

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah hal yang penting dalam kehidupan, melalui pendidikan peserta didik bertaut dengan dunia pendidikan merupakan usaha dasar terencana peserta didik untuk mengembangkan potensi dirinya. Potensi dalam diri peserta didik dikembangkan agar peserta didik memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak, ilmu hidup, pengetahuan umum serta keterampilan yang di perlukan dirinya untuk kehidupan bermasyarakat.

Selama mengikuti proses pembelajaran di sekolah, tentu terdapat berbagai masalah yang di hadapi peserta didik. Seperti rendahnya prestasi peserta didik, kurangnya minat atau keaktifan peserta didik dalam proses pembelajaran. Salah satu yang menjadi penyebab terjadinya hal tersebut yaitu kurangnya keyakinan diri (*self efficacy*) yang di miliki peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran.

Schunk mendefinisikan *self efficacy* merupakan keyakinan diri seseorang tentang apa yang telah dilakukan (Asep Ikin Sugandi, Padillah Akbar,2019)

Peserta didik yang memiliki *self-efficacy* rendah serigkali mendapat prestasi belajar yang kurang baik. Padahal belajar merupakan suatu hal yang penting untuk bisa menghadapi kehidupan mendatang. Pentingnya belajar tidak lepas dari manfaat belajar itu sendiri bagi kehidupan.

Efikasi diri mengacu pada keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu atau menyelesaikan tugas (Alimohammadi dkk, 2019). Bandura dalam Rachmawati (2015: 21) mengatakan karakteristik individu yang memiliki *self efficacy* rendah adalah individu yang merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, aspirasi yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin dicapai, dalam situasi sulit cenderung akan

memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut, dan konsekuensi dari kegagalan, serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan mampu setelah mengalami kegagalan. Pendapat ini sesuai dengan pengamatan yang dilakukan peneliti selama penelitian Pelacakan dan monitoring proses pembelajaran di MTS Ghozaliyah merupakan individu yang memiliki efikasi diri yang rendah.

Masalah *self efficacy* ini dapat berdampak negatif terhadap perkembangan prestasi prestasi akademis siswa tersebut. Hal ini sesuai dengan pengamatan yang dilakukan peneliti selama penelitian proses pembelajaran berarti peserta didik mempunyai kualitas atau ciri khas tersendiri, *self efficacy* yang disebutkan sebelumnya biasanya menimbulkan masalah selama proses berlangsung pembelajaran dan juga mempengaruhi prestasi akademiknya.

Berangkat dari permasalahan di atas, maka perlu dilakukan upaya-upaya dalam pemberian layanan konseling dalam rangka meningkatkan *self efficacy* yang tinggi untuk peserta didik. Karena dengan *self efficacy* yang tinggi mempunyai peranan pening bagi peserta didik khususnya di bagian akademik. Dan untuk mewujudkan hal tersebut para peserta didik perlu diberikan layanan koseling yang mampu menarik minat siswa dalam meningkatkan *self efficacy* akademik.

Banyak kegiatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan peserta didik (*self-efficacy*). Salah satu upaya yang dapat digunakan adalah konseling perilaku atau disebut juga *behavioral counseling*. Behaviorisme adalah salah satu aliran psikologi yang meyakini bahwa mengkaji perilaku individu harus dilakukan terhadap setiap aktivitas individu yang dapat diamati, bukan pada peristiwa hipotesis yang terjadi dalam diri individu (Asfar, dkk. 2019: 2). Dalam konsep behavioral, tingkah laku manusia merupakan hasil belajar. Inti dari proses konseling adalah menyusun pengalaman belajar yang membantu orang mengubah perilaku mereka untuk memecahkan masalah mereka. Konseling perilaku memiliki beberapa teknik, seperti: *operant conditioning*, banjir, *token economy*, pelatihan ketegasan, penguatan positif. Namun

berdasarkan permasalahan di atas, penelitian ini mencoba menerapkan model konseling behavioral dengan teknik pelatihan asertif. Dan teknik penguatan positif untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa. Hal ini dilakukan dengan memberikan perhatian sebanyak mungkin terhadap kinerja siswa, menawarkan dukungan dan penghargaan ketika siswa menunjukkan perilaku yang diinginkan.

Dalam bimbingan kelompok terdapat beberapa teori, diantaranya yaitu bimbingan kelompok dengan Teknik *Assertive Training*. Corey menyatakan *Assertive Training* bisa ditetapkan terutama pada situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Corey (Koeswara, 2013). Didalam bimbingan dan konseling terdapat pendekatan behavioral dengan Teknik *assertive training*. *Assertive training* merupakan salah satu teknik pendekatan dengan mengembangkan perilaku asertif dan mengubah tingkah laku menjadi tingkah laku yang lebih baik.

Assertive training dapat juga meningkatkan *self-efficacy* individu dengan memberikan mereka alat dan keterampilan yang dibutuhkan untuk berkomunikasi secara efektif dan mengolah

Dengan demikian, terapi behavior hakekatnya merupakan aplikasi prinsip-prinsip dan teknik belajar secara sistematis dalam usaha menyembuhkan tingkah laku. Asumsinya bahwa gangguan tingkah laku itu diperoleh melalui hasil belajar yang keliru dan karenanya harus di rubah melalui proses belajar, sehingga dapat lebih sesuai. Konseling behavior memiliki banyak teknis sebagai proses belajar terkait perilaku yang menyimpang, salah satu proses belajar yang digunakan dalam konseling behavior yakni latihan asertif.

Corey (Maharani Tika, 2015) Teknik *asertive training* yaitu Teknik yang berguna untuk membantu individu mengungkapkan perasaan, kesulitan menyatakan “tidak”, mengungkapkan

afeksi dan respon positif lainnya. Sedangkan *asertive training* menurut Fortinash merupakan komponen dari terapi perilaku dan suatu proses dimana individu belajar mengkomunikasikan kebutuhan, menolak permintaan dan mengekspresikan perasaan positif dan negative secara terbuka, jujur, langsung dan sesuai dengan pemahaman. Tujuan dari Teknik *asertive training* adalah untuk menjejarkan kepada konseli agar bertindak atau berbuat sesuatu sesuai dengan kebutuhan dan keinginan mereka dengan tetap menghormati hak dan kepentingan orang lain.

Yusran (2022) Tahapan dalam melakukan konseling dengan Latihan asertif (*asertive training*) merupakan Teknik dalam konseling bahvioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitann dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya.

Teknik latihan asertif (*asertive training*) adalah teknik konseling perilaku yang berfokus pada situasi di mana sulit untuk mengungkapkan perasaan yang tidak pantas. Perihal peningkatan (*self-efficcy*), pada latihan persuasif ini klien diminta untuk berperilaku persuasif yaitu mengatakan “tidak” terhadap perilaku yang tidak sesuai dengan kemampuannya. Lebih jauh lagi, ketegasan ini dapat digunakan untuk memungkinkan orang mengatakan bahwa mereka yakin dengan keputusan mereka.

Pelatihan asertif (*asertive training*) adalah teknik konseling perilaku yang berfokus pada kesulitan dalam mengekspresikan emosi yang tidak pantas. Pelatihan penegasan diri dapat diterapkan terutama dalam situasi interpersonal dimana seseorang sulit menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri sendiri adalah tindakan yang tepat atau benar. Dalam pelaksanaannya, latihan asertif dipadukan dengan teknik lain, misalnya teknik modeling. Dalam tahap ini konselor berperan sebagai teladan langsung dan menunjukkan perilaku persuasif klien sehingga perilaku yang diharapkan klien dapat terwujud.

Berdasarkan paparan di atas, penelitian perlu diperdalam lagi dengan mengangkat judul **“EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORISTIK TEKNIK LATIHAN ASERTIF UNTUK MENINGKATKAN *ACADEMIC SELF-EFFICACY* PESERTA DIDIK”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, masalah umum yang akan diteliti dalam penelitian adalah Apakah terdapat keefektivan konseling behavior teknik latihan asertif dalam meningkatkan *self-efficacy* peserta didik di Madrasah Tsanawiyah.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling behavior teknik latihan asertif dalam meningkatkan *self-efficacy* peserta didik di Madrasah Tsanawiyah Ghozaliyah yang terletak Jombang Jawa Timur.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini dipaparkan sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran ilmiah serta dapat menjadi dasar dan referensi penelitian selanjutnya dalam bidang konseling khususnya mengenai konseling behavior dengan teknik latihan asertif.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan peneliti dalam penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dan pengalaman secara langsung tentang bagaimana meningkatkan efikasi diri akademik melalui konseling behavior dengan teknik latihan asertif.

E. Asumsi Penelitian

Peneliti berasumsi bahwa penerapan konseling behaviour dengan teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan *academic self-efficacy* peserta didik.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjabaran dari variable-variabel penelitian, dimensi, dan indikator yang digunakan untuk mengukur variable tersebut. Penelitian ini berkenaan dengan terapi behaviour dengan teknik latihan asertif dalam meningkatkan efikasi diri akademik pada peserta didik kelas VIII. Adapun definisi operasional dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Konsep *self-efficacy* dalam situasi akademik dikenal dengan *academic self-efficacy*. *Academic self-efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik.

2. Teknik Latihan Asertif

Latihan *asertif* adalah salah satu sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi tingkah laku. Latihan asertif dapat membantu orang-orang yang mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya, merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri. Pendekatan ini berlangsung menggunakan metode-metode permainan peran. Siswa diberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana siswa bisa kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman untuk memperkuat tingkah laku menegaskan diri yang baru diperolehnya melalui permainan peran dengan skenario yang diharapkan tindakan siswa yang memiliki disiplin belajar

rendah dapat mengubah tingkah lakunya kearah yang lebih baik atau dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan dapat meningkatkan disiplin dalam belajar.

3. Konseling Behaviour

Konseling behavior adalah teknik konseling yang berfokus pada tingkah laku dan menggunakan teori belajar untuk menyelesaikan masalah tingkah laku. Konseling behavior dapat dilakukan dengan berbagai teknik, seperti teknik desensitisasi sistematis dan *operant conditioning*, tergantung pada masalah yang dihadapi. Konseling behavior juga dapat dilakukan secara individu atau kelompok, tergantung pada kebutuhan klien.

G. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini mengkaji secara mendalam mengenai teori behaviour dengan teknik asertif dalam meningkatkan *academic self-efficacy* peserta didik.

