

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siswa sebagai makhluk sosial, tidak dapat hidup sendiri, selalu membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. Sebagai makhluk sosial siswa selalu memiliki dorongan untuk berinteraksi dengan orang lain. Peran serta orang lain Ketika berinteraksi, membentuk suatu interaksi yang melibatkan sistem nilai tertentu. Sistem nilai tersebut dapat membatasi perilaku siswa. Sistem nilai tertentu yang dimiliki siswa dapat melahirkan tanggung jawab pada diri siswa sebagai makhluk individu maupun sebagai makhluk sosial.

Berbagai tanggung jawab yang diharapkan dari siswa, menuntut siswa untuk memiliki kepercayaan diri, karena dengan kepercayaan diri yang dimiliki, siswa dapat lebih optimal menjalankan tanggung jawab setiap tugas, dan kewajiban serta tanggung jawab atas setiap keputusan yang telah diambil.

Kenyataannya tidak semua siswa mampu melakukan tugas dan kewajiban secara optimal, dan mampu melakukan tanggung jawab atas setiap keputusan yang telah di ambil. Salah satu penyebab siswa kurang mampu melakukan tugas dan kewajibannya secara optimal dan kurang mampu mengembangkan tanggung jawab adalah kepercayaan diri.

Menurut Thursan (2005:6); “Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek yang dimilikinya kemudian

keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu atau yakin untuk biasa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Ciri ciri siswa yang percaya diri yakni selalu bersikap tenang dan mampu menetralisasi ketegangan yang muncul saat mengerjakan sesuatu, mempunyai potensi (kecerdasan) dan kemampuan (keahlian) yang memadai, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, memiliki kemampuan bersosialisasi.

Kenyataannya tidak semua siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi, ada siswa yang kepercayaan dirinya rendah. Ciri-ciri siswa yang kepercayaan dirinya rendah yakni gugup berbicara di depan banyak orang, sering menyendiri, mudah putus asa, cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah, mudah cemas, bicara terbata -bata,

Siswa yang kurang percaya diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu keadaan fisik seperti cacat tubuh, kondisi keluarga seperti keluarga yang *broken home*, reaksi orang lain terhadap individu seperti pandangan orang lain terhadap siswa karena pernah melakukan suatu kesalahan, tuntutan orang tua terhadap anak, dan status social ekonomi yang rendah.

Siswa yang kurang percaya diri akan mengalami dampak negatif dalam kehidupan pribadi maupun sosial, baik di lingkungan keluarga, masyarakat, maupun sekolah. siswa yang kurang percaya diri dapat terisolir dari pergaulan dengan teman di sekolah, kurang memiliki informasi-informasi penting untuk pengembangan dirinya, membentuk *mind set* negative bahwa dirinya tidak

mampu, suka mengkritik diri sendiri, mudah menyalahkan diri sendiri dan sulit menerima pujian dari orang lain.

Siswa yang kurang rasa percaya diri, perlu mendapat perhatian dari guru, khususnya guru bimbingan dan konseling di sekolah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk membantu peningkatan kepercayaan diri siswa adalah dengan memberikan layanan konseling individual

Menurut Prayitno (2005:51) “Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien”

Tujuan konseling individual adalah memfasilitasi klien (konseli) melakukan perubahan perilaku, mengkonstruksi pikiran, mengembangkan kemampuan mengatasi situasi kehidupan, membuat keputusan yang bermakna bagi dirinya dan berkomitmen untuk mewujudkan keputusan dengan penuh tanggung jawab dalam kehidupannya.

Konseling individual merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling di sekolah yang ditangani oleh tenaga ahli, dalam hal ini adalah guru bimbingan dan konseling. Melalui layanan konseling individual guru BK dapat menerapkan berbagai teknik untuk mengatasi permasalahan yang ada. Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam layanan konseling

individual untuk peningkatan kepercayaan diri peserta didik adalah teknik *empty chair*

Menurut Safaria (2005:115), ‘Teknik *Empty chair* merupakan salah satu teknik permainan peran dimana konseli memerankan dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadiannya sendiri yang dibayangkan duduk atau berada di kursikosong’

Teknik *empty chair* bertujuan untuk membantu peserta didik agar dapat memusatkan dirinya dan dapat menyadarkan peserta didik tersebut terhadap situasi hidup lingkungannya sehingga bias bertanggung jawab atas segala konsekuensi yang telah peserta didik ambil.

Melalui penerapan Teknik *empty chair* peserta didik harus melakukan dialog sendiri tanpa di wakili dan harus sungguh-sunggu menyampaikanapa yang dirasakan dengan memerankan *top dog* (apa yang wajib atau seharusnya dilakukan) dan *under dog* (penolakan atau pemberontakan terhadap pertahanan diri).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk menyusun proposal dengan judul efektivitas penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk peningkatan kepercayaan diripeserta didik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengapa teknik *empty chair* melalui konseling individual digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik?

2. Bagaimana prosedur penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik?
3. Apakah penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Alasan penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.
2. Prosedur penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.
3. Efektivitas penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian adalah

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini secara teoretis dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam memperkaya wawasan dan konsep tentang penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual dan kepercayaan diri peserta didik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi guru BK sebagai bahan kajian dalam melaksanakan layanan bimbingan konseling di sekolah, khususnya penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti untuk mengimplementasikan pengetahuan dan keterampilan tentang menggunakan penelitian tentang penggunaan teknik *empty chair* melalui konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.