

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konsep diri sebagai salah satu aspek psikologi siswa yang dikembangkan agar siswa mampu menerima keadaan diri yang terkandung di dalam dirinya. Agustiani dan Hendriati (2006:138), mengatakan, “konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan’. Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan, melainkan berkembang dari pengalaman yang terus dan terdiferensiasi. Konsep diri memiliki aspek penting dalam diri siswa, karena konsep diri merupakan acuan yang digunakan dalam berinteraksi dengan lingkungan. Konsep diri siswa berbeda-beda, ada siswa yang memiliki konsep diri yang tinggi dan ada juga siswa yang memiliki konsep diri yang rendah.

Menurut Fitts (dalam Yanti 2008:38), Karakteristik siswa yang memiliki konsep diri tinggi yaitu menerima diri apa adanya, keinginan dan kemampuan dalam memperbaiki diri sendiri dan akan secara lapang menerima informasi rendah terhadap dirinya sedangkan siswa yang memiliki konsep diri rendah yaitu tidak menyukai dan menghormati diri sendiri, memiliki gambaran yang tidak pasti terhadap dirinya, merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit bergaul, membenci diri dan memiliki perasaan rendah diri.

Hal yang berkaitan dengan konsep diri yang rendah juga terjadi pada siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki. Berdasarkan hasil

wawancara pada tanggal 7 November 2023 dengan beberapa siswa terungkap bahwa kebanyakan siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki menunjukkan rasa minder, kurang percaya diri, dan mudah menyerah. Hasil wawancara didukung pula dengan hasil analisis AKPD yang diedarkan peneliti pada tanggal 9 November 2023 pada kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki. Dari 42 butir angket, terdapat butir angket yang menjadi masalah yang dialami sebagian besar siswa pada kelas VIII A di SMPK St. Yoseph Noelbaki. Salah satunya adalah butir angket 20 yaitu saya takut untuk berbicara di depan orang banyak. Sebanyak 27 dari 30 siswa takut untuk berbicara di depan orang banyak. Selain hasil analisis AKPD peneliti juga melakukan pengamatan selama proses magang BK di sekolah, terdapat siswa yang tidak berani berbicara di depan orang banyak.

Dalam upaya untuk peningkatan konsep diri yang rendah, maka guru bimbingan dan konseling mempunyai peranan yang sangat penting. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu melalui penerapan teknik *bibliotherapy*. Erfrod (2019:287), mengatakan teknik *bibliotherapy* merupakan suatu teknik yang digunakan oleh konselor profesional untuk memodifikasi cara berpikir klien

Salah satu manfaat penggunaan *bibliotherapy* yaitu dapat membangun konsep diri siswa melalui bahan bacaan yang digunakan pada *bibliotherapy*, sebagai media untuk mengkomunikasikan nilai atau norma yang berkaitan dengan permasalahan serta membantu siswa memahami bahwa bukan dirinya sendiri yang memiliki masalah tersebut.

Salah satu cara untuk peningkatan konsep diri siswa rendah yaitu dengan menerapkan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual. Syamsu (2016:49), mengatakan bahwa konseling individual merupakan hubungan tatap muka antara konselor dengan konseli, dimana konselor sebagai seorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli, sehingga konseli dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut konseli dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan dimasa depan.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Trihantoro (2016), menunjukkan bahwa teknik *biblioterapy* dapat mengubah konsep diri siswa selain itu, data penelitian terdahulu yang di lakukan oleh Alfarendra dan Purwoko (2020), menunjukkan bahwa konseling individual menggunakan teknik *bibliotherapy* ini dianggap tepat karena hal ini dapat membantu siswa menjadi percaya diri, menjalani hubungan dengan baik dengan sesama dan tidak mudah menyerah, dalam hal ini berkaitan dengan peningkatan konsep diri siswa.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Efektivitas Penerapan Teknik *Bibliotherapy* melalui Konseling Individual untuk Peningkatan Konsep Diri Siswa Kelas VIII A di SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024.

B. Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A di SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024.

D. Definisi Konseptual

Definisi konseptual dalam penelitian ini bertujuan untuk menghindari penafsiran yang keliru terhadap konsep-konsep yang terdapat dalam penelitian ini. Adapun konsep-konsep yang perlu dijelaskan dalam penelitian ini yaitu:

1. Teknik *Bibliotherapy*

Erfrod (2019:287), mengatakan “Teknik *bibliotherapy* adalah sebuah teknik yang digunakan oleh konselor profesional untuk memodifikasi cara berpikir kliennya”. Salah satu proposisi utama yang menjadi landasan teknik ini adalah klien perlu mampu mengidentifikasi diri dengan salah satu tokoh yang mengalami masalah yang serupa dengan klien. Selanjutnya, Mappiare (2006:53) mengatakan bahwa teknik *bibliotherapy* adalah salah satu teknik yang

terdapat dalam bimbingan konseling atau psikologi melalui pemakaian bermacam-macam buku atau literatur pilihan yang disarankan oleh konselor pada klien untuk mempermudah atau memperlancar perubahan atau menyetatkan atau kearah kesembuhan pada klien.

Dari kedua pendapat ahli di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik *bibliotherapy* merupakan salah satu teknik yang digunakan oleh konselor melalui pemakaian buku atau literatur tertentu untuk mempermudah atau memperlancar proses penyembuhan atau pengentasan masalah yang dialami klien.

2. Konseling Individual

Sukardi dan Kusmawati (2008:62), mengatakan bahwa konseling individual adalah layanan yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dialaminya. Selain itu, Syamsu (2016:49), mengatakan bahwa konseling individual merupakan hubungan tatap muka antara konselor dengan klien dimana konselor sebagai seorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien, sebagai seorang konselor yang normal, klien dibantu mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dimasa depan sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut kliendapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan dimasa depan.

Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling individual merupakan memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka secara perorangan dengan konselor dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang dialaminya.

3. Konsep Diri

Ghufron dan Risnawita (2014:13), mengatakan bahwa konsep diri merupakan gambaran diri seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari kondisi fisik, psikologis, sosial, emosional, dan prestasi yang mereka capai. Konsep diri sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapat tentang diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai.

Pendapat lain tentang konsep diri diungkapkan oleh Agustiani dan Hendriati (2006:138), menyatakan bahwa konsep diri adalah gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan.

Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan gambaran diri seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan kerangka acuan dalam berinteraksi dengan lingkungan.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak, sebagai berikut:

1. Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi kepala sekolah selaku pimpinan dan penanggung jawab utama di sekolah untuk meningkatkan kerja sama dengan guru BK dalam membantu siswa yang mengalami masalah konsep diri rendah.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi guru BK untuk membimbing siswa meningkatkan konsep diri dengan menggunakan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual.

3. Siswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi siswa untuk mengetahui pentingnya teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual untuk meningkatkan konsep diri siswa menjadi lebih baik.