

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Usia sekolah menengah sering disebut juga dengan usia remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang ditandai dengan adanya berbagai perubahan baik secara fisik, perilaku, biologis ataupun emosi (Refandi, 2018:16). Pada masa remaja usia 12 sampai 20 tahun individu lebih cenderung untuk meningkatkan pemahaman tentang diri, mengeksplorasi mengenai identitas diri, serta timbulnya rasa ingin mengetahui sifat dan apa yang hendak akan diraih dalam hidupnya. Pemahaman diri adalah representasi kognitif remaja mengenai diri, substansi dan konsep diri pada remaja (Santrock, 2012:185-186).

Dalam teori psikososial Erikson (Yusuf & Nurihsan, 2012:106) menjelaskan bahwa pada usia remaja ini termasuk kedalam tahapan identitas vs kebingungan identitas. Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut William Kay (Jahja, 2011) adalah individu mampu menerima keadaan fisiknya berikut keberagaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya baik secara individu maupun kelompok.

Pada masa ini ego memiliki kapasitas untuk memilih dan mengintegrasikan bakat dan keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan identifikasi dengan orang-orang yang sependapat atau sejalan pada lingkungan sosialnya, serta menjaga pertahanannya terhadap berbagai macam ancaman dan kecemasan. Permasalahan yang terjadi dalam diri individu akan menyebabkan timbulnya perubahan secara emosi. Periode masa ini sangat beresiko bagi remaja karena sebagian individu mengalami kesulitan dalam menangani perubahan yang terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan adanya bantuan untuk menghadapi sesuatu yang akan terjadi pada dirinya (Papalia, et al, 2011:535).

Rosenberg (Qomaria, 2019:164) menjelaskan bahwa self esteem sebagai sikap seseorang baik positif maupun negatif terhadap dirinya sendiri. Sedangkan menurut Coopersmith (1967) self esteem merupakan bentuk evaluasi yang dibuat oleh individu dan kebiasaan dalam memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, besarnya rasa percaya diri terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan adanya rasa keberhargaan. Secara singkat self esteem dikatakan sebagai “*personal judgment*” individu mengenai perasaan berharga yang di diekspresikan individu terhadap dirinya (Restuti, dkk, 2016). Kemudian menurut teori maslow salah satu kebutuhan individu adalah kebutuhan akan harga diri, dimana seorang individu ingin mengetahui atau meyakini bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya. Selain itu seorang individu juga butuh penghargaan atas apa yang telah dilakukannya (hamdi: 127). Berdasarkan definisi tersebut, maka dapat dikatakan bahwa self esteem merupakan bentuk evaluasi dan kesadaran individu akan seberapa besar nilai yang diberikan kepada dirinya atas apa yang telah ia dapatkan, baik menurut pandangan individu itu sendiri maupun pandangan orang lain.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Subekti (2016) menyatakan bahwa sebagian besar responden pada usia remaja memiliki harga diri yang rendah karena remaja sangat memperhatikan kesan pertama yang mereka buat terhadap orang lain. Pada kondisi ini remaja mengalami masa transisi peran dan pencarian identitas diri yang menyebabkan pandangan tidak stabil. Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Hamidea (2017:93) dalam penelitiannya menyatakan bahwa permasalahan yang terjadi pada masa remaja yaitu citra raga yang kurang, karena banyaknya anak remaja yang memperhatikan penampilan fisik maka muncul rasa tidak percaya diri dan menarik diri dari lingkungan sehingga individu tersebut tidak mengenal identitas dirinya yang positif. Secara umum remaja wanita lebih banyak memperhatikan penampilan dibandingkan dengan remaja pria.

Selain itu ada juga penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh dewi & Nurul (2019) yaitu permasalahan harga diri pada remaja yang broken home. Dalam

penelitian tersebut masalah yang terjadi pada remaja yang mengalami broken home lebih cenderung memiliki harga diri yang rendah, karena dalam kondisi seperti itu remaja mengalami kehidupan yang tidak stabil seperti remaja pada umumnya. Salah satunya yaitu remaja yang broken home akan mudah merasa tidak percaya diri dan merasa dirinya berbeda dengan temannya. Penelitian yang dilakukan oleh Chaista (2018) permasalahan yang terjadi pada remaja yang tinggal dipesantren yaitu adanya perilaku bullying yang dilakukan baik oleh teman sebaya maupun senior yang mengakibatkan individu korban bully merasa tidak berharga.

Selanjutnya penelitian Deby (2019:21) dalam penelitiannya menyatakan bahwa adanya kecemasan sosial ditinjau dari harga diri pada remaja status sosial ekonomi rendah hal itu dibuktikan dengan perilaku remaja yang melakukan penghindaran sosial terhadap orang lain baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal. Dan yang terakhir penelitian yang dilakukan oleh Alwawi (2013:187) dijelaskan bahwa siswa yang memiliki self esteem yang rendah mereka merasa tidak percaya diri, siswa juga tidak saling menghargai, dan cenderung mengeluarkan emosi negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Remaja yang mempunyai self esteem tingkat tinggi akan cenderung lebih memperlihatkan rasa percaya diri, mudah berteman, bahagia, optimis, memiliki motivasi yang tinggi secara akademis maupun non akademis, berani mengambil resiko, mandiri, bertanggung jawab dan berprestasi (Guindon 2010). Dengan begitu self esteem yang positif pada diri remaja akan mendukung timbulnya rasa percaya diri dalam mengarahkan potensinya selain itu mampu bersosialisasi dengan lingkungan serta mendorong untuk mencapai prestasi di lingkungan sekolah. Sedangkan jika individu memiliki self esteem yang rendah di usia remaja memprediksi kesehatan fisik dan mental yang kurang baik. Seperti studi sebelumnya yang menemukan bahwa rendahnya self esteem pada remaja akan berpotensi menimbulkan perilaku anti sosial, gangguan makan dan depresi. Selain itu remaja yang memiliki self-esteem rendah cenderung mengembangkan strategi coping kognitif yang negatif (Erol& Urich, 2011).

Tingkat tinggi atau rendahnya self esteem seseorang akan berpengaruh dalam banyak hal pada kehidupan salah satunya yaitu dalam kehidupan sosialnya. Sebab, keterpuasaannya kebutuhan akan harga diri ini akan menghasilkan sikap percaya diri, rasa berharga, rasa kuat, rasa mampu dan rasa berguna. Sebaliknya, jika terhambat pemuasan kebutuhan harga diri akan menghasilkan sikap rendah diri, rasa tidak pantas, rasa lemah, rasa tidak mampu, dan rasa tidak berguna yang menyebabkan individu mengalami kehampaan, keraguan dan keputusasaan dalam menghadapi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya. Selain itu individu akan memiliki penilaian yang rendah. Maslow juga menegaskan bahwa rasa harga diri yang sehat lebih di dasarkan atas prestasi dari pada prestise, status atau keturunan (Koswara : 124).

Salah satu pondok pesantren yang berada di kabupaten Garut, yaitu Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah. Berdasarkan informasi yang di peroleh dari salah satu guru bimbingan dan konseling Aliyah pada bulan desember 2019 permasalahan yang terjadi pada remaja Aliyah di darul arqom tidak jauh berbeda dengan individu yang menjalani sekolah umum. Yang membedakan adalah remaja di darul arqom tinggal setiap hari di lingkungan asrama dan jauh dari orangtua, selain itu jadwal Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang cukup padat dimulai dari selesai subuh sampai jam 9 malam dan begitu banyak mata pelajaran yang harus dipelajari oleh individu.

Berdasarkan pemaparan diatas maka Self-esteem menjadi hal yang sangat penting pada usia remaja, karena pada masa remaja ini individu mulai mencari identitas, penilaian rasa berharga dan mencoba hal baru yang ada dalam hidupnya. Menurut Guidon (2010) permasalahan self esteem yang tidak segera ditangani pada masa remaja akan menyebabkan individu tidak mengetahui value pribadi dalam dirinya, tidak mengetahui sejauh mana kapasitas kemampuan yang dimiliki, sehingga ia tidak mampu menjawab siapa dirinya dan bagaimana rencana masa depannya pada masa yang akan datang.

Dengan demikian Layanan bimbingan dan konseling pada usia remaja ini sangat penting dan diperlukan, karena pada masa ini individu memasuki usia remaja dimana tugas perkembangan masa ini masuk dalam kategori pencarian

identitas diri sesuai dengan tugas perkembangannya (Nadia, 2017: 143). Salah satu layanan konseling yang dapat digunakan dalam menangani permasalahan mengenai self esteem yaitu teknik konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT).

Pendekatan konseling kognitif perilaku merupakan konseling yang menitik beratkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan bagi dirinya baik secara fisik maupun psikis dan lebih melihat ke masa depan dibanding masa lalu. Aspek kognitif dalam pendekatan konseling ini antara lain yaitu mengubah cara berpikir, kepercayaan, sikap, asumsi, imajinasi dan memfasilitasi konseli untuk belajar mengenali dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif (Beck, 2011).

Penelitian konseling yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya mengenai layanan konseling yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan self esteem diantaranya, pertama penelitian yang dilakukan oleh Chaista (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa konseling CBT memberi pengaruh terhadap sosial support dan self esteem remaja korban bullying di pondok pesantren karena usia remaja mulai mencari identitas diri terutama di pondok pesantren, dimana anak jauh dari orang tua, dengan begitu dibutuhkan adanya support sosial dan self esteem yang tinggi bagi remaja.

Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Habsy (2017:93) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) efektif untuk meningkatkan harga diri siswa sekolah. Bisa dikatakan efektif karena adanya perubahan positif yang dirasakan oleh klien setelah selesai melakukan konseling tersebut. Selain itu menurut Guindon (2010) menyatakan bahwa konseling Cognitive Behavior merupakan pendekatan konseling yang di nilai terbukti untuk mengintervensi dan mengatasi permasalahan mengenai harga diri pada individu dalam seluruh rentang hidup. Pemilihan konseling kognitif ini didasari oleh latar belakang harga diri yang merupakan sebuah gambaran atau evaluasi, keyakinan dasar yang bersumber pada kognitif individu. Maka konseling ini diasumsikan lebih sesuai dalam menangani permasalahan self esteem.

Dengan begitu berdasarkan data diatas maka fokus penelitian ini yaitu penelitian studi deskripsi atau profil (gambaran) yang dilaksanakan pada santri aliyah putri. Permasalahan mengenai self esteem jika tidak segera di tangani pada saat remaja maka akan menyebabkan individu tidak mengetahui value pribadi, tidak mngetahui sejauh mana kapasitasnya, sehingga ia tidak mampu menjawab siapa dirinya dan bagaimana rencana masa depannya pada masa dewasa kelak.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, identifikasi masalah dalam penelitian profil self-esteem pada remaja aliyah putri self esteem merupakan hal yang sangat penting dalam masa remaja. Self esteem atau yang sering disebut harga diri mempunyai arti penting bagi kehidupan dan perkembangan setiap individu. Self esteem dapat mempengaruhi setiap aspek kehidupan, individu yang memiliki self esteem rendah akan selalu merasa bahwa dirinya selalu kurang mampu dan merasa tidak berharga. Akibat dari rendahnya self esteem yang dimiliki maka akan menyebabkan individu merasa tertekan dan sangat berpengaruh baik itu pada kesehatan fisik maupun psikis.

Periode masa ini sangat beresiko bagi remaja karena sebagian individu mengalami kesulitan dalam menangani perubahan yang terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan adanya bantuan untuk menghadapi sesuatu yang akan terjadi pada dirinya

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi permasalahan diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana gambaran profil self esteem pada santri aliyah putri di Ma'had Darul Arqom Muhammadiyah Garut. Maka dari rumusan masalah tersebut dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran self esteem pada santri aliyah putri di Ma'had Darul Arqom Muhammadiyah Garut ?
2. Bagaimana gambaran self esteem pada santri aliyah putri di Ma'had Darul Arqom Muhammadiyah Garut berdasarkan angkatan?
3. Bagaimana implikasi layanan bimbingan dan konseling yang diberikan mengenai permasalahan self esteem pada remaja aliyah putri?

#### **D. Tujuan**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data atau gambaran mengenai bagaimana profil self esteem pada santri aliyah putri di Ma'had Darul Arqom Muhammadiyah Garut. Secara khusus penelitian ini bertujuan sebagai, diantaranya :

1. Untuk mengetahui gambaran self esteem santri aliyah putri di Ma'had Darul Arqom Muhammadiyah Garut
2. Untuk memperoleh gambaran self esteem pada santri aliyah putri di Ma'had Darul Arqom Muhammadiyah Garut berdasarkan angkatan.
3. Untuk mengetahui implikasi layanan bimbingan dan konseling yang dapat di gunakan dalam self esteem pada remaja aliyah.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi bahan informasi bahwa pentingnya memaknai permasalahan mengenai permasalahan self esteem pada remaja. Selain itu dapat menjadi bahan evaluasi guru bimbingan konseling dalam membuat rancangan program layanan bimbingan dan konseling bagi remaja yang mempunyai permasalahan mengenai self esteem.
2. Menjadi bahan informasi atau gambaran kajian bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai self esteem.

#### **F. Sistematika Penulisan**

1. BAB 1 : Pendahuluan

Bab pendahuluan ini terdiri dari latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

2. BAB II : Kajian Teori

Bab II ini terdiri dari konsep dan teori teori mengenai self esteem dan teori mengenai hal yang ada dalam penelitian.

3. BAB III : Metode Penelitian

Bab III ini terdiri dari metode penelitian yang dipilih, rancangan lokasi, subjek penelitian, pengembangan instrumen penelitian, teknis analisis data, dan rancangan program layanan konseling mengenai self esteem.

4. BAB IV : Pembahasan dan Hasil

Pada bab ini terdiri dari deskripsi hasil penelitian, pembahasan hasil penelitian, rumusan rancangan program layanan berdasarkan profil self esteem pada remaja aliyah putri.

5. BAB V : Penutup

Bab ini terdiri dari simpulan hasil pembahasan penelitian dan saran.



