah pendidikan disebut *Education* yang berasal dari kata *educate* (mendidik) artinya memberi peningkatan (*to elicit, to give rise to*), dan mengembangkan (*to envolve, to develop*). Dalam pengertian sempit education atau pendidikan berarti perbuatan atau proses perbuatan untuk memperoleh pengetahuan (Nurliani: 2016).

Berdasarkan hasil observasi di SMK Negeri 2 Gunungsitoli dan wawancara kepada guru BK yang menangani kelas yang dilakukan oleh peneliti, yaitu bahwasanya ditemukan beberapa siswa yang mengalami kurangnya pemahaman terhadap percaya diri mereka. Salah satu contoh temuan dari hal ini adalah dimana dalam proses pembelajaran adanya ditemukan beberapa siswa yang terlihat aktif dan ada juga yang pasif atau terdiam diri saat guru atau wali kelas mengajukan berupa pertanyaan sekilas materi yang dipelajari. Dalam hal ini, siswa yang pasif mengalami rasa kecemasan, takut salah, takut akan di *bullying* oleh teman dalam kelas dan bahkan teman-teman di luar kelas, kurang percaya diri terhadap kemampuan yang ia miliki sehingga ketika guru memberikan pertanyaan ia hanya diam saja karena takut jawaban yang ia sampaikan salah dan kemudian akan ditertawakan oleh temannya yang lain, padahal pikiran itu belum tentu akan terjadi. Dengan itu, hal tersebut menunjukkan bahwa siswa mengalami kurangnya pemahaman percaya diri pada dirinya sendiri.

Dari masalah yang ditemukan dan telah dijelaskan di atas, maka diperlukan cara agar siswa dapat mengubah hal-hal yang irasional menjadi rasional dalam pembentukan percaya diri yang baik dan efektif. Maka dari itu sesuai dengan permasalahan yang telah peneliti temukan sesuai dengan hasil observasi di sekolah SMK Negeri 2 Gunungsitoli, penulis memilih salah satu teknik yaitu Konseling Realitas sebagai treatment yang cocok dalam permasalahan ini.

Konseling realitas dikembangkan oleh William Glasser seorang insinyur kimia sekaligus psikiater tahun 1950-an (Wahyuni, 2021). Konseling realitas, sebagai pendekatan teoritis menekankan bahwa “ semua perilaku dihasilkan dalam diri kita untuk tujuan memuaskan satu atau lebih kebutuhan dasar”. Pendekatan realitas dipelopori oleh William Glasser yang menganggap bahwa konseling psikoterapi (Psikoanalisis) kurang praktis dalam membantu konseli. Pendekatan konseli pendekatan utama yang ada ketika itu terlalu menekankan masa-masa lalu dan ketidak sadaran sehingga memerlukan waktu yang lama ketika diterapkan untuk membantu konseli. Melihat kondisi tersebut, Glasser mengembangkan pendekatan konseling yang lebih tepat sasaran. Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitannya S. Sofyan (2007, dalam Baiq Fitria Kurniat 2023).

Konseling realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relative sederhana, dan bentuk bantuan langsung kepada konseli, yang dapat dilakukan konselor disekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian kesehatan mental konseli secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada konseli yang

bersangkutan. Konseling realitas lebih menekankan masa kini, maka dalam memberikan bantuan tidak perlu melacak sejauh mungkin pada masa lalunya, sehingga yang paling dipentingkan adalah bagaimana konseli dapat memperoleh kesuksesan pada masa yang akan datang.

Berdasarkan uraian masalah yang telah dipaparkan diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Realitas Terhadap Peningkatan Percaya Diri di SMK Negeri 2 Gunungsitoli”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1.2.1** Siswa merasa kurang percaya diri, sulit berkonsentrasi dalam belajar.
- 1.2.2** Kurangnya interaksi dengan teman sebaya, serta berkurangnya loyalitas terhadap kegiatan yang dilakukan didalam lingkungan sekolah yang diakibatkan oleh tidak percaya diri siswa.
- 1.2.3** Timbulnya kesulitan dalam mengambil keputusan, perasaan cemas dan stress, mudah terpengaruh oleh penilaiannya oleh orang lain.
- 1.2.4** Kurangnya pemahaman yang jelas tentang apa yang dimaksud dengan " percaya diri" dalam konteks penelitian ini.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, maka perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar lebih jelas dan

terarah. Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh konseling realitas terhadap peningkatan percaya diri.

1.4 Rumusan Masalah

Dari uraian batasan masalah penelitian tersebut diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah konseling realitas memiliki pengaruh dalam meningkatkan percaya diri siswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling realitas terhadap peningkatan percaya diri siswa.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Secara Teoritis

- a. Guru BK akan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dasar-dasar teoritis konseling realitas, bagaimana terapi ini bekerja, dan mekanisme dibalik pengaruhnya dalam mengubah perilaku siswa.
- b. Hasil penelitian ini dapat memperkaya literature mengenai konseling realitas dalam kontek pendidikan, khususnya menangani masalah perilaku siswa seperti tidak percaya diri.
- c. Temuan dari penelitian ini dapat mendaji landasan untuk peneliti lebih lanjut, baik yang bersifat eksploratif maupun eksperimental, mengenai berbagai konseling realitas dalam menangani masalah lain dilingkungan pendidikan.

1.6.2 Secara Praktis

a. Siswa

- 1) Siswa akan belajar teknik-teknik manajemen dari yang efektif, membantu mereka untuk lebih terbuka dan percaya diri.
- 2) Dengan berkurangnya masalah tidak percaya diri, siswa akan memiliki lebih banyak waktu belajar dan peluang untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah, yang dapat meningkatkan prestasi akademik mereka.
- 3) Konseling realitas dapat membantu siswa mengatasi stress dan kecemasan yang mungkin mereka alami, meningkatkan kesejahteraan psikologi mereka secara keseluruhan.

b. Guru

- 1) Guru dapat mempelajari tentang konseling realitas untuk digunakan dalam intervensi sehari-hari dengan siswa, membantu mereka mengatasi masalah tidak percaya diri dan perilaku lainnya.
- 2) Dengan menggunakan konseling realitas, guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan terstruktur, membantu siswa untuk lebih fokus dan terlibat dalam proses belajar.
- 3) Guru dapat memberikan dukungan yang lebih individual dan sesuai dengan kebutuhan siswa, membantu mereka mengembangkan keterampilan manajemen dari yang lebih baik.

c. Kepala Sekolah

- 1) Kepala sekolah dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk merancang dan mengimplementasikan kebijakan yang mendukung penggunaan konseling realitas dalam menangani masalah konsep tidak percaya diri siswa dan perilaku siswa lainnya.
- 2) Mengurangi tidak percaya diri siswa dapat meningkatkan keseluruhan kinerja akademik sekolah, yang pada gilirannya dapat meningkatkan reputasi dan prestasi sekolah.
- 3) Dengan memahami konseling realitas, kepala sekolah dapat mengalokasikan sumber daya dan anggaran yang diperlukan untuk pelatihan guru dan konselor dalam menggunakan konseling realitas.

1.7 Definisi Operasional

1.7.1 Definisi Konseling Realitas

Pengertian konseling realitas dalam penelitian ini adalah pendekatan terapi yang berfokus pada membantu individu untuk mengidentifikasi dan mengubah perilaku yang tidak efektif atau tidak sesuai dengan kebutuhan mereka, dengan cara berfokus pada kenyataan atau kondisi saat ini. Dan bertujuan untuk membantu klien memahami bagaimana mereka membuat pilihan dalam hidup dan bagaimana pilihan tersebut memengaruhi kualitas hidup mereka.

1.7.2 Definisi Percaya Diri

Percaya diri dalam penelitian ini adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan, keterampilan, dan nilai diri mereka sendiri. Orang yang memiliki rasa percaya diri

cenderung merasa yakin dalam menghadapi tantangan, mengambil keputusan, dan menghadapi situasi baru. Mereka merasa mampu untuk mengatasi berbagai situasi dan berinteraksi dengan orang lain tanpa merasa inferior atau takut gagal. Percaya diri juga berhubungan dengan bagaimana seseorang memandang diri mereka sendiri, baik dalam aspek fisik, emosional, maupun intelektual. Rasa percaya diri yang sehat memungkinkan individu untuk tetap positif dan resilient, meskipun menghadapi kegagalan atau kesulitan.