

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Era pemuda merupakan periode transisi mulai anak menuju masa akil baligh yang ditandai bermacam revolusi signifikan, entah dari sisi kognitif, fisik, maupun psikososial. Menurut Santrock dalam (Sigalingging, 2023) masa *teenager* adalah era peralihan bentuk mulai anak ke masa *adult* yang meliputi revolusi *biological*, *cognitive*, dan sosial-emosional. Saat fase inilah remaja menghadapi berbagai tantangan yang dapat memengaruhi perkembangan rasa percaya dirinya.

Keyakinan pribadi merupakan unsur mental yang amat krusial bagi tumbuhnya remaja, terutama pada ranah *educational*. Branden dalam (Sigalingging, 2023) mendefinisikan kepercayaan diri dalam merespon sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk berpikir, belajar, memilih, dan membuat keputusan yang tepat, serta mengatasi tantangan dan perubahan. Sejalan dengan hal tersebut, Bandura dalam (Sigalingging, 2023) menekankan bahwa kepercayaan diri dalam merespon erat kaitannya dengan *self-efficacy* atau percayanya seseorang atas kesanggupannya mengelola juga menjalankan perbuatan demi meraih *goal* tertentu.

Dalam dunia pendidikan, kepercayaan diri dalam merespon berperan penting dalam menentukan keberhasilan dan capaian akademik siswa. Studi yang dilakukan oleh Aryana dalam (Oktamala, 2024) memperlihatkan adanya korelasi baik antara tingkat percaya diri dalam merespon sesuai prestasi akademik siswa. Murid ketika percaya dirinya di atas condong lebih *mobile* mengikuti pembelajaran, berani menyampaikan perspektif, dan tidak takut menghadapi tantangan belajar. Berbeda halnya, murid berkepercayaan diri ke bawah seringkali mengalami kesulitan dalam mengekspresikan potensi yang dimiliki, cenderung pasif dalam pembelajaran, dan mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan (Zimmerman dalam Sigalingging, 2023)

Di antara kelompok murid yang rawan mengidap krisis kepercayaan diri ialah murid dengan situasi lambat belajar. Murid-murid ini lazimnya mempunyai

taraf intelektual di bawah rata-rata tetapi tidak masuk ke dalam divisi anak berkebutuhan khusus secara klinis. Mereka acap kali membutuhkan durasi ekstra untuk mencerna materi pengajaran, terkendala saat menyelaraskan kecepatan belajar reguler, serta memerlukan strategi pengajaran yang lebih fleksibel. (Smith dalam Sigalingging, 2023). Ketertinggalan skolastik yang dirasakan murid kendala belajar sering membuat mereka merasa kurang mampu dibandingkan teman sebayanya, yang pada akhirnya menurunkan kepercayaan diri mereka, khususnya dalam merespon pertanyaan guru, berbicara di depan kelas, atau mengungkapkan pendapat. Perasaan gagal dan pengalaman ditolak atau diremehkan juga memperburuk kondisi psikologis mereka, sehingga muncul rasa cemas, malu, bahkan menarik diri dari pergaulan sekolah (Hallahan et al., dalam Sigalingging, 2023)

Merujuk observasi awal yang dilakukan pada SMP Negeri 106 Jakarta, menemukan bahwasanya terdapat banyak murid yang memperlihatkan indikasi keyakinan personal menurun. Sehubungan itu tampak dari keenganan murid melontarkan pertanyaan atau menanggapi soal guru, kesulitan berbicara di depan kelas, minimnya keberanian mencuatkan argumen, serta kecenderungan meragukan kemampuan diri sendiri. Data dari *Teacher Bimbingan dan Konseling* (BK) SMP Negeri 106 Jakarta menggambarkan sekira 35 persen murid merasakan persoalan percaya diri yang efeknya langsung kontribusi mereka dalam pembelajaran dan komunikasi *social* dengan teman sebaya. Sebagian dari mereka termasuk siswa dengan karakteristik *slow learner*, yang menunjukkan kesulitan dalam memahami pelajaran serta seringkali tidak percaya diri dalam berinteraksi di kelas.

Kondisi ini tentu memerlukan perhatian dan penanganan yang tepat, mengingat kepercayaan diri yang rendah dapat berdampak negatif terhadap berbagai aspek kehidupan siswa. Menurut Mruk dalam (Sigalingging, 2023) kepercayaan diri menurun pada remaja mampu memunculkan berbagai probematika sebagai contoh kekhawatiran, *deprection*, hambatan saat relasi sosial, menurunnya motivasi belajar, hingga persoalan perilaku seperti *bullying* atau justru menjadi korban *bullying*. Karena itulah, upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa menjadi hal penting untuk mencegah dampak negatif jangka panjang dan

membantu siswa mengoptimalkan potensi yang dimiliki.

Berbagai pendekatan telah dirancang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, diantaranya adalah *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). SFBC ialah pendekatan konsultasi terbatas yang dirintis sama Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg pada tahun 1980-an dalam (Oktamala, 2024) yang lebih menitikberatkan pada solusi ketimbang masalah, dengan penekanan atas kekokohan serta sumber energi yang dimiliki konsultan demi menginjak transisi *positifve*(de Shazer et al., dalam Oktamala, 2024). Pendekatan SFBC didasarkan pada filosofi konstruksionis sosial yang meyakini bahwa realitas dibentuk melalui bahasa dan interaksi sosial, serta pandangan bahwa konseli memiliki kapasitas untuk berubah juga sumber daya yang diperlukan guna mencapai tujuannya (Murphy dalam Oktamala, 2024).

SFBC memiliki beberapa karakteristik yang menjadikannya pendekatan yang potensial untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Pertama, SFBC menitikberatkan atas penguatan sumber daya dan potensi positif yang dipegang konseli, bukan pada kekurangan atau masalah. Kedua, SFBC menggunakan bahasa positif dan pertanyaan-pertanyaan yang mendorong konseli untuk mengidentifikasi dan mengembangkan solusi berdasarkan pengalaman keberhasilan di masa lalu. Ketiga, SFBC menetapkan tujuan yang spesifik, terukur, dan realistis, yang dapat membantu konseli mengalami keberhasilan bertahap dan membangun kepercayaan diri (Bannink dalam Oktamala, 2024)

Beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas SFBC dalam ranah pendidikan. Studi Franklin et al. dalam (Oktamala, 2024) menunjukkan bahwa SFBC efektif mengatasi masalah perilaku, meningkatkan keterampilan sosial, dan meningkatkan prestasi akademik siswa. Sementara itu, studi yang dilakukan oleh Kim dan Franklin dalam (Oktamala, 2024) mengindikasikan bahwa SFBC dapat membantu meningkatkan motivasi belajar dan kepercayaan diri siswa di lingkungan sekolah. Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji keefektifan SFBC di Indonesia dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP cukup limitasi. Berpijak atas jabaran tersebut, peneliti tersentuh demi mengkaji keefektifan strategi *Solution-Focused Brief Counseling* ketika mendongkrak percaya *personality* murid di SMP Negeri 106 Jakarta. Riset ini diproyeksikan mampu memberikan andil bagi

penyusunan metode tindakan yang manjur guna menumbuhkan rasa percaya diri peserta didik pada tingkat SMP, serta memperkaya literatur mengenai aplikasi SFBC dalam konteks persekolahan di Indonesia.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Banyak siswa SMP yang menunjukkan taraf keyakinan personal rendah, yang ditunjukkan melalui perilaku pasif di kelas, tidak berani bertanya, serta kurang mampu mengekspresikan pendapat.
2. Rasa percaya diri yang anjlok memengaruhi hasil belajar dan komunikasi sosial peserta didik, semisal kekhawatiran, merosotnya hasrat belajar, serta hubungan kemasyarakatan yang terganggu.
3. Belum banyak pendekatan yang diterapkan secara efektif di sekolah untuk menangani masalah kepercayaan diri, khususnya metode bimbingan ringkas layaknya *Solution-Focused Brief Counseling (SFBC)*.

1.3 Batasan Masalah

Fokus *research* dalam skripsi berikut untuk mengetahui keefektifan SFBC dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, bukan pada aspek psikologis lain seperti kecemasan atau depresi.

1.4 Rumusan Masalah

Menilik konteks masalah yang telah dipaparkan, batasan masalah dalam kajian ini yaitu: Apakah pendekatan SFBC efektif dalam membangunkan percaya personal murid ketika merespon di SMP Negeri 106 Jakarta?

1.5 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan konteks masalah tersebut, target atas studi berikut termuat:

Untuk mengetahui keefektifan pendekatan SFBC dalam menaikkan kepercayaan pribadi murid di SMP Negeri 106 Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Studi ini diantisipasi sanggup menyajikan kontribusi teoritis sebagai berikut:

1. Memperkaya kajian ilmiah mengenai pandangan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dengan pengaplikasiannya pada pendidikan di Indonesia, khususnya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
2. Menyumbang pengetahuan yang lebih rinci tentang elemen-elemen yang memicu efektivitas siswa dalam teknik *Solution-Focused Brief Counseling* demi mendongkrak harga diri siswa.
3. Menyediakan dasar empiris untuk pengembangan siswa dengan model intervensi berbasis SFBC yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan siswa SMP di Indonesia.

1.6.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, *research* berikut diminta dapat bermanfaat bagi semua *stakeholders*:

1. Siswa: Membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri mereka, yang pada gilirannya dapat berdampak positif pada partisipasi mereka dalam pembelajaran, interaksi sosial, dan prestasi akademik.
2. Guru dan Pembimbing Konseling: Memberikan alternatif pendekatan konseling yang dapat diterapkan untuk membantu siswa dengan masalah kepercayaan diri rendah, serta memperkaya teknik konseling yang dimiliki.
3. Sekolah: Menyediakan informasi berbasis bukti mengenai efektivitas metode *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC), yang dapat menjadi pertimbangan ketika pengembangan skema pendampingan dan konsultasi di instansi persekolahan.
4. Peneliti Selanjutnya: Menyediakan landasan dan referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai aplikasi *Solution-Focused Brief Counseling* pada konteks pendidikan di Indonesia, khususnya guna mengkatrol keyakinan pribadi siswa.