

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pelajar sekarang mempunyai harga diri yang sangatlah berpengaruh terhadap kehidupan mereka, karena hal tersebut telah menjadi sebuah fashion dan hal yang harus mereka punyai. Menurut Rusli (dalam Pramesti, 2015) *self-esteem* (harga diri) merupakan suatu sikap menerima bahwa dirinya pantas, sanggup, berguna dan tidak berlarut-larut dengan keadaan yang ada. Sedangkan menuarut (Young, 2015) menyatakan bahwa individu yang mengalami rendah diri cenderung akan merasa penolakan dan tidak nyaman saat berada berinteraksi dengan lingkungan sosial terlebih saat berbicara maupun berpendapat di muka umum, dan berada di keramaian khususnya dengan orang yang tidak dikenal, serta berpikir pendapatnya ditolak individu lain dan individu tersebut merasa tidak berharga dan tidak berguna.

Salah satu aspek kunci dalam pembentukan kepribadian seseorang adalah harga diri atau *self-esteem*. *Self-esteem* memainkan peran penting dalam pembentukan konsep diri seseorang, yang pada gilirannya mempengaruhi sikap dan perilaku individu secara keseluruhan. Individu yang tidak mampu menghargai dirinya sendiri akan menghadapi kesulitan dalam menghargai orang lain. Dalam kondisi seperti itu individu akan menjauh dari interaksi dengan lingkungan atau pergaulan sosial sehingga menimbulkan hubungan interaksi dengan individu lain menjadi terhambat. Jika individu menjauh secara berlebihan dan berkepanjangan akan menimbulkan dampak pada dirinya bahkan merasa kesepian. *Self-esteem* ini berkaitan dengan proses pembentukan identitas diri dan dunia remaja dalam menilai atau mengevaluasi diri.

Akhir-akhir ini, banyak keluarga menghadapi situasi *broken home*, dan persoalan yang melatarbelakanginya pun berbeda-beda sesuai dengan situasi yang dihadapi oleh masing-masing keluarga. Namun, masalah *broken home* dapat didiskusikan dan dievaluasi dari berbagai sudut pandang, seperti pandangan bimbingan dan konseling yang menekankan nilai-nilai normatif, perspektif psikologi sosial sebagai ilmu terapan, dan sebagainya. Dan juga generasi z dan alpha pada era sekarang sangat rentan untuk mengalami keadaan *broken home*. Banyak sekali kasus-kasus tentang siswa *broken home* yang ada dilapangan, sehingga hal itu pasti sangat mempengaruhi *self-esteem* mereka.

Berdasarkan hasil observasi dari peneliti, sering dijumpai siswa *broken home* yang mempunyai *self-esteem* rendah bahkan sampai mendapatkan perundungan dari teman maupun lingkungan sekitarnya akibat kondisi dari orang tuannya. Membangun keluarga yang harmonis memang tidaklah mudah. Kondisi keluarga tidak selalu berjalan lancar dan sesuai harapan, sering kali disertai dengan berbagai masalah yang muncul. Keluarga yang kerap mengalami konflik atau masalah seperti *broken home* dapat mempengaruhi psikologis dan kepribadian siswa. Siswa dari keluarga *broken home* sering kali merasa ragu dalam mengambil keputusan, merasa dikucilkan, tidak yakin dengan masa depan, serta merasa iri terhadap orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki harga diri yang rendah.

Menurut Hariko, (2019) Konseling adalah pekerjaan yang membantu orang untuk memahami diri, lingkungan, dan hal lain dalam hidup mereka. Dalam Bimbingan dan konseling terdapat beberapa teori pendekatan dan teknik-teknik yang bisa di terapkan terhadap *self-esteem* pada siswa yang mengalami *broken home* seperti Konseling *rational emotif behavior therapy* dengan teknik *assertive training* .

Yanti, Saputra (2018) Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy (REBT)* yaitu sebuah perspektif yang didasarkan pada manusia yang mana seseorang memiliki kecenderungan untuk berpikir irasional. Tujuan dari *Rational Emotif Behavior Therapy (REBT)* adalah untuk menghilangkan gangguan emosional yang dapat merugikan seseorang, seperti cemas, benci, takut, rasa bermasalah, marah, dan lainnya.

Okora (2017), *REBT* dikembangkan oleh *Albert Ellis* melalui berbagai tahapan. Pendekatan ini menyatakan bahwa pembelajaran sosial menyebabkan kecenderungan berpikir irasional pada manusia. Menurut Seplyana (2019), *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah pendekatan *kognitif-behavioral* yang fokus hubungan antara perasaan, perilaku, dan pikiran. Sedangkan Menurut Nursalim (2014) Salah satu pendekatan konseling yang disarankan adalah *assertive training*, yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan interpersonal individu dan mengurangi dan menghilangkan gangguan kecemasan.

Berdasarkan penelitian dari Khadijah Lubis *et.al* (2022) Mengungkapkan bahwa keefektifan keterampilan pelatihan kelompok yang efektif sangat penting untuk memfasilitasi keberhasilan penyelesaian masalah sosial individu dengan cara yang efisien dan efektif. Adapun juga berdasarkan dari Khoiriyah dan Habsy (2018) bahwa layanan konseling kelompok *rational emotive behavior* dapat digunakan untuk meningkatkan *self-esteem* siswa dengan penelitian di sekolah lain yaitu 0,034. Berdasarkan paparan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ **Efektivitas Konseling *Rational Emotif Behavior* Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan *Self-esteem* Pada Siswa *Broken home*”**

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan dari penelitian ini adalah “Apakah *Rational Emotif Behavior Therapy*

(REBT) dengan teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa yang mengalami *broken home*?”

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas layanan Konseling *Rational Emotif Behavior* dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan *self-esteem* pada siswa *broken home*.

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam khazanah intelektual mengenai efektifitas *Rational Emotif Behavior Therapy (REBT)* teknik *assertive training* untuk meningkatkan *self-esteem* pada siswa *broken home* serta memperkaya ilmu pengetahuan (*knowledge*) dan pemahaman (*understanding*) mengenai teori *self esteem*.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Guru BK

Guru BK diharapkan dapat melaksanakan *Rational Emotif Behavior Therapy (REBT)* teknik *assertive training* yang bertujuan untuk meningkatkan *self-esteem* pada siswa *broken home*.

##### b. Bagi Siswa

Selain membantu siswa mencapai tujuan yang diinginkan, temuan penelitian ini diyakini akan memberikan efek positif bagi siswa.

### E. Asumsi Penelitian

Asumsi atau anggapan dasar adalah gambaran dari suatu pendapat, perkiraan, sangkaan, atau kesimpulan sementara, atau teori yang belum dibuktikan. Berdasarkan pengertian asumsi di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah :

- Siswa SMP yang mengalami *broken home* mampu meningkatkan *self-esteem* yang dimilikinya.
- Siswa SMP yang mengalami *broken home* mampu meningkatkan *self-esteem* menggunakan konseling *Rational emotif behavior therapy (REBT)* teknik *assertive training*.

## **F. Definisi Operasional**

Definisi operasional masing-masing variabel disajikan di bawah ini untuk membantu mengoperasionalkan variabel penelitian lebih lanjut. sebagai berikut:

### a. *Rational Emotif Behavior Therapy (REBT) assertive training*

Dari uraian teori para ahli di bab II dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik dalam pendekatan *rational emotif behavior therapy (REBT)* sangat beraneka ragam yang mana hal tersebut bisa dimanfaatkan konselor dalam proses konseling sehingga dapat membantu konseli memecahkan permasalahan yang dihadapinya, Terapi Perilaku Emosional yang masuk akal (REBT), yang menghadapkan konseli dengan pandangannya yang salah, bertujuan untuk menggantikan pemikiran konseli yang tidak rasional dan tidak logis dengan pola pikir yang masuk akal dan logis, demikian digunakan dalam penelitian ini oleh peneliti. Dengan teknik *assertive training* yakni keberanian dan ketegasan individu dalam menyampaikan keinginan atau perasaan

terhadap suatu hal yang berindikator berdasarkan tahapan tahapan konseling rasional emotif perilaku.

b. *Self-esteem* Siswa *broken home*

*Self-esteem* merupakan suatu keadaan atau kondisi diri yang bisa disebabkan oleh aspek- aspek dan faktor-faktor tertentu yang menyebabkan *self-esteem* mempunyai tingkatan yakni tinggi dan rendah. *Self-esteem* merupakan suatu keadaan atau kondisi diri pada siswa *broken home* yang bisa disebabkan 4 aspek menurut Coopersmith yakni: 1. *Power* (Kekuatan), 2. *Significance* (Keberartian), 3. *Virtue* (Kebajikan), 4. *Competence* (Kemampuan) (faktor-faktor tertentu yang menyebabkan *self-esteem* mempunyai tingkatan yakni tinggi dan rendah) yang diukur dengan skala psikologis.

**G. Keterbatasan Penelitian**

Hasil peneliti mengkaji masalah untuk penelitian ini, yaitu

1. Fenomologi tentang tingkat *Self-esteem* siswa *broken home*
2. Efek Konseling kelompok dengan *rational emotive behaviuor* teknik *assertive training* terhadap *self-esteem*
3. Kajian dilakukan di SMP Negeri 1 Ploso bersubjek siswa kelas sembilan (9).