

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pandemi *covid-19* mempengaruhi orang secara mental, emosional, dan kesehatan secara keseluruhan. Aristovnik dkk. menyatakan bahwa selain mengedepankan banyak masalah dan tantangan (yang ada) di bidang kesehatan; pandemi *covid-19* telah menciptakan gejolak yang tidak terduga dan perekonomian secara tidak terduga. Oleh karena itu, Organisasi Kesehatan Dunia yaitu *World Health Organization (WHO)* menyatakan *covid-19* sebagai darurat global.<sup>1</sup> Rahman dkk. Wabah dan *lockdown covid-19* mengharuskan masyarakat untuk tinggal di rumah, menghindari interaksi sosial tatap muka, sekolah ditutup tempat belajar mengajar dilakukan secara daring.<sup>2</sup> Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tidak adanya pengaturan sekolah yang terstruktur untuk remaja mengganggu rutinitas dan kurangnya ide segar untuk terlibat dalam berbagai kegiatan akademik dan ekstrakurikuler.<sup>3</sup> berdasarkan hal tersebut, remaja menunjukkan kriteria tersebut karena tidak dapat bermain di luar rumah, tidak bertemu, bergaul dengan teman, dan terlibat dalam kegiatan sekolah.

---

<sup>1</sup> Aristovnik, A., Keržič, D., Ravšelj, D., Tomaževič, N., & Umek, L. (2020). Impacts of the COVID-19 Pandemic on the Life of Higher Education Students: A Global Perspective. *Sustainability*, 12, 8438. <https://doi.org/10.3390/su12208438>

<sup>2</sup> Rahman, M. M., Ang, A. L., Lakshmi, N., Chakraverty, K. H., Shafiqah, D., & Selvarajoo, K. (2021). The Psychological Impact of Covid-19 Pandemic on Mental Health among Medical Students in Malaysia. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17, 119-128.

<sup>3</sup> Liu, Y., Simpkins, S. D., & Vandell, D. L. (2021). Developmental Pathways Linking the Quality and Intensity of Organized Afterschool Activities in Middle School to Academic Performance in High School. *Journal of Adolescence*, 92, 152-164. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.09.002>

Kendala gerak berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja secara keseluruhan. Orang tua mungkin menghadapi kesulitan menyekolahkan remajanya setelah masa *lockdown* karena remaja menjadi lebih bergantung pada orang tuanya karena pergeseran jangka panjang dalam rutinitas harian mereka. Hal ini juga diduga bahwa remaja mungkin memiliki masalah dalam menjalin hubungan baik dengan guru dan teman sebayanya setelah sekolah dibuka kembali.<sup>4</sup>

Singh dkk. menegaskan bahwa tinggal di rumah dalam jangka panjang dapat memengaruhi sosialisasi dan peluang aktivitas fisik remaja. Thakur et al. menyatakan bahwa remaja yang tinggal di rumah akibat *lockdown* lebih banyak menghabiskan waktu di depan TV dan internet, yang dapat menimbulkan masalah jiwa dan sosial. Remaja akan memiliki masalah dengan ketegasan dan pertumbuhan sosial jika mereka tetap terisolasi dari pertemuan dan interaksi dengan orang untuk waktu yang lama.<sup>5</sup> Mereka juga mungkin mengalami masalah dalam menjalin pertemanan baru dan berinteraksi dengan orang-orang serta mengembangkan kecanggungan sosial setelah sekolah dibuka kembali di masa mendatang. Sehingga perlu pengertian lebih lanjut mengenai *self-esteem* untuk menunjang sosialisasi remaja.

*Self-esteem* secara global telah menjadi salah satu konstruksi yang paling banyak diteliti dan diperdebatkan dalam ilmu sosial. Sebagai konstruksi *multi-segi* dan sulit bagi peneliti untuk menentukan dengan

---

<sup>4</sup> Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and Lockdown on Mental Health of Children and Adolescents: A Narrative Review with Recommendations. *Psychiatry Research*, 293, Article ID: 113429. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>

<sup>5</sup> Thakur, K., Kumar, N., & Sharma, N. (2020). Effect of the Pandemic and Lockdown on Mental Health of Children. *Indian Journal of Pediatrics*, 87, 552. <https://doi.org/10.1007/s12098-020-03308-w>

tepat definisi sebenarnya dari *self-esteem* dan pengaruhnya terhadap individu.

Di Lingkungan Kp. Sontrol Ds. Siremen Kec Tanara Kab. Serang-Banten. Melalui pengamatan peneliti, Remaja yang berusia 15-18 tahun mempunyai *self Esteem* yang rendah karena faktor internal dan eksternalnya, yang mempengaruhi *self Esteem* mereka menjadi rendah.

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengupayakan dan menemukan apakah *Self-esteem* merupakan penyebab atau respons dari perilaku dan hasil kehidupan tertentu. Penelitian terbaru telah mulai mendukung gagasan bahwa *self-esteem* seseorang mempengaruhi pilihan yang dia buat.<sup>6</sup> *Self-esteem* seseorang dapat mempengaruhi hubungan sosialnya, prestasi kerja, dan bahkan kesehatan fisik. Peneliti menemukan bahwa individu dengan *self-esteem* rendah lebih mungkin menderita depresi dan berisiko lebih tinggi untuk mencoba bunuh diri.<sup>7</sup> Whitley (1998) menemukan bahwa *self-esteem* bahkan memengaruhi pengambilan keputusan moral seseorang. Peningkatan *self-esteem* menyebabkan penurunan penerimaan berbohong, menyontek, dan mencuri pada subjek yang diteliti. Sebuah studi oleh Orth, Robins, dan Widamann menyatakan bahwa *Self-esteem* adalah penyebab sebenarnya dari hasil kehidupan, bukan konsekuensi dari hasil tersebut.<sup>8</sup> Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa peningkatan *self-esteem* seseorang akan

---

<sup>6</sup> Stinson, D., Logel, C., Zanna, M. P., Holmes, J. G., Cameron, J. J., Wood, J. V., & Spencer, S. J. (2008). The cost of lower self-esteem: Testing a self- and social-bonds model of health. *Journal of Personality & Social Psychology*, 94(3), 412-428.

<sup>7</sup> Sowislo, J., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213-240. doi:10.1037/a0028931

<sup>8</sup> Orth, U., Robins, R.W., & Widaman, K.F. (2011). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288.

menghasilkan pilihan hidup yang lebih sehat dan hasil hidup yang lebih positif.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa *self-esteem* tidak tetap, dan dapat berubah sepanjang umur. Masa remaja telah terbukti menjadi periode penurunan *self-esteem* yang tajam baik untuk pria maupun wanita. Nilai dan sistem kepercayaan terbentuk selama periode pertumbuhan psikologis ini. Perilaku negatif dan tanggapan terhadap *self-esteem* yang rendah pada masa remaja, jika tidak dirawat atau diubah, dapat membentuk kebiasaan dan pola perilaku di masa dewasa. Sebaliknya, pembinaan *self-esteem* pada masa remaja dapat menghasilkan pembentukan nilai-nilai yang kuat dan praktik yang sehat sepanjang umur.<sup>9</sup> Perasaan dan hasil dari *self-esteem* yang tinggi (seperti kepercayaan diri, jaringan sosial yang kuat, dan prestasi akademik) dapat menjadi penghalang pelindung dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan. *The American School Counselor Association (ASCA, 2012)* menyatakan peran konselor sekolah untuk mendukung semua siswa secara komprehensif, menangani kebutuhan akademik, karir, dan sosial/emosional mereka “sehingga mereka mencapai kesuksesan di sekolah dan siap memimpin memenuhi hidup sebagai anggota masyarakat yang bertanggung jawab.” Efek langsung dan jangka panjang dari *self-esteem* pada remaja menunjukkan bahwa, dalam memenuhi tugas profesional mereka, konselor sekolah harus membahas *self-esteem* dengan semua siswa dan memberikan intervensi bagi mereka yang menunjukkan *self-esteem* rendah.

*Self-esteem* yang rendah sering diperkuat di lingkungan sekolah, melalui perundungan, partisipasi dalam kelas pendidikan jasmani dan

---

<sup>9</sup> Orth, U., Robins, R.W., & Widaman, K.F. (2011). 3

perjuangan akademik.<sup>10</sup> Pengaturan sekolah juga merupakan penghalang bagi siswa yang berjuang secara sosial, karena di mana seseorang berada pada skala sosial menjadi titik fokus yang terus berkembang sepanjang masa remaja. Individu yang menyelesaikan SMA melaporkan *Self-esteem* yang lebih tinggi daripada mereka yang putus sekolah. Maka, dapat disarankan bahwa siswa yang tidak merasa nyaman di sekolah cenderung tidak hadir dan berisiko lebih tinggi untuk putus sekolah. Menurut National Association for Self Esteem, 30% pemuda Amerika akan putus sekolah sebelum menyelesaikan SMA. Tanpa sistem untuk siswa yang berjuang dengan *self-esteem*, sekolah tidak memberikan dukungan penuh yang diperlukan bagi semua siswa untuk mencapai potensi tertinggi mereka.

Di semua etnis, remaja melaporkan *self-esteem* yang lebih rendah dari pada rekan mereka.<sup>11</sup> Ada beberapa saran untuk temuan ini, termasuk ekspektasi citra tubuh (Clay, Vignoles, & Dittmar, 2005), tingkat tekanan akademis yang lebih tinggi (Bachman et al., 2012), dan ekspektasi peran gender yang ternilai atau terdoktrin (Tolman, 1999). Dalam sebuah studi oleh Richardson dan Paxton (2010), hampir 70% dari siswi kelas 7 dilaporkan merasa tidak mampu. Ketika konsekuensi dari *self-esteem* yang sangat rendah, peran konselor sekolah perlu menyertakan layanan yang memupuk kekuatan remaja madya dan mempromosikan penyelesaian sekolah dan pilihan hidup sehat.

Berbagai alternatif cara telah digunakan dalam upaya untuk meningkatkan *Self-esteem* remaja madya. Salah satunya adalah dengan

---

<sup>10</sup> Erol, R., & Orth, U. (2011). Self-esteem development from age 14 to 30 years: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 607-619. doi:10.1037/a0024299

<sup>11</sup> Bachman, J., O'Malley, P.M., & Freedman-Doan, P. (2011). Adolescent self-esteem: Differences by race/ethnicity, gender, and age. *Self & Identity*, 10(4), 445-473.

mengadakan layanan bimbingan secara kelompok. Kelompok keterampilan sosial mendidik anak tentang bagaimana menyelesaikan masalah sosial dan menghadapi perasaan. Blogging internet bahkan telah digunakan sebagai peluang untuk meluapkan emosi di antara rekan-rekan yang berjuang dengan *self-esteem*.<sup>12</sup> Program-program ini telah menunjukkan keberhasilan yang signifikan dalam meningkatkan *self-esteem* anak; namun, hal tersebut jarang mempunyai bukti yang dapat dijadikan perubahan jangka panjang.

Alih-alih berfokus pada aspek *self-esteem* yang bermasalah, orang mungkin menyarankan untuk mengembangkan aspek alternatif remaja sebagai cara untuk meningkatkan *self-esteem*. Agar remaja madya dapat membangun *self-esteem* dalam jangka panjang, kekuatan pribadi harus ditemukan dan dipupuk sebagai faktor pelindung yang dapat digunakan pada masa sulit. Teori konseling berfokus pada pandangan atau pemikiran manusia dan kekuatan pribadi yang mereka miliki dalam setiap aspek kehidupan mereka. Dalam menggunakan layanan bimbingan secara kelompok dengan remaja madya, fokus dapat ditempatkan pada segala hal tentang diri mereka sebagai manusia yang kompeten, bukan pada apa yang bukan diri mereka.

Pada penelitian ini akan menggunakan intervensi konseling kelompok untuk mengatasi masalah *self-esteem* pada remaja madya. Dengan mengidentifikasi kekuatan pribadi di semua karena kehidupan seseorang, perbedaan ini ditujukan untuk berfokus pada dan membangun karakteristik positif peserta dari pada mencoba untuk "memperbaiki" yang dipandang negatif.

---

<sup>12</sup> Boniel-Nissim, M., & Barak, A. (2011). The therapeutic value of adolescents' blogging about social-emotional difficulties. *Psychological Services*. doi:10.1037/a0026664

Dalam peningkatan *self esteem* pada remaja madya di desa Siremen Kecamatan Tanara Kabupaten Serang provinsi Banten diadakanya penelitian Layanan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan *self esteem* agar remaja di kampung ini menjadi percaya diri atau mengetahui penilaian terhadap diri mereka sendiri.

### **B. Perumusan Masalah**

1. Bagaimana *self esteem* pada remaja madya di desa Siremen kecamatan Tanara kabupaten Serang-Banten?
2. Bagaimana cara membangun *self esteem* pada remaja madya di desa Siremen kecamatan Tanara kabupaten Serang-Banten?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui terjadinya *self esteem* pada remaja madya di desa Siremen kecamatan Tanara kabupaten Serang-Banten?
2. Untuk mengetahui cara membangun *self esteem* pada remaja madya di desa Siremen kecamatan Tanara kabupaten Serang-Banten?

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Kontribusi Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pengetahuan dan wawasan mengenai layanan bimbingan kelompok dengan *self Esteem* pada remaja madya. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan acuan pada penelitian selanjutnya mengenai layanan bimbingan kelompok untuk membangun *self Esteem* pada remaja madya serta memberikan gambaran umum kepada pembaca dalam penentuan topik dari penelitian.

## 2. Kontribusi Praktis

### 1. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menerapkan teori yang didapatkan oleh mahasiswa selama masa kuliah mengenai layanan bimbingan kelompok untuk membangun *self esteem* pada remaja madya.

### 2. Bagi Akademisi

Penelitian ini dapat dijadikan acuan pada penelitian selanjutnya mengenai layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self esteem* pada remaja madya serta memberikan gambaran umum kepada pembaca dalam penentuan topik dari penelitian.

## E. Definisi Operasional

### 1. Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing/konselor) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan/atau tindakan tertentu.<sup>13</sup>

### 2. *Self-esteem*

---

<sup>13</sup> Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 78



*Self-esteem* mengacu pada evaluasi seseorang tentang nilainya, atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang-orang yang penting di lingkungannya serta dari sikap, penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang terhadap dirinya, pentingnya *self-esteem* bagi diri kita yaitu sangat mempengaruhi proses interaksi kita dengan orang lain, jika kita merasa cukup percaya diri, kita bisa berbicara mengemukakan pendapat kita dan bisa memberikan dukungan pada orang-orang yang ada disekitar, Bentuk yang paling terkenal adalah *Self-esteem* global: evaluasi diri yang umum, disposisional, dan dapat diakses secara sadar. Psikolog berpendapat bahwa *self-esteem* itu penting karena menandakan seberapa baik seseorang diterima atau dihargai secara budaya.

### 3. Remaja Madya

Pemuda dapat diartikan sebagai orang muda yang berusia antara 15-18 tahun, atau orang yang mampu mengemban tugas dan tanggung jawab kedewasaan. Secara umum, masa muda dapat didefinisikan sebagai fase perkembangan manusia antara masa kanak-kanak dan dewasa, dan remaja madya ini sudah mulai berpikir secara logika, tertarik dengan hubungan romantis, muncul sifat sensitif dan senang menghabiskan waktu dengan teman.

## **F. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Sebagai pertimbangan dalam penelitian ini, maka penulis mencantumkan beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai relevansi atau konsep penelitian yang sejenis dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Berikut hasil penelitian terdahulu yang penulis baca:

Penelitian yang dilakukan oleh Sabrina Dachmiati dan Rizki Amalia dari Universitas Indraprasta PGRI Jakarta pada tahun 2017 berjudul

“Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa”. Penelitian ini menunjukkan bahwa “layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan self-esteem siswa. Kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok (pretest) dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok (posttest) mengalami peningkatan yang signifikan”.<sup>14</sup> Perbedaan dengan penelitian ini adalah peneliti menggunakan analisa kuantitatif sebagai metode penelitian dengan pendekatan quasi eksperimen

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Kasmawati dan Fiptar Abdi Alam dari STKIP Muhammadiyah Barru pada tahun 2021 yang berjudul “Penerapan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa”. Penelitian ini menunjukkan “penerapan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan self-esteem siswa, dengan menggunakan berbagai macam teknik konseling efektif untuk meningkatkan Self-esteem siswa, karena telah membuktikan beberapa keberhasilan dengan melihat dan menela’ah berbagai jurnal atau keberhasilan penelitian terdahulu. Self-esteem siswa sebelum penerapan konseling kelompok, berada pada kategori rendah. Namun setelah penerapan konseling kelompok self esteem siswa berada pada kategori tinggi. Hal tersebut dikarenakan dengan penerapan konseling kelompok yang dapat menekankan pada aspek-aspek kognitif rasional behavioral dan berorientasi pada peningkatan kesadaran sehingga klien akan mampu membuat keputusan-keputusan baru dan mengubah cara hidupnya

---

<sup>14</sup> Dachmiati, Sabrina, and Rizki Amalia. 2017. “Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa.” *Jurnal Fokus Konseling* 3(2):148. doi: 10.26638/jfk.405.2099.

keliru”.<sup>15</sup> Perbedaan dengan penelitian ini adalah peneliti menggunakan analisa kuantitatif menggunakan rumus koefisien alpha dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution V.17* (SPSS 17). Tingkat reliabilitas, memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi yakni 0,902. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Uji-Wilcoxon menggunakan komputerisasi program SPSS.17.0. Selain itu lokasi penelitian dari penelitian yang dilakukan tidak dicantumkan secara jelas.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Armila dari Institut Agama Islam Negeri Metro Lampung pada tahun 2021 yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *self-esteem*”. Penelitian ini menunjukkan “adanya fasilitas konseling kelompok dapat memberikan hasil yang efektif terhadap usaha dalam meningkatkan atau mengembangkan *self-esteem* atau *self esteem* para siswa. Hasilnya berupa yang menunjukkan kenaikan pada sampel yang diteliti. Pada beberapa kelompok yang menjadi eksperimen ia memiliki rasa kepercayaan diri atau *self efficacy*, terbukti dengan cara melihat hasil tes di kedua kelompok yang berbeda. Bimbingan konseling kelompok telah diterapkan sehingga individu di dalam kelompok itu mengalami peningkatan dan perubahan”.<sup>16</sup> Perbedaan pada penelitian ini adalah lokasi dan objek penelitian, dimana peneliti tidak mencantumkan lokasi dan objek penelitian secara jelas.

---

<sup>15</sup> Indrawati, Indrawati. 2021. “Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa.” *Diadik: Jurnal Ilmiah Teknologi Pendidikan* 11(1):1–8. doi: 10.33369/diadi.v11i1.18363.

<sup>16</sup> Armila. 2021. “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Self Esteem.” *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 3(2):243–62.