

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia diciptakan memiliki rasa percaya diri, namun rasa percaya diri setiap manusia berbeda-beda. Ada yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi ada juga yang memiliki rasa percaya diri yang kurang. Percaya diri (*self confidence*) merupakan salah satu aspek kepribadian berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh sama sekali oleh orang lain dan bisa bertindak sesuai kehendak individu. Percaya diri (*self confidence*) yaitu percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri sehingga ketika dalam melakukan suatu kegiatan tidak terlalu cemas dan merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya.

Percaya diri (*self confidence*) sangat penting dimiliki oleh individu bahkan dalam agama islam pun mendorong seseorang agar memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Manusia itu merupakan makhluk ciptaan Allah SWT yang memiliki derajat paling tinggi karena kelebihan akal yang dimiliki oleh manusia, sehingga sepatutnya manusia percaya dengan kemampuan yang dimilikinya.¹

¹ Syaiful Amri, “Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika

Percaya diri (*self confidence*) yaitu salah satu yang harus ada pada diri individu termasuk remaja. Mengingat pentingnya *self confidence* untuk individu maka setiap tempat dan suasana perlu dibangun dengan secara optimal dan positif. Ketika sudah membangun rasa percaya diri dalam satu bidang kehidupan, maka hal ini akan menyebar ke semua aspek kehidupan. Karena ketika individu memiliki rasa percaya diri atas kemampuan dirinya sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan seseorang tidak terwujud masih tetap berpikir positif. Remaja yang memiliki kepercayaan diri yang bagus cenderung memiliki perasaan yang positif terhadap dirinya, mempunyai keyakinan yang kuat atas dirinya dan memiliki pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimilikinya.²

Kepercayaan diri adalah aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja. Remaja yang memiliki rasa percaya diri yaitu cenderung memiliki gambaran dan konsep diri yang positif, dan remaja yang memiliki rasa kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku menutup diri, menghindari situasi komunikasi, menarik diri dari lingkungan, kurang bersosialisasi dan lain sebagainya. Maka dari itu rasa percaya diri sangat penting dan harus ada pada diri individu termasuk remaja.³

Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu”, *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, Vol. 03, No. 2, (Desember 2018), h.159-160.

² Fani Juliyanto Perdana, “Pentingnya Kepercayaan Diri dan Motivasi Sosial Dalam Keaktifan Mengikuti Proses Kegiatan Belajar”, *Jurnal Eduksos*, Vol. VIII, No. 2, (Desember 2019), h.73-74.

³ Emria Fitri dkk, “Profil Kepercayaan Diri Remaja Serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi”, *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, Vol. 4, No. 1, (Juni 2018), h.2.

Adapun beberapa faktor yang membuat kurangnya rasa percaya diri salah satunya yaitu kondisi fisik. Kondisi fisik pada penyandang tunadaksa sangat mempengaruhi kepercayaan dirinya, karena menurut responden kondisi fisik responden sangat berbeda dengan individu yang dilahirkan secara normal pada umumnya. Setiap orang tidak ada yang ingin dilahirkan ke dunia dengan menyandang kelainan maupun memiliki kecacatan. Orang tua juga tidak ada yang menghendaki kelahiran anaknya menyandang kecacatan. Kelahiran seorang anak berkebutuhan khusus terutama anak yang menyandang tunadaksa tidak mengenal berasal dari keluarga kaya, keluarga berpendidikan, keluarga miskin, keluarga yang taat beragama atau tidak. Orang tua tidak mampu menolak anak berkebutuhan khusus.⁴

Setiap anak punya hak untuk di terima di keluarga maupun lingkungan, setiap anak juga punya hak untuk tumbuh dan berkembang termasuk anak yang di lahirkan dengan menyandang berkebutuhan khusus. Allah SWT menciptakan manusia dalam keadaan yang sebaik baiknya bentuk, bentuk lahir dan bentuk batin, bentuk tubuh dan bentuk nyawa. Allah SWT memiliki maksud tertentu dengan menciptakan anak yang berkebutuhan khusus dan anak berkebutuhan khusus memiliki ciri khas tersendiri pada dirinya, dan setiap orang tua wajib memperlakukan anaknya dengan baik dan menjaganya dengan baik. Begitupun makhluk di muka bumi ini manusialah yang

⁴ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikosain, 2016), h.1.

diciptakan oleh Allah SWT dalam bentuk yang sebaik-baiknya. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surah At-Tin ayat 4 yang berbunyi :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

*Artinya : sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya. (QS. At-Tin ayat 4).*⁵

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Berkaitan dengan istilah *disability*, maka anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan di salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun bersifat psikologis seperti autism dan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*).⁶

Anak berkebutuhan khusus adalah mereka yang memiliki perbedaan dengan rata-rata anak seusianya atau anak-anak pada umumnya. Perbedaan ini terjadi dalam beberapa hal, seperti proses pertumbuhan dan perkembangannya yang mengalami kelainan atau penyimpangan baik secara fisik, mental intelektual, sosial maupun emosional. Dalam hal ini bukan berarti anak ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) selalu menunjukkan ketidakmampuan secara mental, emosi maupun fisik. Namun mereka

⁵ Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: CV Penerbit J-ART, 2004), h.597.

⁶ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, h.1-2.

memiliki karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya.⁷

Secara umum, klasifikasi dari anak berkebutuhan khusus yaitu tunanetra, tunarungu, tunadaksa, tunalaras, tunawicara, tunagrahita dan autism. Tunanetra yaitu anak yang indera penglihatannya tidak berfungsi. Tunarungu yaitu anak yang kehilangan seluruh atau sebagian daya pendengarannya sehingga tidak atau kurang mampu berkomunikasi verbal. Tunadaksa yaitu anak yang mengalami kelainan atau cacat yang menetap pada alat gerak (tulang sendi dan otot). Dalam kata lain tunadaksa merupakan seseorang yang memiliki kecacatan dalam fisiknya. Tunalaras yaitu anak yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan bertingkah laku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku. Tunawicara yaitu anak yang mengalami kelainan suara, artikulasi (pengucapan), atau kelancaran bicara, yang mengakibatkan terjadi penyimpangan bentuk bahasa, isi bahasa, atau fungsi bahasa. Tunagrahita yaitu anak yang secara nyata mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental intelektual jauh dibawah rata-rata sehingga mengalami kesulitan dalam tugas-tugas akademik, komunikasi maupun sosial. Sedangkan Autism yaitu gangguan perkembangan anak yang disebabkan oleh adanya gangguan pada sistem syaraf pusat

⁷Feby Atika Setiawati, "Mengenal Konsep-Konsep Anak Berkebutuhan Khusus Dalam PAUD", *Jurnal Program Studi PGRA*, Vol. 6, No. 2, (Juli 2020), h.193-194.

yang mengakibatkan gangguan dalam interaksi sosial, komunikasi dan perilaku.⁸

Anak yang dilahirkan secara berkebutuhan khusus adalah salah satu anak yang luar biasa. Salah satu anak berkebutuhan khusus yang menjadi pembahasan kali ini yaitu remaja yang menyandang sebagai tunadaksa. Tunadaksa yaitu mempunyai kelainan ortopedik atau salah satu bentuk berupa gangguan dari fungsi normal pada tulang, otot, dan persendian yang bisa karena bawaan sejak lahir, penyakit atau kecelakaan, sehingga apabila mau bergerak atau berjalan memerlukan alat bantu.⁹

Tunadaksa juga dapat di definisikan sebagai seseorang individu yang memiliki gangguan gerak disebabkan oleh kelainan *neuro-muskular* dan struktur tulang yang bersifat bawaan sakit atau akibat kecelakaan, termasuk *celebral palsy*, amputasi, polio dan lumpuh. Tunadaksa adalah anak yang memiliki anggota tubuh tidak sempurna, sedangkan istilah cacat tubuh dan cacat fisik dimaksudkan untuk menyebut anak cacat pada anggota tubuhnya, bukan indranya.

Selanjutnya, ketunadaksaan seorang individu disebabkan oleh beberapa hal, baik sebab-sebab yang timbul sebelum kelahiran, pada waktu kelahiran atau pada saat sesudah kelahiran. Sebab-sebab yang timbul sebelum kelahiran (Fase Prenatal). Pada fase ini seperti faktor keturunan, trauma dan

⁸ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus.*, h.7-8.

⁹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus.*, h.92.

infeksi pada waktu kehamilan, usia ibu yang sudah lanjut pada waktu melahirkan anak, pendarahan pada waktu kehamilan, dan keguguran yang dialami ibu. Hal ini dapat menyebabkan bayi mengalami kelainan saat dalam kandungan.

Adapun sebab-sebab yang timbul pada waktu kelahiran (Fase Natal). Pada fase ini penggunaan alat-alat pembantu kelahiran (seperti tang, tabung, vacum, dan lain-lain) yang tidak lancar, dan penggunaan obat bius pada waktu kelahiran. Hal ini dapat menyebabkan merusak jaringan otak pada bayi. Dan yang terakhir sebab-sebab sesudah kelahiran (Fase Post Natal). seperti infeksi (infeksi yang menyerang otak), trauma, tumor, dan kondisi-kondisi lainnya. Hal ini dapat menyebabkan kecacatan pada bayi setelah lahir.¹⁰

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden dan orangtua responden penyandang Tunadaksa yang dilakukan peneliti di Kecamatan Pulosari, diperoleh data dengan 4 responden penyandang Tunadaksa. Diantaranya 3 responden laki-laki dan 1 responden perempuan. Wawancara tersebut peneliti mendapatkan beberapa informasi terkait responden penyandang tunadaksa.

Responden pertama berinisial AMR berusia 14 Tahun. AMR merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. AMR merupakan salah satu siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama)

¹⁰Fawziah Zahrawati B, "Membebaskan Anak Tunadaksa Dalam mewujudkan Masyarakat Multikultural Demokratis", *Jurnal Al-Maiyyah*, Vol. 11, No. 1, (Januari-Juni 2018), h. 172-174.

yang berada di Kecamatan Pulosari. AMR tidak lepas dari menggunakan sepatu *boots* karena untuk memudahkan AMR berjalan. AMR merasa berbeda dengan teman-teman di lingkungannya, hal itu yang membuat AMR tidak merasa percaya diri. AMR pernah berpikir hal-hal negatif tentang keadaan dirinya yang tidak sempurna seperti teman-temannya. AMR termasuk orang yang tidak memiliki teman banyak, hanya beberapa saja yang mau berteman dengannya.

Ketika di sekolah AMR sering merasa sedih hanya saja kesedihannya AMR tahan tanpa orang lain tahu. AMR sering di ejek oleh teman-temannya, dan AMR disebut dengan nama panggilan kasar oleh teman-temannya. Selain itu AMR selalu menyembunyikan kedua tangannya dan menundukan kepalanya, ketika bertemu seseorang. Alasan AMR seperti itu karena AMR malu kedua tangannya dan kedua kakinya tidak sama dengan individu pada umumnya. AMR merasa tidak percaya diri ketika harus berjalan di depan orang banyak, tidak merasa percaya diri ketika bertanya dalam proses belajar mengajar di sekolah, dan AMR tidak merasa percaya diri ketika harus memulai obrolan. Karena AMR takut jadi pusat perhatian orang-orang melihat keadaan dirinya.

Dari hasil wawancara peneliti bersama orang tua AMR yaitu ibunya. Menurut beliau AMR adalah anak yang pemalu, dan jarang bergabung dengan teman-teman di lingkungannya. Menurut sang ibu AMR adalah anak yang tidak banyak bicara,

termasuk anak yang bisa berbicara tetapi hanya seperlunya saja. AMR adalah salah satu anak penyandang tunadaksa dari mulai AMR keluar dari perut ibunya, yaitu dengan kecacatan kedua kaki dan kedua tangannya. AMR juga anak yang tidak memiliki banyak teman, dan yang ibu AMR tahu teman AMR hanya ada satu. Ibu AMR ingin sekali anaknya bisa memiliki banyak teman dan bermain di lingkungannya bersama teman-teman sebayanya.¹¹

Responden kedua berinisial UMA berusia 15 Tahun. UMA merupakan anak tunggal. UMA juga merupakan salah satu Siswa SKH (Sekolah Khusus) yang berada di Kecamatan Pulosari. UMA termasuk anak yang benar-benar pemalu dan menjadi tantangan buat peneliti dalam proses penelitian. UMA mau berteman hanya dengan orang-orang yang dilahirkan secara berkebutuhan khusus. Alasannya yaitu karena teman-teman yang di lahirkan secara berkebutuhan khusus tidak membuat UMA minder dengan keadaan dirinya. UMA minder karena perbedaan fisik dengan teman-temannya. UMA adalah salah satu penyandang tunadaksa yang mengalami kesulitan berjalan. UMA merasa takut dan malu jika harus bergabung dengan teman-teman sebayanya. Menurut UMA sesekali UMA pernah iri terhadap teman-temannya yang bisa pergi kesana-kemari tanpa kesulitan apapun.

¹¹ Wawancara dengan AMR dan Ibunya di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten, 16 Mei 2021.

Dari hasil wawancara peneliti dengan orang tua responden yaitu ibunya. Menurut ibunya, UMA merupakan anak penyandang tunadaksa yang di ketahui mengalami kesulitan berjalan pada usia bayi. Menurut ibunya ketika UMA masih bayi sampai umur dua tahun, ibu UMA bingung anaknya tidak bisa berjalan. Dan ibu UMA berpikir mungkin lain waktu bisa berjalan. Dan sampai sekarang pun responden UMA kesulitan dalam berjalan. Dengan keadaan anaknya yang seperti itu ibu UMA hanya pasrahkan diri pada Allah SWT. Selain itu, menurut ibunya UMA hanya mau bermain dengan satu temannya saja. Kebetulan teman UMA menyandang *Down Syndrome*. Menurutnya mungkin UMA tidak berani bermain dengan teman-teman sebayanya. Setiap hari UMA hanya melihat teman-teman sebayanya dari kejauhan. Ketika ada seseorang yang menghampirinya, UMA akan langsung pergi. Yang membuat ibu UMA sedih yaitu ketika UMA terus-terusan menghabiskan waktu di dalam rumah dan hanya bermain sendiri.¹²

Responden ketiga yaitu berinisial SAN berusia 20 tahun, merupakan anak perempuan kedua dari empat bersaudara. Responden SAN mudah untuk di ajak komunikasi, karena responden SAN tidak termasuk individu yang memiliki sifat pendiam. Responden SAN termasuk orang yang minder dan tidak percaya diri dengan keadaan dirinya. Responden SAN sempat berpikir mengenai keadaan dirinya, apalagi perihal

¹² Wawancara dengan UMA dan Ibunya di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten, 18 Mei 2021.

mendapatkan jodoh. Karena bagi dirinya dengan keadaan fisik yang seperti saat ini semua laki-laki takut padanya. Responden SAN memiliki akun sosial media. Namun, responden SAN tidak percaya diri untuk mengunggah postingan foto pribadinya. Karena responden SAN merasa takut jika orang-orang tidak suka untuk melihatnya.

Sesekali SAN pernah mengunggah foto orang lain di akun sosial media nya agar orang lain tahu bahwa foto itu miliknya. Alasan SAN melakukan hal itu karena SAN ingin sekali dekat dengan seorang laki-laki seperti wanita lain pada umumnya. Menurutnya jika SAN mengunggah foto dirinya sendiri SAN merasa tidak percaya diri dan takut. Responden SAN memiliki rasa minder jika bertemu teman-teman wanita sebayanya, karena SAN merasa jauh berbeda dengan teman-temannya. Sering kali SAN merasa sedih dan marah. Namun, hanya bisa di tahan sendiri karena perkataan orang-orang di sekitar lingkungannya terkait fisiknya. Selain itu responden SAN juga lebih suka di dalam rumah ketimbang harus keluar rumah. Alasannya yaitu, SAN merasa jika berada di luar rumah orang-orang yang berada di lingkungan sekitarnya seperti memandang aneh fisik dirinya. karena hal itu SAN lebih nyaman di dalam rumah.

Dari hasil wawancara peneliti bersama orangtuanya yaitu ibu responden. Menurut ibu responden, responden SAN mengalami cacat fisik di usia masih bayi sekitar usia satu

setengah tahun, yaitu mengalami kecelakaan jatuh dari ayunan. Pada saat lahir SAN dilahirkan secara normal fisiknya. Namun, setelah kejadian kecelakaan itu fisik SAN berubah seperti yang semua orang bisa lihat saat ini. Menurut ibunya SAN tidak mau melanjutkan sekolah lagi karena SAN malu dengan keadaan fisiknya. Responden SAN hanya sekolah sampai jenjang SMP (Sekolah menengah pertama) saja dan tidak ingin melanjutkan sekolahnya. Menurut ibunya teman-teman SAN bisa dihitung karena SAN tidak begitu sering bermain dan akrab dengan teman-teman sebayanya.¹³

Responden keempat yaitu berinisial MIS berusia 15 tahun, merupakan anak kelima dari delapan bersaudara. MIS merupakan salah satu siswa SKH (Sekolah Khusus) yang berada di salah satu Kecamatan Pulosari. MIS merupakan anak yang mudah di ajak komunikasi tetapi MIS juga seorang pemalu. M termasuk orang yang menerima keadaan dirinya. Namun, MIS terkadang berpikir mungkinkah seorang penyandang fisik seperti dirinya bisa sukses. MIS tidak yakin dan tidak percaya diri dengan keadaan dirinya karena cacat fisik. Apalagi dengan perkataan orang-orang yang sering mengejeknya. MIS termasuk orang yang jarang bergabung dengan teman-teman di kampungnya. Tetapi MIS nyaman berteman dengan teman-teman di sekolahnya. Karena bagi MIS teman-teman di sekolahnya tidak membuat MIS merasa minder dan takut.

¹³ Wawancara dengan SAN dan Ibunya di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten, 23 Mei 2021.

Hasil wawancara dengan orangtua responden yaitu ibunya. Menurut ibunya, menyandang cacat fisik ketika di dalam kandungan yaitu cacat kedua tangan dan kedua kaki. MIS merupakan anak yang pemalu, tidak berani untuk pergi sendiri. Kemanapun pergi MIS harus di temani ibunya. Ketika ibunya mau mendaftarkan MIS masuk sekolah umum tetapi MIS menolak. Alasannya karena MIS takut di ledek teman-temannya jika masuk sekolah umum. MIS lebih memilih sekolah khusus yang menurutnya teman-temannya bisa menerima dalam keadaan apapun. Menurut ibunya MIS merupakan anak yang nurut pada kedua orang tuanya. Hanya saja MIS malu berteman dengan teman-teman di lingkungan sekitarnya.¹⁴

Penyandang tunadaksa adalah penyandang yang memiliki kelainan fisik pada anggota tubuhnya, sehingga ini menjadi salah satu penyebab ketidakpercayaan diri pada penyandang tunadaksa dan berbeda dengan individu yang dilahirkan pada umumnya. Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan hal yang penting dan harus ada pada diri seseorang, agar seseorang mampu dan yakin mengenai potensi diri yang dia punya tanpa memunculkan rasa ragu pada dirinya. Apalagi individu yang menyandang tunadaksa dia berpikir bahwa dia berbeda dengan individu lain pada umumnya.

Penyandang tunadaksa ini merasa tidak percaya diri dengan keadaan dirinya. Dengan meningkatnya kepercayaan diri

¹⁴ Wawancara dengan MIS dan ibunya di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten, 23 Mei 2021.

(*self confidence*) pada penyandang tunadaksa agar penyandang tunadaksa dapat lebih semangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari, dapat berbaur dengan orang-orang di sekitar lingkungannya tanpa memikirkan hal-hal negatif pada dirinya dan dapat berpikir secara rasional bagaimanapun keadaan dirinya, selain itu dapat mengembangkan kreativitas yang dimiliki oleh penyandang tunadaksa.

Adapun beberapa faktor yang menyebabkan kurangnya percaya diri pada seseorang yaitu salah satunya adalah faktor fisik, keadaan fisik seperti kegemukan, cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain. Hal tersebut akan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena seseorang amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Jadi, dari hal tersebut seseorang tidak dapat bereaksi secara positif dan timbulah rasa minder yang berkembang menjadi rasa tidak percaya diri.¹⁵ Dengan faktor tersebut yang di jelaskan mewakili sebagai salah satu faktor penyebab dalam ketidakpercayaan diri pada penyandang tunadaksa.

Berdasarkan hasil dari observasi dan wawancara yang telah peneliti lakukan, individu yang memiliki kelainan dalam anggota tubuhnya merasa tidak percaya diri dengan keadaan

¹⁵ Muh. Ekhsan Rifai, *Pentingnya Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Dalam Kecemasan Matematika*, (Diponegoro: CV Sindunata, 2018), h.30.

dirinya yang kurang normal. Salah satu tujuan pemberian layanan konseling yaitu membantu menyelesaikan permasalahan setiap orang dengan menemukan titik solusinya. Menurut peneliti solusi yang tepat menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Pada *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) ini bertujuan untuk menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri individu seperti: cemas, benci, takut, rasa bersalah dan marah yang mengakibatkan individu berpikir irrasional, dan melatih individu agar mampu menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan dirinya dan kemampuan diri individu.¹⁶

Alasan peneliti menggunakan teknik *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) agar penyandang tunadaksa tidak lagi ragu, tidak takut, tidak berpikir negatif, bisa meningkatkan kepercayaan dirinya dan dapat berpikir rasional bagaimanapun keadaan dirinya. Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti akan melakukan penelitian lebih jauh mengenai “Penerapan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan *Self Confidence* Pada Penyandang Tunadaksa” (Studi Kasus di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten).

¹⁶ Laras Melinda Yanti dan Salsabila Maharani Saputri, “Penerapan Pendekatan REBT (Rational Emotive Behavior Therapy)”, *Jurnal Ikip Siliwangi*, Vol. 1, No. 6, (November 2018), h.252.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti dapat menyimpulkan beberapa rumusan masalah diantaranya sebagai berikut :

1. Bagaimana kondisi kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten?
2. Bagaimana penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan *self confidence* pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten?
3. Bagaimana hasil teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan *self confidence* pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten?

C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas tujuan penelitian ini diantaranya yaitu :

1. Untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten.
2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan *self confidence* pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten.

3. Untuk mengetahui hasil teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan *self confidence* pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti mengenai teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Klien

Sebagai masukan terkait dalam meningkatkan kepercayaan diri (*self confidence*) pada responden (penyandang tunadaksa). Selain itu, agar responden dapat berpikir secara rasional.

- b. Bagi peneliti

Melatih peneliti dalam pemberian layanan konseling kepada klien dengan baik sesuai dengan teknik dan dapat membantu seseorang dalam meningkatkan kepercayaan diri (*self confidence*).

E. Kajian Pustaka

Berdasarkan penelusuran yang telah peneliti lakukan, ada beberapa peneliti terdahulu yang telah melakukan penelitian

menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) maupun masalah *Self Confidence* (Kepercayaan diri) pada penyandang tunadaksa. Namun penelitian yang telah dilakukan memiliki perbedaan. Penelitian yang telah dilakukan diantaranya yaitu :

Pertama, penelitian yang telah dilakukan oleh Dufriyatu Saniah mahasiswi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tahun 2019 yang berjudul “*Layanan Konseling REBT Dalam Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja*”. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Dufriyatu Saniah setelah melakukan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), dengan jumlah empat responden menunjukkan perubahan perilaku yang positif, yaitu adanya peningkatan yang diperoleh responden, seperti mau mulai bersosialisasi terhadap lingkungan sekitar.¹⁷ Perbedaan penelitian Dufriyatu Saniah dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada objek dan tempat penelitian nya. Dimana penelitian yang peneliti lakukan objeknya penyandang tunadaksa. Agar penyandang tunadaksa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Sondi Silalahi mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta pada tahun 2018 yang

¹⁷ Dufriyatu Saniah, *Layanan Konseling REBT Dalam Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja*, (Skripsi Fakultas Dakwah Universitas Sultan Maulana Hasanuddin Banten: 2019).

berjudul “*Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Pada Korban Penyalahgunaan NAPZA Di Rehabilitas Berbasis Masyarakat Mandiri Cirebon Jawa Barat*”. Penelitian disini menjelaskan terkait pelaksanaan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* pada proses pengembangan kepercayaan diri pada korban penyalahgunaan NAPZA.

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Sondi Silalahi dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling menggunakan teknik REBT dapat mengembangkan kepercayaan diri residen di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat. Dimana residen yang memiliki masalah kepercayaan diri kini sudah mengalami peningkatan.¹⁸ Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada tempat penelitian dan responden yang menjadi fokus penelitian.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Della Kuspita Devi mahasiswi jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada tahun 2018 dengan judul “*Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk meningkatkan kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas XI MA Masyariqul Anwar Bandar Lampung*”. Penelitian ini lebih

¹⁸ Sondi Silalahi, *Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Pada Korban Penyalahgunaan NAPZA Di Rehabilitas Berbasis Masyarakat Mandiri Cirebon Jawa Barat*, (Skripsi Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta: 2018).

memfokuskan pada peningkatan kepercayaan diri pada peserta didik dalam bimbingan kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Della Kusvita yaitu setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), dengan jumlah 17 responden mengalami peningkatan. Dan dapat disimpulkan bahwa pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam layanan bimbingan kelompok ini dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas XI MA Masyriqul Anwar Bandar Lampung.¹⁹

Perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu tempat penelitian yang berbeda, dan objek penelitiannya pun berbeda. Dimana penelitian ini menerapkan teknik *Teknik Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada anak peserta didik. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan yaitu menggunakan *Teknik Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada penyandang tunadaksa guna meningkatkan kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa.

Keempat, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mahmudah mahasiswi jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim

¹⁹ Della Kusvita Devi, *Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk meningkatkan kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas XI MA Masyriqul Anwar Bandar Lampung*, (Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan: 2018).

Pekanbaru pada tahun 2020 dengan judul “*Analisis Konsep Diri Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SLBN 1 Rokan Hulu Pasir Pengaraian*”. Penelitian ini lebih memfokuskan dalam menemukan konsep diri anak berkebutuhan khusus dan mengupayakan perkembangan kepercayaan diri mereka.

Adapun hasil tentang analisis konsep diri terhadap anak berkebutuhan khusus dalam meningkatkan kepercayaan diri di SLB Negeri Rokan Hulu Pasir Pengaraian dapat disimpulkan: adapun konsep diri anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Rokan Hulu Pasir Pangaraian dikatakan masih cenderung kearah negatif sehingga mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri anak berkebutuhan khusus. Upaya meningkatkan kepercayaan diri anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Rokan Hulu dapat dikatakan baik, upaya yang dilakukan SLB Negeri Rokan Hulu diantaranya adalah memaksimalkan lingkungan belajar, pemberian *reward* (hadiah), kelas khusus, keterampilan minat bakat dan memberikan kesempatan anak berkebutuhan khusus untuk berkarya serta memberikan tanggung jawab.

Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan yaitu menggunakan *Teknik Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada penyandang tunadaksa. Dimana peneliti melakukan penelitian untuk meningkatkan kepercayaan diri pada anak tuna daksa dengan menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior*

Therapy, agar penyandang tunadaksa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.²⁰

F. Kerangka Teori

1. Teori *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) yaitu suatu rancangan terapeutik, dalam konseling atau psikoterapi, dikembangkan oleh Albert Ellis. Pemakai rancangan ini mementingkan berpikir perubahan keyakinan irasional yang telah merusak berbagai konsekuensi emosional dan tingkah laku; atau ringkasnya, konseli didukung untuk menggantikan ide tidak-irasional dengan yang lebih rasional, berancangan pemecahan masalah hidup.²¹

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) telah mengalami transformasi, dari terapi rasional ke terapi rasional emotif, lalu namanya yang sekarang *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), sebagai upaya untuk mencakup pikiran, perasaan, dan perilaku. Dalam *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), emosi penting tetapi kognisi seseorang merupakan sumber berbagai masalah psikologis. Konselor profesional perlu memahami bahwa perasaan tidak disebabkan oleh berbagai peristiwa, orang lain, atau masa lalu, melainkan oleh pikiran yang dikembangkan oleh orang tersebut di seputar

²⁰ Mahmudah, *Analisis Konsep Diri Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SLBN 1 Rokan Hulu Pasir Pengaraian*, (Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Pekanbaru: 2020).

²¹ Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2010), h.156.

situasinya. Ide dasar teori ini adalah, dengan mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan yang lebih fleksibel dan rasional, perubahan yang lebih adaptif dalam konsekuensi perilaku dan emosional dapat terjadi.²²

Tujuan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) yaitu bertujuan memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan klien yang irrasional menjadi rasional, sehingga klien dapat mengembangkan diri dan mencapai hidup yang optimal. Pikiran-pikiran yang dapat menyebabkan klien berpikir irrasional, seperti: rasa takut, rasa bersalah, cemas, was-was, marah. REBT juga bertujuan untuk membantu klien agar dapat menerima kenyataan hidup secara rasional, dan membangkitkan rasa kepercayaan diri, nilai-nilai serta kemampuan diri.²³

Selain itu tujuan dari *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah menunjukkan dan menyadarkan klien bahwa cara berpikir yang tidak logis itulah merupakan penyebab gangguan emosionalnya. Atau dengan kata lain konseling rasional-emosif ini bertujuan membantu klien membebaskan dirinya dari cara berpikir atau dari ide-idenya yang tidak logis tentang diri dan lingkungannya kemudian menggantinya dengan cara-cara yang

²² Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor edisi kedua*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h.269.

²³ Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Serang: A-Empat, 2017), h.91.

logis, melatih klien untuk bisa berpikir dan berbuat yang lebih realistis dan rasional.²⁴

Macam-macam Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Berikut ini adalah beberapa macam teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) diantaranya :

a. Teknik *assertive training*

Teknik *assertive training* merupakan teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan konseli untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku tertentu yang diinginkan.

b. Teknik *sosiodrama*

Teknik *sosiodrama* yaitu digunakan untuk mengaprekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan negatif) melalui suatu suasana yang di dramatisasikan sedemikian rupa sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan melalui gerakan-gerakan dramatis.

c. Teknik *self modeling* atau diri sebagai model

Teknik *self modeling* atau diri sebagai model yaitu teknik yang digunakan untuk meminta konseli agar berjanji atau mengadakan komitmen dengan konselor untuk mengilangkan perasaan atau perilaku tertentu.

²⁴ Yakti Endah Pambudi, *Teori-Teori Konseling*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020), h.84.

d. Teknik *imitasi*

Teknik *imitasi* yakni digunakan dimana konseli diminta untuk meniru secara terus menerus suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif.

e. Teknik *reinforcement* (penguatan)

Teknik *reinforcement* (penguatan) yaitu teknik yang digunakan untuk mendorong konseli ke arah perilaku yang lebih rasional dan logis dengan untuk jalan memberikan pujian verbal (*reward*) atau *punishment* (hukuman).

f. Teknik sosial modeling (pemodelan sosial)

Teknik sosial modeling (pemodelan sosial) merupakan teknik yang digunakan untuk memberikan perilaku-perilaku baru pada konseli.

g. Teknik *live models* (model dari kehidupan nyata)

Teknik *live models* (model dari kehidupan nyata) merupakan teknik yang digunakan untuk menggambarkan perilaku-perilaku tertentu, khususnya situasi-situasi interpersonal yang kompleks dalam bentuk percakapan sosial, interaksi dengan memecahkan masalah-masalah.

h. *Home work assignment* (pemberian tugas rumah)

Home work assignment (pemberian tugas rumah) yaitu konseli diberikan tugas-tugas rumah untuk melatih,

membiasakan diri dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menurut pola perilaku yang diharapkan.

i. *Teknik assertive*

Teknik assertive yaitu dimana teknik ini digunakan untuk melatih keberanian koneli dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan melalui *role playing* atau bermain peran, *rehearsal* atau latihan, dan sosial modeling atau menirukan model-model sosial.²⁵

Karakteristik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Terapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) mempunyai karakteristik diantaranya sebagai berikut :

- a. Aktif-direktif, yaitu dalam hubungan yang konseling atau terapeutik, terapis lebih aktif membantu mengarahkan konseli dalam menghadapi dan memecahkan masalahnya.
- b. Kognitif-eksperiensial, yaitu hubungan yang dibentuk harus berfokus pada aspek kognitif dari konseli dan berintikan pemecahan yang rasional.
- c. Emotif-eksperiensial, yaitu hubungan yang dibentuk juga harus melihat aspek emotif konseli dengan mengkonseli sumber-sumber gangguan emosional, sekaligus membongkar akar-akar keyakinan yang keliru yang mendasari gangguan tersebut.

²⁵ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h.72-73.

- d. Behavioristik, yaitu hubungan yang dibentuk harus menyentuh dan mendorong terjadinya perubahan perilaku dalam diri konseli.
- e. Kondisional, yaitu hubungan dalam terapi rasional emotif dilakukan dengan membuat kondisi-kondisi tertentu terhadap konseli melalui berbagai teknik kondisioning untuk mencapai tujuan terapi konseling.²⁶

Langkah-Langkah Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*

Adapun langkah-langkah dalam proses konseling dengan menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terdapat beberapa tahapan diantaranya yaitu:

- a. Konselor berusaha menunjukkan klien kesulitan yang dihadapi sangat berhubungan dengan keyakinan irrasional, dan menunjukkan bagaimana klien harus bersikap rasional dan mampu memisahkan keyakinan irrasional dengan rasional.
- b. Setelah klien menyadari gangguan emosi yang bersumber dari pemikiran irrasional, maka konselor menunjukkan pemikiran klien yang irrasional serta berusaha mengubah kepada keyakinan menjadi rasional.
- c. Konselor berusaha agar klien menghindarkan diri dari ide-ide irrasionalnya, dan konselor berusaha

²⁶ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok...*, h.71-72.

menghubungkan antara ide tersebut dengan proses penyalahan dan perusakan diri.

- d. Proses terakhir konseling adalah konselor berusaha menantang klien untuk mengembangkan filosofis kehidupannya yang rasional, dan menolak kehidupan yang irrasional fiktif.²⁷

2. Kepercayaan Diri (*Self Confidence*)

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap atas kemampuan untuk menerima secara apa adanya, baik positif maupun negatif. Langkah pertama dan utama dalam membangun rasa percaya diri adalah memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Kelebihan yang ada dalam diri seseorang harus dikembangkan dan dimanfaatkan agar menjadi produktif dan berguna bagi dirinya dan orang lain.²⁸

Menurut Alsa kepercayaan diri diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Apabila seseorang tidak memiliki kepercayaan diri maka banyak masalah akan timbul karena kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Kepercayaan diri adalah suatu aspek kepribadian yang terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungannya. Menurut

²⁷ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h.76-77.

²⁸ Tri. S. Mildawani, *Membangun Kepercayaan Diri*, (Jakarta Timut: Lestari Kiranatama, 2014), h.4.

George dan Cristian, kepercayaan diri pada diri sendiri adalah kemampuan berpikir rasional (*rational belief*) berupa keyakinan-keyakinan, ide-ide dan proses berpikir yang tidak mengandung unsur keharusan yang menuntut individu sehingga menghambat proses perkembangan dan ketika menghadapi problem atau persoalan mampu berpikir, menilai, menimbang, menganalisa memutuskan, dan melakukan. Rasa percaya diri (*self-confidence*) adalah dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri. Rasa percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri.

Menurut Taylor bahwa kepercayaan diri itu merupakan kunci menuju kehidupan yang berhasil dan bahagia. Seseorang tidak dapat menjalani hidup dengan baik tanpa kepercayaan diri. Tingkat kepercayaan diri yang baik memudahkan seseorang dalam mengambil keputusan dan melancarkan jalan menuju kesuksesan. Berdasarkan definisi-definisi yang telah dikemukakan maka dapat disimpulkan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan.²⁹

Sedangkan menurut Lauster mendefinisikan kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak

²⁹ Muh. Ekhsan Rifai, *Pentingnya Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga..*, h.25-27.

terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab. Indikator kepercayaan diri menurut Lauster yaitu mampu melakukan sesuatu, sikap positif pada diri sendiri, tidak memihak atau netral, menanggung konsekuensi, dan berpikir logika sesuai kenyataan.³⁰

Kepercayaan diri (*Self Confidence*) Pada Penyandang Tunadaksa

Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan kondisi mental atau kondisi psikologis seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa menjadi suatu hal yang harus dimiliki dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Keterbatasan fisik pada penyandang tunadaksa mempengaruhi kepercayaan diri pada dirinya. Keterbatasan pada fungsi organ tubuh yang tidak sempurna ini menjadi penghambat bagi penyandang tunadaksa dalam menjalani kegiatan sehari-hari. Keterbatasan ini dapat menimbulkan keadaan rawan psikologis, ditandai dengan sikap emosional yang labil dari orang non disabilitas termasuk kepercayaan diri.³¹

³⁰ Aprilia Afifah dkk, "Studi Komparasi Tingkat Kepercayaan Diri (Self Confidence) Siswa Antara Kelas Homogen Dengan Kelas Heterogen Di sekolah Menengah Atas", *Jurnal Happiness*, Vol. 3, No. 1, (Juni 2019), h.46.

³¹ Rosi Maria Ulfa, "Pola Pembinaan Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas Daksa", *Jurnal Bina'al-Ummah*, Vol. 15, No. 1. (2020), h.43.

Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Dari beberapa pendapat para ahli ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri diantaranya adalah :

- a. Percaya akan kemampuan diri sendiri, sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat dari orang lain.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh oranglain.
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain.
- d. Punya kendali diri yang baik (emosi stabil)
- e. Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung pada bantuan orang lain).
- f. Memiliki cara pandang positif terhadap orang lain, diri sendiri, dan situasi di luar dirinya.
- g. Memiliki harapan-harapan yang realistik, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud mampu untuk melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- h. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.
- i. Memiliki latar belakang yang baik

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tentang ciri-ciri kepercayaan diri dapat disimpulkan bahwasanya seseorang yang

memiliki kepercayaan diri diharapkan akan percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif atau optimis terhadap diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat.³²

3. Tunadaksa

Tunadaksa berarti suatu keadaan rusak atau terganggu pada seseorang sebagai akibat gangguan bentuk atau hambatan pada tulang, otot, dan sendi dalam fungsinya yang normal. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penyakit, kecelakaan, atau dapat juga disebabkan oleh pembawaan sejak lahir. Tunadaksa sering juga diartikan sebagai suatu kondisi yang menghambat kegiatan individu sebagai akibat kerusakan atau gangguan pada tulang dan otot, sehingga mengurangi kapasitas normal individu untuk mengikuti pendidikan dan untuk berdiri sendiri.³³

Tunadaksa sering disebut cacat fisik atau kelainan fisik. Anak tunadaksa dapat didefinisikan sebagai penyandang bentuk kelainan atau kecacatan pada sistem otot, tulang dan persendian yang dapat mengakibatkan gangguan koordinasi, komunikasi, adaptasi, mobilisasi, dan gangguan perkembangan keutuhan pribadi.³⁴

³² Muh. Ekhsan Rifai, *Pentingnya Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga...*, h.27-28.

³³ T. Sutjihai Somantri, *Psikologi Anak Luar Biasa*, (Bandung: PT Redika Aditama, 2012), h.121.

³⁴ Daroni, dkk, "Impact Of Parent's Divorce On Children's Education For Disability Kids", *Indonesia Jurnal Of Disability Studies*: Vol. 5, No. 1, (Mei 2018), h.3.

Tunadaksa sering disebut dengan istilah anak cacat tubuh atau cacat fisik. Dalam beberapa buku sering disebutkan dengan istilah *physical and health impairment*, yaitu kerusakan tubuh dan kesehatan. Anak-anak semacam ini masih dapat belajar dengan menggunakan semua indranya tetapi akan menemui kesulitan apabila mereka harus belajar dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang memerlukan keterampilan fisik seperti memegang pensil untuk menulis, bermain, berolah raga, melakukan mobilitas, dan sebagainya.³⁵

Klasifikasi Tunadaksa

Klasifikasi penyandang tunadaksa dilihat dari penyebab kelainan dapat dibedakan yaitu diantaranya :

a. Cacat bawaan (*congenital abnormalities*)

Cacat bawaan ini terjadi pada saat anak dalam kandungan (pre-natal) atau kecacatan terjadi pada saat anak dilahirkan

b. Infeksi

Infeksi dapat menyebabkan kelainan pada anggota gerak atau pada bagian tubuh lainnya. Kelainan ini bersifat sekunder karena merupakan akibat dari adanya infeksi, misalnya poliomyelitis, osteomyelitis.

c. Gangguan metabolisme

Gangguan metabolisme dapat terjadi pada bayi dan anak-anak disebabkan faktor gizi (nutrisi). Sehingga

³⁵ Irdamurni, *Memahami Anak Berkebutuhan Khusus*, (Jawa Barat: Goresan Pena, 2018), h.58.

memengaruhi perkembangan tubuh dan mengakibatkan kelainan pada sistem ortopedis dan fungsi intelektual.

d. Kecelakaan

Istilah lain disebut dengan trauma dapat mengakibatkan kelainan ortopedis berupa kelainan koordinasi, mobilisasi atau kelainan yang lain tergantung akibat dari kecelakaan tersebut.

e. Penyakit progresif

Anak gangguan fisik dan motorik dapat terjadi karena penyakit yang progresif yang diperoleh melalui genetic (keturunan) atau karena penyakit.

f. Gangguan fisik dan motorik yang tidak diketahui penyebabnya

Kelainan fisik dan motorik jenis terakhir ini sulit untuk di deteksi faktor-faktor yang menyebabkan mereka menjadi cacat fisik, karena sangat sulitnya mendeteksi faktor penyebab kelainannya maka mereka dikelompokkan ke dalam jenis yang tidak diketahui sebab-sebabnya (*miscellaneous cause*).³⁶

Tingkat gangguan pada anak tunadaksa dapat di bagi beberapa tingkatan, tingkat gangguan pada anak tunadaksa adalah ringan yaitu memiliki keterbatasan dalam melakukan aktifitas fisik tetap masih dapat ditingkatkan melalui terapi, sedang yaitu memiliki keterbatasan motorik dan mengalami

³⁶ Irdamurni, *Memahami Anak Berkebutuhan Khusus...*, h.59-60.

gangguan koordinasi sensorik, berat yaitu memiliki keterbatasan total dalam gerakan fisik dan tidak mampu mengontrol gerakan fisik.³⁷

G. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian yang peneliti lakukan yaitu menggunakan jenis penelitian kualitatif karena fokus utama dari penelitian ini adalah kepercayaan diri pada anak tuna daksa. Metode kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, di mana peneliti sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive* dan *snowball*, teknik pengumpulan dengan triangulasi, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.³⁸

Setiap penelitian baik penelitian kuantitatif maupun kualitatif selalu berangkat dari masalah. Namun terdapat perbedaan yang mendasar antara “Masalah” penelitian kuantitatif dan “masalah” dalam penelitian kualitatif. Kalau dalam penelitian kuantitatif, “masalah” yang akan dipecahkan harus jelas, spesifik, dianggap tidak berubah, tetapi dalam penelitian kualitatif “masalah” yang dibawa oleh peneliti masih remang-remang, bahkan gelap, kompleks, dan dinamis. Oleh karena itu,

³⁷ Dedy Kustawan, *Bimbingan dan Konseling Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Jakarta Timur: PT Luxima Metro Media, 2013), h.27.

³⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), h.15.

“masalah” dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara, tentative, dan akan berkembang atau berganti setelah peneliti berada di lapangan.³⁹

2. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini bertempat di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten. Waktu penelitian ini dilaksanakan mulai dari bulan April 2021 sampai dengan bulan Desember 2021, dengan jumlah 4 responden.

3. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti yaitu :

Observasi

Observasi merupakan dasar semua ilmu pengetahuan. Para ilmuan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yakni fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Data dikumpulkan dan sering dengan bantuan berbagai alat yang canggih, sehingga benda-benda yang sangat kecil (proton dan elektron) maupun yang sangat jauh (benda ruang angkasa) dapat diobservasi dengan jelas.⁴⁰

Secara luas, observasi atau pengamatan berarti setiap kegiatan untuk melakukan pengukuran. Akan tetapi observasi atau pengamatan disini ditekankan lebih sempit, yaitu pengamatan dengan menggunakan indera penglihatan yang berarti tidak

³⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.283.

⁴⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.310.

mengajukan pertanyaan-pertanyaan.⁴¹ Observasi ini dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa. Pengamatan yang peneliti lakukan dalam penelitian ini yaitu mengamati hal-hal yang berkaitan dengan kondisi responden. Dalam proses pengumpulan data ini peneliti melakukan pengamatan secara langsung pada penyandang tunadaksa yang kurang memiliki rasa percaya diri di Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten.

Wawancara

Wawancara atau *interview* merupakan salah satu metode untuk mendapatkan data tentang anak atau individu lain dengan mengadakan hubungan secara langsung dengan informan (*face to face relation*).⁴² Wawancara yaitu pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung oleh pewawancara (pengumpul data) kepada responden, dan jawaban-jawaban responden dicatat atau direkam dengan alat perekam (*tape recorder*).⁴³

Wawancara yang digunakan oleh peneliti yaitu wawancara tidak terstruktur dimana peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat terbuka, sehingga jawaban narasumber bersifat meluas. Untuk mendapatkan data seputar

⁴¹ Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), h.69.

⁴² Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling Studi & Karir*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2004), h.76.

⁴³ Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), h.67.

responden dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara tidak terstruktur. Dalam penelitian ini yang peneliti wawancarai adalah orangtua responden, dan 4 responden penyandang tunadaksa yang kurang percaya diri.

Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data dari dokumen pribadi yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental seseorang.⁴⁴ Studi dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang tidak langsung ditujukan kepada subjek penelitian.⁴⁵ Peneliti mengumpulkan data-data selama proses penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada penyandang tunadaksa.

4. Metode analisis data

Metode analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁴⁶ Setelah data diperoleh selanjutnya data diproses untuk di analisis agar dapat di tarik kesimpulan dan dapat di verifikasi. Menurut Milles and Ruben aktivitas dalam

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.329.

⁴⁵ Irawan Soehartono, *Merode Penelitian Sosial*, h.70.

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.335.

analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*.

Langkah pertama yang perlu di perhatikan oleh peneliti yaitu dalam melakukan *data reduction* (Reduksi data) berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Jadi di dalam data reduction ini peneliti memilih hal-hal yang penting atau yang pokoknya saja.⁴⁷ Langkah kedua yaitu peneliti melakukan data display (penyajian data), dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah difahami tersebut.⁴⁸ Langkah yang terakhir yang dilakukan oleh peneliti dalam menganalisis data yaitu *conclusion drawing (verification)*.

Menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan yang di kemukakan pada tahap berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang di kemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.⁴⁹

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.337-338.

⁴⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.341.

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h.345.

H. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan penelitian ini, peneliti menuliskan beberapa sistem penulisan diantaranya yaitu :

Bab I Pendahuluan, meliputi: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian Pustaka, kerangka teori, metode penelitian, sistematika penulisan.

Bab II gambaran umum kecamatan Pulosari, yang meliputi: sejarah singkat Kecamatan Pulosari, visi dan misi, struktur organisasi kecamatan Pulosari, mata pencaharian, sarana dan prasarana kecamatan Pulosari.

Bab III gambaran kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa di kecamatan Pulosari, pada bab ini membahas: seputar profil responden, dan kondisi kepercayaan diri pada penyandang tunadaksa.

Bab IV Proses penerapan Teknik (REBT) dalam meningkatkan *self Concidence* pada penyandang tunadaksa di Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten. Pada bab ini meliputi: penerapan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan hasil Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan *self Confidence* pada penyandang tunadaksa di Kecamatan Pulosari, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten.

Bab V Penutup, yaitu meliputi: Pada bagian bab ini berisi kesimpulan dan saran yang berkaitan dengan penelitian yang telah peneliti lakukan.