

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar untuk peserta didik serta dapat mengembangkan potensi dalam diri agar memiliki kekuatan spiritual, agama, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan diri. Menurut Undang-Undang NO. 20 Tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar di mana 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.

Percaya diri atau *self confidence* adalah faktor sangat penting bagi seorang individu untuk memiliki kepercayaan diri, terutama pada siswa yang sedang menempuh pendidikan di sekolah menengah pertama (SMP), hal ini dikarenakan siswa yang punya percaya diri kuat bakal memberikan afirmasi positif dalam dirinya sendiri, rasa percaya diri akan membuat siswa lebih berpikir bahwa dirinya mampu untuk melakukannya. Rasa percaya diri adalah motivasi untuk diri siswa dalam masa pembelajaran dikarenakan rasa kepercayaan diri akan membuat siswa lebih optimis serta mampu melakukan penyesuaian dengan lingkungan sekitar.

Menurut Willis kepercayaan diri merupakan keyakinan seorang siswa agar mampu mengatasi permasalahan dan kesulitan yang dihadapi. (Hidayat. N A,

2024). Selanjutnya menurut busyat upaya agar memiliki kepercayaan diri seseorang sangat membutuhkan kerja sama dengan secara langsung antara keluarga, diri sendiri, keluarga dan lingkungan sekitar (Sestiani. A R, 2021). Siswa yang memiliki rasa percaya diri cukup besar menjadikan siswa santai, lebih tenang, dan berani, siswa juga tidak akan merasakan takut atas apa yang akan terjadi. Berbeda dengan siswa percaya dirinya rendah siswa menunjukkan bahwa tidak percaya terhadap dirinya sendiri, selalu berfikir negatif, tidak memiliki semangat, tidak berani mencoba hal-hal baru untuk mengasah kemampuannya Ghufron dan Risnawita dalam (Gori. Y, 2023).

Menurut John M.Ortiz Kepercayaan diri merupakan percaya akan kemampuan yang dimiliki, bisa mengendalikan diri sendiri yaitu dengan mengampuh pendidikan secara baik, agar siswa bisa jadi penerus bangsa oleh karna itu sangat dibutuhkan kepercayaan diri agar siswa berani mengungkapkan pendapat dan juga aspirasi (Kastanja. J, 2022). Selanjutnya menurut hasrul Kepercayaan diri merupakan perilaku seseorang dengan keinginan yang kuat yang ada pada diri sendiri sebagai tekad dasar seseorang, agar seseorang bisa menghadapi tantangan kehidupan dan menerima kemampuan yang dimiliki dengan menerima segala kekurangan dan kelebihan dalam dirinya hal ini bertujuan untuk kebahagiaan dalam dirinya. (Widyaningrum. A, 2021).

Siswa yang kurang memiliki percaya diri adalah siswa yang kurang percaya pada kemampuan dirinya hal ini akan menjadikan siswa lebih berpikir negatif hal ini akan menyebabkan siswa cenderung tidak aktif dalam belajar ataupun tidak berani bertanya saat mengalami kesulitan memahami. Kurangnya rasa percaya diri

pada siswa dirasakan langsung dengan siswa tersebut karena siswa yang kurang percaya diri itu akan sangat merugikan siswa tersebut akibatnya siswa hanya fokus pada kekurangan tetapi tidak mengasah kelebihan dalam diri siswa dampaknya seseorang akan merasa cemas dan khawatir terhadap penilaian orang lain, sulit mengungkapkan pendapat dan terus membandingkan dirinya dengan orang lain. Beberapa hal yang mempengaruhi seseorang kurang kepercayaan diri yang pertama yaitu faktor internal dan yang kedua faktor eksternal.

Menurut sugiarti tanda-tanda siswa kurang percaya diri yaitu selalu menghindari kontak mata, mengamuk agar meluapkan emosi, sedikit berbicara, cuek saat diajak ngobrol, tidak pernah meminta tolong atau menyapa seseorang ketika dilingkungan baru. Peserta didik dengan kepercayaan rendah memiliki sifat dan perilaku tidak berani mencoba hal baru, selalu insecure dan merasa tidak diinginkan, tidak berani menyelesaikan masalah yang dihadapi, mudah merasa stress, tidak mengasah bakat dan kemampuan yang ada, dan juga mudah terpengaruh dengan kata-kata negatif (Fiorentika.K, 2024).

Salah satu faktor penyebab siswa mengalami kurangnya kepercayaan diri yaitu dipengaruhi banyak faktor yaitu keadaan didalam keluarga yang tidak harmonis karna keluarga adalah tempat berkomunikasi anak pertama kali yang didalamnya ada orang tua dalam mengasahi anak. Keluarga adalah sebuah perangkat yang didalamnya memiliki peran sangat penting dan serius atas perkembangan anak. Putri dalam (Meiyusi. K A, 2024)

El Quusy berpendapat bahwa : “Gejala kurang percaya diri termasuk pengecut, ragu, pesimis, menyendiri dan kurang perhatian pada pekerjaan dan

menyalahkan apabila gagal”. Halim juga berpendapat meliputi kurangnya kepercayaan diri merupakan rasa tidak berani ketika ujian, tidak berani mengungkapkan pendapat, tidak berani bertanya dan nervous saat tampil didepan banyak orang.

Wawancara dan observasi yang dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) PGRI 1 Palembang didapatkan siswa dengan kepercayaan diri yang rendah dimana peserta didik tidak berani mengutarakan pendapat, peserta didik tidak percaya pada kemampuan yang dimiliki, peserta didik selalu merasa takut gagal, peserta didik selalu berfikir negatif tentang dirinya. dalam hal ini akan menimbulkan dampak penghambat proses belajar peserta didik oleh karna itu perlu dilakukan afirmasi positif untuk peserta didik.

Menurut titik romlah bimbingan kelompok ialah pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam keadaan berkelompok agar bertujuan mencegah suatu permasalahan dan dapat mengangu perkembangan diri.(Fadilah. N S, 2019). Sedangkan menurut wibowo layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan suatu informasi untuk dapat membantu individu mencapai perkembangan dengan optimal.(Risal. G H, 2021).

Bimbingan kelompok memiliki teknik yang bisa digunakan ketika ingin melakukan bimbingan kelompok, diantaranya yaitu teknik yang digunakan adalah teknik diskusi kelompok yang bertujuan dapat memahami suatu topik ataupun isu agar dapat mengembangkan ketrampilan. Dengan melakukan bimbingan kelompok menggunakan metode diskusi dapat meningkatkan kepercayaan diri adalah dengan melalui afirmasi positif, Menurut Zariyah afirmasi positif

merupakan terapi relaksasi yang memberi dampak positif pada fisik dan psikologis yaitu ketenangan hormon anti stres, sehingga akan memiliki rasa rileks untuk membentuk respon positif dalam diri (Aji. T P, 2021). Afirmasi Positif dimaksudkan agar meningkatkan integritas individu untuk memberikan keadaan rileksasi diucapkan dengan sengaja dan berulang-ulang dan fokus untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri dan juga motivasi. (Witari. D N N, 2024)

Berdasarkan konteks diatas peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI AFIRMASI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONFIDENCE* SISWA SMP PGRI 1 PALEMBANG”**

1.2 Masalah Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Penjelasan latar belakang peneliti dapat mengidentifikasi permasalahan yaitu:

1. Peserta didik tidak berani mengutarakan pendapat
2. Peserta didik tidak percaya pada kemampuan yang dimiliki
3. Peserta didik selalu merasa takut gagal
4. Peserta didik selalu berfikir negatif tentang dirinya

1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah

Setelah mengidentifikasi hal-hal diatas, peneliti menetapkan batasan untuk masalah yang akan diteliti sehingga penelitian tidak terlalu luas.

1. Siswa SMP PGRI 1 Palembang yang rasa percaya dirinya rendah
2. Kelas VII.3 yang sesuai dengan kriteria *self-confidence* rendah

1.2.3 Rumusan Masalah

Setelah mempertimbangkan latar belakang,identifikasi, dan pembatasan masalah yang telah dibahas sebelumnya, peneliti merumuskan masalah yaitu:

1. Bagaimana *self confidence* peserta didik sebelum mendapatkan layanan dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi melalui afirmasi positif pada peserta didik di SMP PGRI 1 Palembang ?
2. Apakah bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi melalui afirmasi positif efektif dalam meningkatkan *self confidence* pada peserta didik di SMP PGRI 1 Palembang ?

1.3 Tujuan

1. Untuk mengetahui bagaimana *self confidence* pada peserta didik sebelum diberikan layanan dan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi melalui afirmasi positif pada peserta didik di SMP PGRI 1 Palembang.
2. Untuk Mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi melalui afirmasi positif dalam meningkatkan *self confidence* pada peserta didik di SMP PGRI 1 Palembang.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan bermanfaat dalam layanan bimbingan dan konseling, dan siswa dapat memahami dan menerapkan afirmasi positif dalam meningkatkan *self confidence* dalam dirinya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah

Penelitian diharapkan dapat memberi dampak positif untuk menciptakan program secara efektif untuk meningkatkan *self confidence* yaitu dengan melalui afirmasi positif.

2. Bagi guru bimbingan dan konseling (BK)

Dapat menjadi pengetahuan bagaimana cara meningkatkan *self confidence* melalui afirmasi positif.

3. Bagi Penulis

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman, penulis juga dapat mengetahui karakteristik siswa yang tidak percaya diri di SMP PGRI 1 Palembang.

4. Bagi Peserta didik SMP PGRI 1 Palembang

Mendapatkan aktivitas dan kreatifitas peserta didik dan juga mengetahui cara bimbingan kelompok dengan teknik diskusi melalui afirmasi positif untuk meningkatkan *self confidence*.