

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Keluarga merupakan faktor utama dalam pembentukan, pendewasaan, dan pengajaran mengenai nilai-nilai yang mempengaruhi kepribadian. Ekaningtyas (2022) menegaskan bahwa keluarga berperan penting dalam tumbuh kembang anak dan pembentukan nilai-nilai yang berkaitan dengan norma agama, nilai, dan adat istiadat dalam masyarakat. Penelitian ini menekankan bahwa keluarga merupakan lingkungan utama di mana individu membentuk kebiasaan, nilai-nilai, dan cara berpikir. Oleh karena itu keluarga menjadi tempat sarana pengasuhan bagi anak-anak untuk belajar tentang hal-hal yang berkaitan dengan standar sosial, agama, nilai dan adat istiadat yang berlaku dalam masyarakat.

Pengasuhan anak di dalam keluarga perlu adanya kerjasama antara ayah dan ibu. Rakhmawati (2015) menyoroti pentingnya kerjasama antara ayah dan ibu dalam pengasuhan anak. Perkembangan psikologis anak diyakini sangat penting jika ada peran kedua orang tua. Peran pengasuhan ayah dan ibu yang tidak seimbang dapat berdampak negatif pada kepribadian, kesehatan mental, kemampuan anak mengatasi stress dan kepercayaan diri anak.

Dalam hal ini terdapat beberapa hal tugas dari peran ayah dan ibu, yang salah satunya mengenai kepercayaan diri. Menurut Lauster (2003) kepercayaan diri merupakan salah satu ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan akan kemampuan diri sendiri, sehingga individu tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa individu mempunyai keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dan potensi yang dimilikinya. Dengan memiliki kepercayaan diri yang kuat, individu tersebut cenderung tidak mudah terpengaruh

oleh opini atau tindakan orang lain di sekitarnya. Fondasi mental yang kokoh yang berasal dari kepercayaan diri memungkinkan individu untuk mengambil keputusan dan tindakan dengan yakin, tanpa terlalu bergantung pada pandangan atau penilaian eksternal. Ini juga menciptakan ketahanan psikologis yang dapat membantu individu mengatasi hambatan dan tantangan dengan lebih efektif.

Dengan kata lain, kepercayaan diri memerankan peran penting dalam membentuk kepribadian yang kuat dan mandiri, serta tahan terhadap pengaruh lain. Untuk aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (Ghufro dan Risnawita, 2012) antara lain memiliki keyakinan akan kemampuan diri sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Kepercayaan diri mencakup keyakinan pada kemampuan diri sendiri, optimisme terhadap diri dan masa depan, serta kemampuan menilai diri secara objektif dengan mengakui kelebihan dan kekurangan. Bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan juga merupakan aspek penting dalam kepercayaan diri. Kepercayaan diri yang sehat ditandai oleh rasionalitas dan realisme, dengan pandangan yang seimbang terhadap kemampuan dan potensi diri. Dengan memahami aspek-aspek ini, seseorang dapat membangun dasar kuat untuk mencapai kesuksesan dan kesejahteraan pribadi.

Menurut Walgito (2000) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain konsep diri, harga diri, sikap, dan lingkungan. Faktor-faktor tersebut menekankan pentingnya dukungan keluarga dan lingkungan yang positif untuk membantu anak mengembangkan kepercayaan diri yang diperlukan untuk menghadapi perjalanan hidup dengan lebih percaya diri. anak yang tumbuh tanpa kehadiran ayah atau fatherless mungkin mengalami kurangnya dukungan emosional dan keteladanan untuk membangun kepercayaan

diri, mengingat peran ayah mempunyai dampak yang signifikan terhadap pengembangan aspek psikologis anak.

Berbicara tentang *fatherless*, akhir-akhir ini menjadi topik yang menarik untuk melihat keseimbangan peran dalam mengasuh anak. Menurut Junaidin et al (2023) *Fatherless* adalah ketiadaan peran dan figur ayah dalam kehidupan seorang anak. *Fatherless* menurut M. S. Maryam (2022) merupakan suatu keadaan dimana seorang anak yang mempunyai kedua orang tua terutama ayah, namun kurang mendapatkan kontribusi secara psikologis dalam kehidupannya, karena berbagai permasalahan dalam keluarga. Selain itu, menurut Sundari & Herdajani (2013) mengartikan bahwa *fatherless* adalah keadaan yang dimana seseorang kehilangan peran penting sosok ayah dan tidak memiliki hubungan dekat dengan ayahnya, dan juga mengalami kehilangan peran-peran krusial yang dimainkan oleh ayah tersebut, hal ini biasanya disebabkan oleh perceraian atau perselisihan lain dalam pernikahan orang tua. Oleh karena itu, dapat disimpulkan dari pendapat para ahli bahwa *fatherless* merupakan keadaan di mana seorang anak tidak menerima atau tidak memperoleh peran ayah dengan baik dalam kehidupannya.

Fenomena *Fatherless* telah menjadi perhatian khusus di Indonesia. Fajarrini & Nasrul Umam (2023), Indonesia menduduki peringkat ketiga sebagai negara dengan tingkat *Fatherless* yang tinggi. Budaya lokal yang mengandung stereotip bahwa laki-laki tidak pantas terlibat dalam pengasuhan anak menjadi salah satu faktor penyebab fenomena ini. Mengasuh anak menjadi semakin sulit karena tuntutan Kesibukan dan tuntutan hidup modern juga telah membuat pengasuhan semakin menjadi tantangan, khususnya dalam menjaga kualitas waktu

yang dihabiskan dengan keluarga. Yang dimana stereotip budaya tersebut yang menyatakan laki-laki itu tidak pantas mengurus anak dan tidak boleh terlibat dalam proses pengasuhan.

Menurut Herawati & Hayati (2022) bahwa peran ayah terlibat dalam sosial anak, keterlibatan dalam mendidik, keterlibatan dalam kedisiplinan, keterlibatan dalam kasih sayang dan kesediaan orangtua setiap saat. Hal itu lah yang membuat keterlibatan peran ayah dalam pengasuhan tersebut sangat penting. Dan untuk indikator *fatherless* menurut Hart (dalam Abdullah, 2010) terdiri dari : (1) Memenuhi kebutuhan finansial anak untuk membeli segala kebutuhan anak; (2) Teman bagi anak termasuk teman bermain; (3) Memberi kasih sayang dan merawat anak; (4) Mendidik dan memberi contoh teladan yang baik; (5) Memantau atau mengawasi dan menegakkan aturan disiplin; (6) Pelindung dari resiko atau bahaya; (7) Memberi nasihat ketika ada masalah; (8) Mendukung potensi untuk keberhasilan anak.

Penelitian yang dilakukan Arie dan Febi meneliti tentang dampak *fatherless* terhadap perkembangan psikologi anak (Sundari & Herdajani, 2013). Penelitian ini berfokus pada pengaruh kekurangan peran ayah terhadap perkembangan psikologis anak. Kekuatan kepribadian anak dianggap sebagai hasil dari pengasuhan dan perhatian yang kuat dari kedua orangtuanya, yaitu ayah dan ibu. Penelitian ini menggunakan metode telaah pustaka dengan menganalisis literatur-literatur yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *fatherless*, yang merupakan kekosongan peran dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak, dapat terjadi baik secara fisik maupun psikologis dalam kehidupan anak. Keadaan *fatherless* ini dapat disebabkan oleh perceraian orangtua, kematian ayah, atau perpisahan dalam hubungan pernikahan keluarga.

Ketidakadaan peran ayah ini dapat berdampak negatif pada anak, termasuk rendahnya harga diri, perasaan marah, rasa malu yang disebabkan oleh perbedaan dengan anak-anak lain, serta perasaan kesepian. Selain itu menurut Arie dan Febi (Sundari & Herdajani, 2013) kehilangan ayah juga dapat memicu perasaan kecemburuan, kehilangan diri, dan rendahnya kontrol diri pada anak. Mereka cenderung untuk mengambil risiko yang lebih besar dan memiliki kecenderungan neurotik. Selain itu, mereka juga mungkin terlibat dalam konflik yang tidak biasa diselesaikan secara wajar, seperti depresi. Penelitian ini menyoroti pentingnya peran ayah dalam perkembangan psikologis anak dan dampak negatif yang dapat terjadi jika peran tersebut tidak terpenuhi dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa peran ayah memiliki kontribusi yang signifikan dalam membentuk perkembangan psikologi anak.

Penelitian Siti Fitroh (2014) dengan dampak *fatherless* terhadap prestasi belajar anak yang didasarkan *fatherless* dapat didefinisikan sebagai tidak adanya seorang ayah baik secara fisik ataupun psikologis dalam kehidupan anak. Hasil dari penelitian ini adalah pemisahan antara ayah dan anak disini dengan adanya berupa pemisahan karena frekuensi pertemuan yang jarang terjadi meskipun hidup bersama. Dampaknya, anak-anak akan mengalami guncangan jiwa sehingga anak memiliki rasa kecewa, putus asa, malas, tidak semangat dan berdampak pada pembelajaran di sekolah. Anak-anak akan merasa kurang termotivasi, mengalami penurunan belajar, kurangnya kepercayaan diri

Pada asesmen awal ditemukan bahwa siswa kelas VIII SMPN 11 Yogyakarta berjumlah 133 memiliki kecenderungan mengalami *fatherless*. Salah satu dampak yang dialami anak *fatherless* yaitu kurangnya kepercayaan diri. Data yang diperoleh melalui wawancara dengan Ibu Prastiwi Bebasari, S.Pd selaku guru Bimbingan Konseling

mengungkapkan bahwa terdapat siswa *fatherless* di SMPN 11 Yogyakarta yang mengalami kurangnya kepercayaan diri seperti tidak mau ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler atau menghindari tugas-tugas yang dianggap sulit, takut berbicara didepan teman-teman saat presentasi, tidak yakin dengan usaha yang dikerjakan bisa berhasil contohnya tidak yakin dengan nilai tugas yang didapatkan.

Selanjutnya dari hasil skala kepercayaan diri berisi 45 pernyataan yang telah disebarakan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat sejumlah siswa *fatherless* yang mengalami permasalahan kepercayaan diri yang rendah. Secara lebih rinci, banyak siswa yang masih belum yakin akan kemampuan yang mereka miliki. Hal ini tercermin dari jawaban mereka yang menunjukkan keraguan untuk bertanya atau menyatakan pendapat selama proses belajar mengajar. Ketidakpastian ini juga mengakibatkan ketidakmampuan dalam membedakan antara fakta dan opini, yang penting dalam pengembangan pemikiran kritis. Selain itu, terdapat indikasi bahwa siswa merasa takut dan tidak nyaman saat harus tampil di depan kelas atau orang banyak. Perasaan *insecure* ini menghambat kemampuan mereka untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah dan berpotensi mengurangi prestasi akademis mereka.

Seiring dengan banyaknya anak dari korban *fatherless* yang membuat kurangnya kepercayaan diri dialami oleh siswa dan membuat mereka sering kali belum mampu mengatasi permasalahan tersebut dengan sendiri. Maka dalam hal ini layanan bimbingan dan konseling sangat berperan penting untuk membantu menguatkan kepercayaan diri yang dialami oleh siswa. Sehingga diperlukan intervensi dalam bentuk konseling kelompok untuk menguatkan kepercayaan diri yang dialami oleh remaja yang mengalami *fatherless*. Konseling kelompok

sesuai dengan konsep Valentino (2018) merupakan suatu proses yang terstruktur dan difokuskan pada pemahaman serta perubahan ide-ide dan sikap yang disadari oleh individu.

Selain itu menurut Corey (2012: 28) konseling kelompok merupakan suatu layanan yang bertujuan untuk meningkatkan atau meningkatkan pendidikan sosial, karier, dan aspek kehidupan pribadi. Konseling kelompok umumnya berpusat pada pemecahan masalah, dengan fokus pada masalah saat ini dan memfasilitasi komunikasi antarpribadi yang melibatkan pemahaman tentang pemikiran, perasaan, dan perilaku setiap orang. Tujuan dan isi dari kelompok sangat penting untuk memengaruhi anggotanya. Hal ini bertujuan untuk mencegah agar dampak dari masalah tersebut tidak merambat secara lebih luas. Dalam konteks ini, berbagai bentuk treatment diberikan kepada konseli dengan tujuan agar mereka dapat mengatasi masalah mereka sendiri.

Konseling kelompok memiliki fokus khusus, seperti pendidikan, pekerjaan, atau aspek sosial atau pribadi (Corey, 2012). Selain itu, tujuan konseling kelompok dilakukan untuk mendapatkan pengalaman yang bermanfaat bagi masing-masing anggota kelompok atau meningkatkan kesadaran individu dan memungkinkan mereka mendengarkan satu sama lain (Gibson & Mitchell, 2011, hlm. 282). Sehingga tujuan dari konseling kelompok yaitu untuk meningkatkan kesadaran diri dan pengetahuan diri, meningkatkan kepekaan terhadap orang lain, memahami masalah dan kebutuhan komunitas kelompok serta mendapatkan pemahaman universal tentang diri sendiri; meningkatkan motivasi diri, kepercayaan diri, dan harga diri dalam upaya untuk mengembangkan perspektif baru. Untuk mengentaskan permasalahan tersebut, maka dalam layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT).

*Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) dikembangkan oleh Meichenbaum. Menurut Milne (2013) CBT merupakan pendekatan yang berfokus pada proses berfikir dan berhubungan dengan kondisi emosi, perilaku, dan psikologi. Proses konseling ini dengan pemahaman individu dapat dijelaskan sebagai rekonstruksi kognitif yang berkaitan dengan penyimpangan, yakni perubahan dalam keyakinan konseli yang bertujuan untuk mengarahkan perubahan dalam aspek emosi dan strategi perilaku menuju kondisi yang lebih optimal. Selain itu, menurut Corey (2013) tujuan CBT yaitu untuk mengubah cara berpikir konseli maladaptive dengan membantu mereka memahami pemikiran otomatis, atau pemikiran otomatis, dan distorsi kognitif yang berasal dari kepercayaan dasar yang telah menetap. Didalam pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) terdapat salah satu teknik yang bisa menguatkan kepercayaan diri siswa *fatherless* yaitu teknik *self instruction*.

Teknik *self instruction* merupakan sebuah teknik dimana konseli dapat membuat keputusan tentang semua aspek dalam menyelesaikan masalahnya dimana adanya sebuah perencanaan untuk perubahan perilaku negatif ke positif melalui pernyataan ataupun pertanyaan berupa arahan ke arah yang lebih baik (Mantovani & Setiawati, 2016). Pelaksanaan teknik *self instruction* menurut Mantovani & Setiawat (2016) dalam konseling kognitif perilaku dapat dibagi menjadi empat tahapan utama yang terdiri dari *Self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam situasi yang tidak menentu dalam hubungan sosial, *Self instruction* untuk meningkatkan keyakinan diri dalam mengatasi masalah yang muncul dalam hubungan sosial, *Self instruction* untuk meningkatkan keyakinan diri dalam mencapai target yang ditetapkan, *Self instruction* untuk meningkatkan keyakinan diri akan kemampuan menggerakkan tindakan dalam hubungan social. Dan Penerapan teknik *Self instruction* ini bertujuan untuk membantu individu mengembangkan keterampilan kognitif dan perilaku yang

positif, serta memperkuat kepercayaan diri mereka dalam berinteraksi dengan orang lain dan mencapai tujuan sosial yang mereka tetapkan.

Berdasarkan permasalahan kepercayaan diri pada siswa *fatherless* maka peneliti merasa penting untuk melaksanakan layanan konseling kelompok teknik *self instruction* untuk menguatkan kepercayaan diri siswa *fatherless* SMPN 11 Yogyakarta dengan menggunakan konseling kelompok Teknik *self instruction*. Dengan begitu peneliti membuat judul penelitian berupa “Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Self instruction* Untuk Menguatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa *Fatherless* Kelas VIII SMPN 11 Yogyakarta”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas, maka pembatasan masalah ada beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi yaitu sebagai berikut :

- a) Siswa kurang memiliki kepercayaan diri
- b) Siswa kurang mendapatkan kasih sayang dari ayah.
- c) Siswa masih memandang rendah kemampuan diri sendiri
- d) Guru bimbingan dan konseling belum mengoptimalkan layanan Konseling Kelompok menggunakan Teknik *self instruction* di SMP Negeri 11 Yogyakarta

## **C. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dimaksudkan untuk memperoleh gambaran yang jelas dan menghindari penafsiran yang menyimpang. Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, sehingga peneliti membatasi masalah yaitu untuk menguatkan kepercayaan diri pada siswa *fatherless* kelas VIII di SMPN 11 Yogyakarta.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian permasalahan, maka yang dapat dijadikan rumusan dalam penelitian, yaitu : “Apakah konseling kelompok teknik *self instruction* efektif untuk menguatkan kepercayaan diri pada siswa *fatherless* kelas VIII SMPN 11 Yogyakarta?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui keefektifan dari hasil layanan konseling kelompok teknik *self instruction* untuk menguatkan kepercayaan diri pada siswa *fatherless* kelas VIII SMPN 11 Yogyakarta.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis, yaitu :

##### 1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, dapat bermanfaat dalam menambah pengetahuan, wawasan, serta pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai konseling kelompok yang dilakukan menggunakan teknik *self instruction* untuk menguatkan kepercayaan diri pada siswa *fatherless*

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Manfaat bagi siswa

Manfaat bagi peserta didik yaitu dapat menguatkan kepercayaan diri lagi dan berkembang secara mandiri, mengambil inisiatif, serta dapat mengelola tanggung jawab dengan efektif.

###### b. Manfaat bagi peneliti

Manfaat bagi rekan akademisi atau peneliti lain, yaitu untuk memperoleh suatu gambaran umum tentang konseling kelompok yang dilakukan menggunakan teknik *self instruction* untuk menguatkan kepercayaan diri pada siswa *fatherless* di seluruh Indonesia.

c. Manfaat bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Manfaat bagi Guru Bimbingan dan Konseling yaitu mampu memberikan wawasan baru bahwa menggunakan teknik *self instruction* sebagai upaya dalam menguatkan kepercayaan diri siswa *fatherless*.