

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu hal penting yang bertujuan untuk mengupayakan pembentukan sikap dan kepribadian siswa yang dilaksanakan oleh satuan pendidikan. Pendidikan juga merupakan suatu unsur yang tidak dapat dipisahkan dari diri manusia. Kedudukan pendidikan tidak hanya sebatas pembelajaran tentang ilmu pengetahuan saja tetapi diharapkan dengan adanya pembentukan sikap, karakter dan kepribadian yang baik. Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional menjelaskan bahwa: “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana guna 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.”

Dalam mencapai tujuan tersebut perlu adanya perencanaan dan juga kerja keras dari pihak sekolah dalam mewujudkan hal tersebut. Namun kenyataan yang terjadi saat ini, menunjukkan bahwa menjadi guru bukanlah hal yang mudah di era dimana semua serba digital. Perilaku siswa di sekolah yang sudah mulai tidak terkontrol lagi serta kurang dalam memahami tujuan belajar di sekolah. Hal itu terjadi dimana peserta didik kurang dalam pemahaman diri/ konsep diri yang kurang baik, Burns (1993) mengatakan bahwa konsep diri cara seseorang menilai dirinya sendiri dalam berinteraksi

dengan orang-orang lain, mengenali kelemahan dan kelebihan dan dapat menentukan atau dapat memilih hal yang menguntungkan dan merugikan dirinya.

Dimana konsep diri ini merupakan bagian dari individu yang sangat berperan penting. Konsep diri ini diartikan sebagai perasaan individu mengenai dirinya yang berperan sebagai pribadi utuh dan berkarakteristik unik, sehingga seorang individu tersebut akan dikenali sebagai individu yang memiliki ciri khas unik. Konsep diri juga berperan penting sebagai bagian diri yang dapat memahami kebutuhan dalam diri individu serta intropeksi terhadap kekurangan dan kelebihan atas dirinya secara obyektif. Menurut Pudjijogiyanti (Anggraini Dina Aisyah, 2020:15) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri negatif seseorang, diantaranya: peranan citra fisik, peranan jenis kelamin, peranan perilaku orang tua, dan peranan faktor sosial.

Diri (*self*) meliputi semua ciri, baik dari jenis kelamin, pengalaman masa lalu, dan latar belakang budaya, serta pendidikan yang ada pada diri individu itu sendiri. Konsep diri diartikan sebagai bagian penting dalam perkembangan kepribadian individu yang berisi ide, persepsi, serta nilai yang cakupannya meliputi kesadaran terhadap diri sendiri.

Konsep diri adalah gambaran diri seorang individu yang terkait dengan identitas atau karakteristik personal dari individu itu sendiri. Selain itu konsep diri juga termasuk pengalaman, peran, dan status sosial dari individu. Dan juga Konsep diri merupakan semua ide, pikiran, keyakinan, serta pendirian yang diketahui oleh individu terkait dirinya, termasuk

persepsi individu atas kemampuan dirinya serta nilai yang berkaitan dengan pengalaman dirinya. Seperangkat keyakinan terkait dengan diri individu disebut dengan *self-concept* atau konsep diri. Konsep diri adalah keseluruhan penilaian, pemikiran, serta perasaan yang mengacu pada *self* sebagai obyek.

Konsep diri memiliki tiga dimensi yang meliputi dimensi pengetahuan yang dimana individu memiliki pengetahuan terhadap dirinya sendiri terkait dengan gambaran dirinya dan kekurangan maupun kelebihan dirinya sendiri, kedua adalah harapan yang dimana individu tersebut memahami kemungkinan dirinya dimasa depan mendatang akan menjadi apa, lalu yang ketiga adalah penilaian yang terkait dengan kemampuan individu dalam menilai dirinya sendiri terkait “siapa saya” dan “seharusnya saya menjadi apa”. Hasil penilaian terhadap diri sendiri tersebut akan memiliki pengaruh bahwa semakin individu tidak sesuai antara harapan dengan kondisinya saat ini maka ia akan semakin memiliki harga diri yang rendah (Jahju Hartanti, 2018).

Konsep diri yang positif dapat disamakan dengan evaluasi diri yang positif, perasaan harga diri yang positif, penerimaan diri yang positif. Sedangkan konsep diri negatif merupakan titik kelemahan seseorang, sinonimnya adalah seseorang yang sama sekali tidak memiliki konsep diri yang positif, membenci diri, perasaan rendah diri, dan tidak adanya perasaan menghargai dan menerima diri.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru di sekolah SMP Negeri 5 Mandrehe, bahwasanya ada beberapa siswa yang mengalami konsep diri negatif, yang mana konsep negatif yang dimaksud yaitu: cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain, mudah marah, merasa dirinya tidak diperhatikan, responsive terhadap pujian, dan peka terhadap kritik. Terkait dengan masalah konsep diri negatif ini siswa akan menjadi kurang semangat dalam menjalani kegiatan proses belajar dan juga cenderung tidak semangat terhadap hidupnya.

Permasalahan konsep diri negatif yang dialami siswa di SMP Negeri 5 Mandrehe cenderung siswa merasa dirinya kurang disenangi orang lain, adanya siswa yang memiliki konsep diri negatif, siswa yang mudah marah, dan adanya siswa yang merasa dirinya tidak diperhatikan. Individu yang mempunyai gambaran negatif tentang dirinya, akan muncul evaluasi tentang dirinya. Segala informasi positif tentang dirinya akan diabaikannya, dan informasi negatif yang sesuai dengan gambaran dirinya akan disimpan.

Dari masalah tersebut dapat membuktikan bahwa konsep diri negatif memerlukan *treatment* ataupun upaya yang tepat, untuk mengatasi hal tersebut supaya peserta didik dapat memahami diri mereka dengan lebih baik dan memiliki konsep diri positif. Dalam hal ini penulis menggunakan layanan pendekatan konseling gestalt sebagai *treatment* ataupun yang tepat untuk mengatasi masalah tersebut.

Pendekatan konseling gestalt adalah sebuah terapi humanistik eksistensial yang didasarkan pada prinsip bahwa setiap individu perlu menemukan jalannya sendiri dalam kehidupan dan mengambil tanggung

jawab pribadi untuk mencapai kedewasaan. Pendekatan ini berasumsi bahwa manusia selalu berperan aktif sebagai satu kesatuan yang utuh. Individu tidak hanya merupakan gabungan dari bagian-bagian tubuh seperti hati, jantung, dan otak, tetapi merupakan koordinasi yang harmonis dari semua bagian tersebut. Dalam pendekatan ini, manusia secara aktif terdorong untuk mencapai integrasi antara pemikiran, perasaan, dan perilakunya. (Deni Febrini, 2011).

Gestalt memandang bahwa pendekatan eksistensial didasarkan pada pemahaman bahwa konseli yang datang kepada konselor sering berada dalam situasi krisis eksistensial. Konseli perlu belajar untuk bertanggung jawab atas keberadaannya sebagai manusia. Oleh karena itu, bagi calon konselor atau guru BK, sangat penting untuk memahami teori Gestalt sebagai pedoman dalam membantu konseli atau siswa. Pendekatan ini menekankan pada upaya membantu konseli untuk meningkatkan kesadaran terhadap apa yang mereka rasakan dan lakukan, serta belajar bertanggung jawab atas perasaan, pikiran, dan tindakannya sendiri. (Richard Nelson Jones, 2011).

Dan juga pandangan Gestalt tentang manusia didasarkan pada filsafat eksistensial dan fenomenologi. Pandangan ini menitikberatkan pada konsep-konsep seperti peningkatan kesadaran, tanggung jawab pribadi, kesatuan diri, serta pengenalan pola-pola yang menghambat kesadaran. Dalam penerapannya, terapi Gestalt berfokus pada pemulihan kesadaran dan penyatuan berbagai polaritas serta dikotomi dalam diri individu. Terapi ini bukan diarahkan untuk menganalisis, melainkan untuk mencapai integrasi

secara bertahap hingga klien mampu menopang pertumbuhan pribadinya sendiri. (Taufik, 2012).

Berdasarkan uraian masalah sebagaimana penulis paparkan tersebut, perlu dilakukan penelitian ilmiah dengan judul, **“Efektivitas Konseling Gestalt untuk Mengurangi Konsep Diri Negatif Siswa di SMP Negeri 5 Mandrehe”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Adanya peserta didik yang memiliki konsep diri negatif
2. Adanya siswa yang merasa dirinya tidak disenangi oleh orang lain
3. Adanya siswa yang mudah marah
4. Adanya siswa yang merasa dirinya tidak diperhatikan

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus maka penulis memandang penelitian yang diangkat perlu, dibatasi variabelnya. Ada pun penelitian ini dibatasi pada **“Efektivitas Konseling Gestalt Untuk Mengurangi Konsep Diri Negatif Di Siswa SMP Negeri 5 Mandrehe”**.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah tersebut maka permasalahan penelitian ini dirumuskan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut :

“Apakah konseling Gestalt efektif mengurangi konsep diri negatif siswa di SMP Negeri 5 Mandrehe”?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk “Mengetahui sejauh mana konseling gestalt dapat mengurangi konsep diri negatif siswa di SMP Negeri 5 Mandrehe”.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bimbingan dan konseling tentang meningkatkan konsep diri positif.
- b. Untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi semua pembaca khususnya konseling gestalt yang dapat bermanfaat untuk mengurangi konsep diri negatif siswa.
- c. Untuk membantu memahami disiplin ilmu tentang konsep diri negatif.
- d. Membantu kita sebagai peneliti dalam penggunaan teknik konseling gestalt.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti, yaitu Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan refleksi dan evaluasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dimana dalam pelaksanaan menggunakan layanan konseling gestalt untuk mengurangi konsep diri negatif siswa.
- b. Bagi Guru/ Konselor, yaitu Sebagai masukan untuk konselor dalam proses bimbingan dan konseling bahwa dengan menggunakan pendekatan gestalt dapat mengurangi konsep diri negatif siswa. Dan Sebagai bahan pertimbangan dan pelajaran bagi konselor bahwa konsep

diri negatif memiliki akibat yang luar biasa berpengaruh terhadap psikis peserta didik yang harus dicegah dan diantisipasi.

- c. Bagi Peserta didik, yaitu Untuk membantu mengurangi konsep diri negatif peserta didik. Dan juga Agar peserta didik dapat lebih mereduksi perasaan negatif pada diri seperti mudah marah, merasa tidak diperhatikan, dan merasa dirinya tidak disenangi orang lain.

1.7 Definisi Operasional

1.1.1 Konsep Diri Negatif

Konsep diri negatif yang dimaksud ialah orang yang memiliki pemikiran yang minim terhadap diri sendiri, dan memiliki pandangan atau persepsi terhadap dirinya sendiri yang cenderung negatif atau meremehkan.

1.1.2 Konseling Gestalt

Dimana konseling gestalt ini merupakan suatu pendekatan dalam psikologi yang mana berfokus pada membantu individu menjadi lebih sadar akan dirinya sendiri, termasuk pikiran, perasaan, dan tindakan yang sedang dialami saat ini.

1.1.3 Efektivitas

Efektivitas dalam hal ini ialah mengacu pada sejauh mana suatu tindakan, metode, atau pendekatan berhasil mencapai tujuan yang diinginkan. Misalnya, dalam konseling, efektivitas dilihat dari apakah pendekatan tersebut benar-benar membantu klien mengatasi masalah atau mencapai tujuan tertentu, seperti mengurangi konsep diri negatif.