

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan segala potensi yang dimiliki peserta didik. Setiap peserta didik memiliki potensi dalam dirinya, namun potensi tersebut ada yang belum terwujud dan ada yang telah terwujud. Potensi yang dimiliki peserta didik perlu dikembangkan agar dapat dipergunakan secara maksimal.

Potensi diri peserta didik dapat dikembangkan secara optimal apabila siswa memiliki cara pandang yang positif terhadap segala kemampuan yang dimilikinya atau memiliki konsep diri yang positif.

Menurut Burns, (1993: 50)

Konsep diri merupakan pandangan menyeluruh individu tentang totalitas dari diri sendiri mengenai karakteristik kepribadian, nilai-nilai kehidupan, prinsip kehidupan, moralitas, kelemahan dari segala yang terbentuk dari pengalaman, dan interaksi dengan orang lain.

Konsep diri terdiri atas dua macam, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Ciri-ciri konsep diri positif yaitu peserta didik mampu menjadi diri sendiri, mampu memenuhi harapan-harapan sendiri, mampu menerima diri dan orang lain, mampu mengarahkan kehidupannya, dan lebih terbuka untuk menerima pengalaman-pengalamannya.

Sedangkan ciri-ciri konsep diri negatif yaitu sensitif terhadap kritikan, selalu mengkritik orang lain untuk menutupi kesalahannya, kurang memiliki minat untuk berkompetisi dan menjaga jarak dalam lingkungan sosialnya. Konsep diri negatif yang dimiliki peserta didik akan berdampak negatif pula untuk dirinya, yaitu peserta didik tidak dapat mengembangkan segala potensi yang dimilikinya dengan maksimal.

Peserta didik yang memiliki konsep diri yang negatif perlu diberikan bantuan oleh guru bimbingan dan konseling agar dapat menjadi konsep diri yang positif. Bantuan yang dapat diberikan oleh guru bimbingan dan konseling adalah melalui bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2012:149)

Bimbingan kelompok merupakan sebuah layanan yang mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan berkomunikasi siswa dalam kelompok seperti menyampaikan pendapat dan ide dengan baik tanpa menyinggung perasaan orang lain serta mampu mendengarkan, menerima, dan menghargai pendapat orang lain dalam kelompok, serta bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik yang mengandung permasalahan aktual dan menjadi perhatian siswa agar terhindar atau keluar dari masalah tersebut.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang dalam pelaksanaannya membutuhkan teknik-teknik untuk membantu menyelesaikan masalah peserta didik. Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok untuk mengatasi masalah konsep diri yang negatif adalah teknik *assertiveness training*.

Zastrow (dalam Nurzalim 2013: 141) menyatakan bahwa *Assertiveness training* merupakan teknik yang dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas.

Tujuan teknik *assertiveness training* adalah mengembangkan ekspresi yang positif dan negatif, mengekspresikan perasaan – perasaan kontraduktif, dan mengembangkan perilaku atas dasar prakarsa sendiri. Artinya peserta didik mengekspresikan perasaan tanpa rasa malu.

Penggunaan teknik *assertiveness training* untuk mengurangi konsep diri negatif peserta didik dapat dilihat pada hasil penelitian yang dilakukan Utamaningsih (2015). Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *assertiveness training* terbukti efektif untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk menulis skripsi dengan topik “Efektivitas Penerapan Teknik *assertiveness training* dalam

bimbingan kelompok untuk meningkatkan Konsep Diri positif Peserta Didik”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dari skripsi ini adalah :

1. Mengapa teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok diterapkan untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik?
2. Bagaimana prosedur penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik ?
3. Apakah penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik?

C. Tujuan Penulisan

1. Mengetahui alasan penggunaan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik.
2. Mengetahui prosedur penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik
3. Mengetahui efektivitas teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik ?

D. Manfaat Penulisan

1. Secara Teoretis

Dengan adanya skripsi ini diharapkan dapat membantu para pembaca meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang efektivitas penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik

2. Secara praktis

1. Guru BK

Dapat bermanfaat bagi Guru BK agar lebih meningkatkan keterampilan dalam menerapkan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik

2. Penulis

Dapat bermanfaat bagi penulis agar lebih terampil menerapkan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik.