

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja secara umum dipahami sebagai fase transisi perkembangan yang menandai pergeseran dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada tahap ini, individu menunjukkan kematangan fisik yang menyerupai orang dewasa, namun belum sepenuhnya mampu menampilkan perilaku dan fungsi psikologis yang matang.¹ Remaja bisa dikatakan sebagai masa perubahan dari anak-anak menuju dewasa. Jika dilihat dari penampilannya, mereka terlihat seperti orang dewasa, namun ketika kita berinteraksi dan memposisikan diri mereka sebagai orang dewasa, mereka belum mampu bersikap dewasa.

Sebagaimana dikutip dalam berbagai literatur, menurut pernyataan Santrock yang dikutip dalam Deni dan Ifdil, menegaskan bahwa masa remaja melibatkan perubahan biologis, kognitif, serta sosial emosional yang signifikan, sehingga fase ini menjadi periode kritis dalam pembentukan identitas, karakter, dan kemampuan adaptasi sosial.² Sejalan dengan perspektif perkembangan tersebut, Mead yang dikutip dalam Nurhidayati menyatakan bahwa, pembentukan kepribadian berkembang dari hasil interaksi individu dengan lingkungan sosialnya sepanjang rentang kehidupan.³ Dalam hal ini, masa remaja dipandang sebagai fase kritis dalam pembentukan identitas dan karakter individu. Pada tahap perkembangan ini, remaja diharapkan mampu membangun kepribadian yang matang secara psikologis, spiritual, serta perilaku sosial, sehingga dapat berfungsi secara adaptif dalam kehidupan bermasyarakat. Menurut pernyataan Kanopka yang dikutip dalam Sukatin, ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu remaja awal (usia 12-14 tahun) pertengahan (usia 15-18 tahun) dan remaja akhir (usia 19-22 tahun).⁴ Remaja awal merupakan salah satu masa transisi atau perubahan dari anak-anak menuju remaja. Remaja awal merupakan fase di mana individu mulai membentuk konsep diri, meningkatkan kapasitas nalar, serta memperluas hubungan sosial dengan teman sebaya.

¹ Ermis Suryana, dkk., "Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan," *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, Vol. 8, No. 3 (Agustus 2022): 1917-1928, <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.3494/http://ejournal.mandalan>.

² Amandha Unzilla Deni dan Ifdil, "Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri," *Jurnal EDUCATIO Jurnal Pendidikan Indonesia.*, Vol. 2, No. 2, (Oktober 2016): 34-52, [http://jurnal.iicet.org/Volume 2 Nomor 2, 2016/2477-0302](http://jurnal.iicet.org/Volume%20Nomor%20,2016/2477-0302).

³ Titin Nurhidayati, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, ed. by Zulya Rachman Bahar, 1st edn (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2023), 148. <https://ipusnas2.perpusnas.go.id/>. Pada 21 Jan. 2025. pukul 09.40 WIB.

⁴ M. Shoffa Saifillah Al-Faruq dan Sukatin, *Psikologi Perkembangan*, ed. by Dwi Novidiantoko, 1st edn (Sleman: CV Budi Utama, 2021), 169. <https://ipusnas2.perpusnas.go.id/>. Pada 21 Jan. 2025. pukul 11.23 WIB.

Besarnya jumlah remaja di Indonesia, termasuk Kabupaten Tangerang yang pada tahun 2024 memiliki populasi remaja mencapai 24% dari total penduduk.⁵ Menunjukkan pentingnya memberikan perhatian terhadap kesehatan fisik dan mental kelompok usia ini. Kontribusi remaja sebagai aset pembangunan bangsa akan optimal apabila didukung oleh perkembangan psikologis yang sehat, termasuk kepercayaan diri yang memadai.

Namun demikian, berbagai studi menunjukkan bahwa masa remaja juga ditandai oleh instabilitas emosional. Menurut pernyataan Hall yang dikutip dalam Rais, menggambarkan remaja sebagai fase *storm and stress* akibat konflik nilai dan ketidakmampuan mengintegrasikan fungsi-fungsi psikologis secara optimal.⁶ Pada tahap remaja, individu umumnya belum sepenuhnya mampu mengelola dan mengintegrasikan fungsi-fungsi diri secara optimal, baik dalam dimensi fisik maupun psikologis. Maka dari itu remaja awal memiliki peran krusial dalam proses perkembangan individu, khususnya dalam pembentukan aspek psikologis seperti kepercayaan diri. Salah satu temuan yang mendukung pentingnya aspek ini ditunjukkan oleh penelitian Freda yang dikutip dalam Nurlis, mengindikasikan bahwa kurangnya rasa percaya diri merupakan salah satu permasalahan kepribadian yang paling sering dialami oleh remaja, dengan prevalensi mencapai 26,88%.⁷ Data ini menegaskan pentingnya intervensi psikososial yang efektif dalam mendukung pembentukan dan meningkatkan kepercayaan diri pada fase perkembangan remaja awal. Sedangkan menurut Koentjaraningrat yang dikutip dalam Yulya, salah satu kelemahan utama generasi muda di Indonesia adalah rendahnya tingkat kepercayaan diri.⁸ Dari data ini, semakin memperkuat bahwa kurangnya rasa percaya diri merupakan isu penting yang membutuhkan perhatian khusus, hal ini dikarenakan dapat mempengaruhi perkembangan pribadi, sosial, dan masa depan remaja di Indonesia.

Masa remaja awal, yang umumnya mencakup rentang usia 12-15 tahun, merupakan tahap perkembangan psikososial yang sangat penting. Pada fase ini, individu mulai membentuk konsep diri yang lebih stabil, mengembangkan

⁵ BPS Kabupaten Tangerang, *Badan Pusat Statistik Kabupaten Tangerang Angka 2025*, ed. by Msy Nourma Yunta Sari, edn (BPS Kabupaten Tangerang, 2025), XLIV, 61. <https://tangerangkab.bps.go.id/id/publication/2025/02/28/3459b55beb9ce2297170ec0c/tangerang-regency-in-figures-2025.html>, diunduh pada 3 Maret 2025.

⁶ Muhammad Riswan Rais, "Kepercayaan Diri (Self Confidence) dan Perkembangannya Pada Remaja," *Al-Irsyad*, Vol. 20. N. 40. (Januari-Juni 2022): <https://doi.org/40-47.10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>.

⁷ Nurlis, "Pengaruh Latihan Membangun Kepercayaan Diri Terhadap Rasa Percaya Diri Remaja di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor," (Tesis Program Pascasarjana Fakultas Keperawatan, khusus keperawatan jiwa Universitas Indonesia, Jakarta, 2008), 3.

⁸ Tri Wahyuni Yulya, dkk., "Pengaruh Pola Asuh Otoriter Terhadap Self Esteem Pada Masa Transisi Anak ke Remaja," *Educate : Journal Of Education and Learning*, Vol. 1. No. 1 (Juni 2023): 26, <http://jurnal.dokicti.org/index.php/educate/index>.

kemandirian, serta membangun kepercayaan terhadap kemampuan pribadi dalam menghadapi tuntutan sosial dan akademik. Menurut Walgito yang dikutip dalam Setiyawan, kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja.⁹ Sejalan dengan pendapat Spencer yang dikutip dalam Rais, kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*).¹⁰ Menurut pernyataan Lauster yang dikutip dalam Ifdil dan Deni, individu yang memiliki kepercayaan diri setidaknya memiliki lima aspek, di antaranya: memiliki keyakinan kemampuan diri, objektif, optimis, rasional dan realistis, serta bertanggung jawab.¹¹ Sejalan dengan hal tersebut, menurut Bandura yang dikutip dalam Hanifa menekankan bahwa kepercayaan diri diartikan sebagai dasar keyakinan individu untuk bertindak efektif dalam menghadapi berbagai situasi.¹² Dengan demikian, kepercayaan diri memainkan peran penting dalam proses aktualisasi diri dan pencapaian perkembangan optimal pada remaja.

Namun permasalahannya banyak remaja awal yang memiliki rasa percaya diri rendah namun pandai secara akademik. Hal tersebut dikarenakan rasa kepercayaan diri bukan sesuatu yang dapat berkembang dalam diri individu dengan sendirinya. Sejalan dengan pernyataan Afiatin yang dikutip dalam Lutfia, kepercayaan diri berkembang melalui interaksi individu dengan lingkungannya.¹³ Tentu lingkungan sosial dan psikologis yang baik, akan menumbuhkan dan meningkatkan rasa kepercayaan diri individu. Lingkungan yang inklusif, penuh dengan dorongan positif dan didukung oleh interaksi yang membangun akan memberikan fondasi yang kokoh bagi perkembangan kepercayaan diri seorang remaja.

Menurut Lauster yang dikutip dalam Puspitasari, terdapat dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu faktor internal di antaranya: Konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup, sedangkan pada faktor eksternal meliputi pendidikan, lingkungan dan pengalaman hidup.¹⁴ Dapat dipahami

⁹ Roni Bagus Setiyawan, dkk., "Korelasi Antara Kepercayaan Diri dengan Aktualisasi Diri Siswa SMK YATPI Godong," *Jurnal Yudistira*, 1.4 (Oktober 2023): 35, <https://doi.org/10.61132/yudistira.v1i4.132>.

¹⁰ Muhammad Riswan Rais, "Kepercayaan Diri dan Perkembangan," 4.

¹¹ Amandha Unzilla Deni, "Konsep Kepercayaan Diri Remaja," 50.

¹² Laila Hanifa, dkk., "Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Reinforcement Untuk Kepercayaan Diri Rendah Siswa Kelas Viii Mts Darussalam," *mFOKUS*, Vol. 6, No. 1 (Januari 2023): 12, <https://doi.org/10.22460/focus.v1i1.9089>.

¹³ Saida Lutfia, "Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Interpersonal Dengan Kepercayaan Diri Siswa Smp Negeri 2 Jatiyoso Kabupaten Karanganyar Tahun 2012," *Tesis* (Program Studi Magister Sains Psikologi Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2013): 2, diakses pada: <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/26320>.

¹⁴ Ratna Puspitasari, dkk., "Studi Kasus Rasa Kurang Percaya Diri Siswa Kelas Tinggi SDN 3 Tanjungtani pada Saat Menyampaikan Argumennya di Kelas dan Upaya Menumbuhkan

bahwa, rasa percaya diri yang dimiliki individu tidak terjadi secara instan. Ada proses yang membentuk rasa percaya diri itu muncul atau meningkat dan banyak faktor yang mempengaruhinya, faktor internal meliputi konsep diri, penilaian diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup, yang semuanya memainkan peran dalam bagaimana individu memandang dirinya dan menentukan tingkat kepercayaan diri. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pendidikan, pekerjaan, serta lingkungan sosial, yang juga berperan dalam membentuk kepercayaan diri melalui pengalaman interaksi dan prestasi individu. Interaksi antara faktor internal dan eksternal ini bersama-sama menentukan seberapa besar individu mampu percaya pada kemampuannya untuk mencapai tujuan.

Hasil observasi awal peneliti di Desa Muncung, Kecamatan Kronjo, Kabupaten Tangerang menunjukkan bahwa, terdapat indikasi rendahnya tingkat kepercayaan diri pada remaja awal. Fenomena yang ditemukan meliputi rasa takut saat berbicara, rasa malu, keraguan dalam mengambil keputusan, ketergantungan tinggi pada pendapat orang lain, serta kecenderungan membutuhkan validasi eksternal. Selain itu, beberapa remaja menunjukkan kurangnya kemandirian dalam menyelesaikan tugas sederhana dan mengalami kecemasan ketika diminta menyampaikan pendapat di depan umum. Hingga saat ini, belum terdapat data empiris mengenai tingkat kepercayaan diri remaja awal di wilayah tersebut, dan belum diketahui apakah telah ada program intervensi berbasis komunitas yang berfokus pada pengembangan kompetensi psikososial remaja.

Dalam konteks sekolah, temuan wawancara menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling di Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Wal Ittihad Muncung cenderung bersifat reaktif, hanya diberikan ketika siswa menghadapi masalah tertentu. Kegiatan ekstrakurikuler sebagai wahana pengembangan diri juga dinilai belum efektif dalam meningkatkan keterampilan seluruh peserta didik karena keterbatasan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program. Dengan demikian, remaja awal di Desa Muncung belum memperoleh dukungan optimal dalam perkembangan psikologisnya, termasuk dalam pembentukan kepercayaan diri. Di Desa Muncung ini hanya terdapat satu sekolah untuk tingkat remaja awal, yaitu: Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Wal Ittihad Muncung atau bisa disingkat menjadi MTs NHWI Muncung.

Berdasarkan konteks tersebut, diperlukan intervensi psikososial yang efektif dan terukur. Konseling individual dengan teknik penguatan positif merupakan pendekatan yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku prososial dan kepercayaan diri remaja. Penelitian sebelumnya seperti yang

dilakukan oleh Suari, menunjukkan bahwa, teknik penguatan positif dapat menghasilkan perubahan perilaku nyata dan peningkatan kepercayaan diri pada siswa.¹⁵ Melalui penguatan perilaku adaptif, remaja terdorong untuk membangun rasa kompeten dan meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri mereka.

Dengan mempertimbangkan keterbatasan data dan tidak adanya program intervensi yang terstruktur untuk remaja awal Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang, serta belum terlaksananya program bimbingan konseling secara optimal di sekolah para remaja awal, maka penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif terkait tingkat kepercayaan diri remaja awal di Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang, sekaligus menguji efektivitas konseling individual dengan teknik penguatan positif sebagai strategi intervensi untuk meningkatkan kepercayaan diri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada upaya pengembangan sistem dukungan psikologis berbasis sekolah dan komunitas, serta memperkuat ketahanan psikologis remaja dalam menghadapi tuntutan perkembangan di masa depan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi adanya permasalahan yang muncul pada remaja awal di Desa Muncung, Kec. Kronjo, Kab. Tangerang diantaranya:

1. Upaya optimalisasi terhadap kesadaran kesehatan fisik dan mental.
2. Terdapat fenomena remaja awal yang mengalami kepercayaan diri rendah.
3. Belum diketahui tingkat kepercayaan diri remaja awal di Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang.
4. Belum diketahui terkait penelitian atau aktivitas yang dilakukan masyarakat sekitar, yang dapat meningkatkan keterampilan dan kepercayaan diri remaja awal di masa perkembangannya.
5. Remaja awal Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang belum pernah mengikuti pelatihan atau program khusus dari pemerintah desa.
6. Program keterampilan remaja awal di sekolah belum bisa efektif dalam meningkatkan keterampilan semua peserta didik.
7. Program atau layanan bimbingan konseling yang dilakukan pihak sekolah hanya dilakukan ketika terjadi insidental atau keperluan tertentu saja.

¹⁵ Ni Putu Chintya Prandnya Suari, dkk., "Implementasi Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Positif untuk Meningkatkan Perilaku Percaya Diri Siswa Smk Ti Bali Global Denpasar Tahun Pelajaran 2023/2024," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 3, No. 1 (Maret 2024): 71, <https://doi.org/2460 - 8629>.

C. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti, yaitu terkait layanan konseling individu menggunakan teknik penguatan positif pada remaja awal di Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang. Maka dengan hal tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan tingkat rasa percaya diri remaja awal yang diberikan layanan konseling (*treatment*), dan tidak diberikan layanan konseling individual menggunakan teknik penguatan positif di Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang”.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, maka tujuan dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat rasa percaya diri remaja awal yang diberikan layanan konseling (*treatment*), dan tidak diberikan layanan konseling individual menggunakan teknik penguatan positif di Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan ilmiah untuk memperluas dan mengembangkan ilmu tentang layanan konseling individual, teknik penguatan positif, remaja awal dan rasa percaya diri rendah.

2. Manfaat praktis

a. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber informasi atau referensi untuk melakukan penelitian mendatang terkait layanan konseling individual menggunakan teknik penguatan positif pada remaja awal yang mengalami rasa percaya diri rendah.

b. Bagi peneliti

Bagi peneliti bermanfaat sebagai penguatan dan pemberi wawasan yang mendalam terkait rasa percaya diri, konseling individu, dan teknik penguatan positif dalam segi teori maupun praktik.

c. Bagi remaja awal di Desa Muncung

Peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat berdampak baik bagi remaja awal yang diberikan *treatment* atau layanan konseling individual, untuk mampu mengaktualisasi diri dengan lebih baik dari sebelumnya.

d. Bagi pihak pemerintah desa dan sekolah

Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini dapat menjadi pemicu terkait pola program, atau perhatian khusus dalam pengembangan sumber daya manusia atau keterampilan masyarakat di Desa Muncung Kecamatan Kronjo Kabupaten Tangerang, khususnya bagi para remaja yang berada pada masa perkembangan mencari jati diri yang bermanifestasi terhadap kepribadiannya, sehingga ke depan mereka lebih mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan lebih baik dan produktif, serta dimungkinkan dapat menekan angka kenakalan remaja disekelilingnya.

Adapun dengan pihak sekolah, dengan adanya penelitian ini semoga dapat menjadi contoh dan pemicu untuk kedepan dapat lebih memperhatikan, atau peka terhadap perilaku dan kebiasaan siswa/i, baik ketika di sekolah maupun diluar sekolah dengan lebih baik. Hal ini dimaksudkan untuk dapat mengidentifikasi, membantu dan mendukung penyelesaian tugas-tugas pribadi dimasa perkembangan remaja yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa/i.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian terdahulu yang relevan merupakan penelitian yang telah dilakukan dan relevan dengan tema penelitian yang sedang dilakukan, penelitian terdahulu berfungsi sebagai sumber inspirasi yang nantinya membantu pelaksanaan penelitian.¹⁶ Penyelidikan penelitian terdahulu dilakukan peneliti untuk dapat memeriksa kekurangan dan kelebihan yang dapat dikembangkan menjadi dasar, atau data tambahan dalam penelitian. Sebelumnya sudah banyak penelitian yang membahas tentang konseling individual, teknik penguatan positif dan rasa percaya diri. Maka dari itu, dalam upaya pengembangan penelitian ini dilakukan tinjauan terdahulu/pustaka sebagai bagian dari metodologi penelitian ini. Diantaranya mengidentifikasi ketimpangan, menghindari perbuatan ulang, menunjukkan persamaan dan perbedaan penelitian serta memberitahu peneliti yang spesifik dibidang yang sama. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang relevan menurut peneliti di antaranya:

1. Skripsi dari mahasiswi program studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan. bernama Ainun Ayu Lestari dengan judul “Pelaksanaan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif

¹⁶ Fak. Dakwah, *Buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten* (Serang: Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2025), 16-17.

Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Bagi Anak Slow Learner Di SLB Negeri Slawi".¹⁷ Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif dalam menumbuhkan kepercayaan diri anak slow learner. Rumusan masalah pada penelitian yang dilakukan adalah Bagaimana pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif dalam menumbuhkan kepercayaan diri bagi anak slow learner di SLB Negeri Slawi dan bagaimana kepercayaan diri anak slow learner setelah pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif di SLB Negeri Slawi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif yang diberikan pada anak slow learner dalam menumbuhkan kepercayaan diri meliputi ada beberapa tahapan yaitu tahap asesmen, menentukan tujuan, mengimplementasikan teknik, evaluasi dan pengakhiran. Kemudian setelah anak slow learner mengikuti pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif anak slow learner sudah mampu bersikap percaya diri dan lebih baik, dari pada sebelumnya. Sekarang anak *slow learner* lebih memahami dirinya, anak *slow learner* menjadi mau mengikuti disetiap pembelajaran. Mereka sudah berani mengutarakan pendapat, sudah mau bergaul dengan teman-temannya dan anak *slow learner* mulai menyesuaikan diri di lingkungan sekolahnya.

Persamaan skripsi ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas dan menggunakan layanan konseling individual serta pendekatan behavioral dengan teknik penguatan positif. Namun, perbedaan dari skripsi ini dengan yang akan peneliti lakukan adalah terkait pada subjek, metode dan pendekatan penelitiannya, pada skripsi ini penulis menggunakan subjek anak *slow learner* menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, sedangkan subjek, metode dan pendekatan yang akan peneliti gunakan adalah remaja awal, menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen *true experimental design* dengan bentuk *pretest-posttest control grup design*.

¹⁷ Ainun Ayu Lestari, "Pelaksanaan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Bagi Anak Slow Learner Di Slb Negeri Slawi," (Universitas Islamnegeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2022), 1-49.

2. Penelitian dari mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, bernama Ni Putu Chintya Pradnya Suari yang berjudul “Implementasi Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Perilaku Percaya Diri Siswa Smk Ti Bali Global Denpasar Tahun Pelajaran 2023/2024”.¹⁸ Penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku percaya diri siswa kelas XI RPL 3 SMK TI Bali Global Denpasar tahun pelajaran 2023/2024, melalui implementasi konseling behavioral dengan teknik penguatan positif. Setelah diteliti lebih lanjut penyebab utama dari perilaku kurang percaya diri siswa tersebut dikarenakan malu akan suara yang bisa terbilang cempreng untuk ukuran anak laki-laki, dari hasil sebelum diberikan tindakan didapatkan persentase percaya diri sebesar 50,6% terkategori rendah.

Adapun proses dan hasil dari penelitian ini adalah penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan pelaksanaan tiap siklus terdiri dari 4 pokok kegiatan yakni, perencanaan, pelaksanaan, observasi, evaluasi, dan refleksi. Setelah dilakukan siklus I persentase meningkat sebesar 56% termasuk terkategori cukup tinggi dibandingkan dengan hasil sebelum pelaksanaan layanan yaitu 50,6%, namun dikarenakan tingkah laku siswa masih belum menunjukkan perilaku yang signifikan maka kembali dilakukan tindakan pada siklus II dan memperoleh hasil 65,33% yang terkategori cukup tinggi, walaupun kategori yang didapatkan sama kategori di siklus I dan siklus II sama yaitu cukup tinggi namun jika dilihat dari rentangan presentase cukup menunjukan hasil yang signifikan, dan observasi langsung juga sudah memperlihatkan bahwa siswa tersebut menunjukan peningkatan perilaku percaya diri.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas dan menggunakan layanan konseling behavior dengan teknik penguatan positif serta percaya diri. Namun, perbedaan dari penelitian ini dengan yang akan peneliti lakukan adalah terkait pada subjek, metode dan pendekatan penelitiannya, subjek pada penelitian ini adalah siswa SMK metode penelitiannya menggunakan *mixed method* dengan pendekatan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK), sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah remaja awal, metode penelitiannya menggunakan metode kuantitatif dengan

¹⁸ Ni Putu Chintya Pradnya Suari, "Implementasi Konseling Behavioral," 67-74

pendekatan eksperimen *true experimental design* dengan bentuk *pretest-posttest control grup design*.

3. Penelitian dari mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta bernama Oktaviani Linggar Sari dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik *Positive Reinforcement* untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa”.¹⁹

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 6 siswa dari kelas X DKV SMK Negeri 2 Sewon yang teridentifikasi memiliki rasa percaya diri yang rendah, serta teknik pengumpulan data menggunakan angket.

Hasil dari penelitian ini disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok teknik *positive reinforcement* dapat meningkatkan rasa percaya diri. Hal ini dibuktikan penulis dari hasil uji-t diperoleh bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor pretest dengan skor posttest tentang percaya diri. ditunjukkan bahwa t hitung = -18,602 sig 0,000 < 0,0. Dengan demikian dapat disimpulkan adanya peningkatan percaya diri siswa sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik *positive reinforcement*.

Persamaan variabel penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas dan menggunakan layanan konseling dengan teknik penguatan positif dan rasa percaya diri. Metode dan pendekatan penelitiannya pun sama-sama menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terkait subjek, jenis layanan dan desain penelitian. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti adalah siswa SMA kelas X, dengan jenis layanan konseling kelompok, menggunakan *one-group pretest-posttest design*, sedangkan subjek penelitian yang akan peneliti lakukan adalah remaja awal, dengan jenis layanan konseling individu dan menggunakan desain eksperimen *true experimental design* dengan bentuk *pretest-posttest control grup design*.

4. Skripsi dari mahasiswa Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Institut Islam Negeri Pekalongan bernama Fifi Afrian Syah dengan judul “Bimbingan Anak Autis dengan Teknik Penguatan Positif Berbasis Islam untuk Membentuk Kepercayaan Diri dalam Film *Dancing In The Rain*”.²⁰ Dalam

¹⁹ Oktaviani Linggar Sari, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, Vol. 6, No.2 (Januari 2023): 109-115, <https://doi.org/10.30598/jbkt.v6i2.1592>.

²⁰ Fifi Afrian Syah, “Bimbingan Anak Autis Dengan Teknik Penguatan Positif Berbasis

penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode penelitian observasi *non participant* dan dokumentasi, analisis yang penulis gunakan menggunakan analisis isi dari film *Dancing In The Rain*.

Hasil dari penelitian ini disimpulkan bahwa dalam film *Dancing In The Rain* menjadi salah satu media dalam layanan bimbingan dan konseling khususnya untuk membantu membentuk kepercayaan diri anak autis. Persamaan variabel penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas dan menggunakan teknik penguatan positif serta rasa percaya diri. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terkait subjek, jenis layanan, metode dan desain penelitian. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti adalah anak autis, dengan jenis layanan bimbingan, sedangkan subjek penelitian yang akan peneliti lakukan adalah remaja awal, dengan jenis layanan konseling individu dan menggunakan desain eksperimen *true experimental design* dengan bentuk *pretest-posttest control grup design*.

5. Penelitian dari mahasiswa program studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (Uin) Raden Fatah Palembang, bernama Anggia Septiani yang berjudul “Konseling Individu dengan Teknik Penguatan Positif dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Anak pada Panti Asuhan Fathurrahman Al-Barokah Palembang”.²¹ Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian *field research*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data, dan verifikasi/pengambilan kesimpulan.

Hasil dalam penelitian ini adalah terlihat ada perubahan atau peningkatan kemandirian belajar anak panti berupa mampu belajar sendiri tanpa ketergantungan kepada orang lain, semangat belajar untuk menjadi anak berprestasi, pintar, dan ingin mewujudkan cita-cita, tekun belajar, tetap belajar meskipun tidak ada tugas, melakukan pemantauan diri dalam belajar dengan menilai kelemahan dan kelebihan ia dalam belajar, telah memiliki jadwal belajar dan mengaplikasikannya setiap hari.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas dan menggunakan layanan konseling

Islam Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Dalam Film *Dancing in the Rain*” (Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Pekalongan, 2021), diakses pada: <http://etheses.uingusdur.ac.id/id/eprint/10457>.

²¹ anggia Septiani, “Konseling Individu Dengan Teknik Penguatan Positif Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Anak Pada Panti Asuhan Fathurrahman Al-Barokah Palembang,” *Universitas Islam Negeri (Uin) Raden Fatah Palembang* (Universitas Islam Negeri (Uin) Raden Fatah Palembang, 2019), diakses pada: https://repository.radenfatah.ac.id/10734/1/SKRIPSI_FULL_ANGGIA.pdf.

individu dengan teknik penguatan positif dan subjek penelitian yang sama. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terkait pada metode pendekatan dan variabel penelitian, dalam metode penelitian ini penulis menggunakan *field research* dengan variabel kemandirian belajar, sedangkan metode dan variabel penelitian yang akan peneliti lakukan adalah menggunakan variabel kepercayaan diri dengan metode kuantitatif pendekatan eksperimen jenis *true experimental design* dengan bentuk *pretest-posttest control grup design*.

G. Definisi Operasional

1. Layanan konseling individual

Menurut Prayitno, layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.²² Layanan konseling dilaksanakan sebagai upaya penyelesaian masalah, melalui kerjasama yang dilakukan klien dan konselor. Layanan konseling individual yang dimaksud dalam penelitian ini memiliki beberapa tahapan, yaitu:

a. Tahap perencanaan

Tahap perencanaan mengacu pada identifikasi klien, melalui proses perjanjian untuk bersama-sama menentukan waktu dan tempat pelaksanaan layanan konseling individual serta konselor menyiapkan perangkat teknis penyelenggaraan layanan konseling individual.

b. Tahap pengorganisasian unsur-unsur kegiatan

Tahap ini konselor melengkapi format isian, instrumen yang akan digunakan, data yang akan dibahas, media informasi, bahan untuk kepastakaan dan tempat layanan dengan suasana yang nyaman dan menjamin asas kerahasiaan klien, yang menjadi keewajiban penuh seorang konselor.

c. Tahap pelaksanaan

Tahap ini terjadi sejak konselor menerima klien, melalui lima tahapan yaitu: pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan dan penilaian.

d. Tahap penilaian

Tahap ini terdapat tiga penilaian, pertama penilaian segera, penelanaan jangka pendek dan penilian jangka panjang. penilaian segera (*laisseg*) dilakukan oleh klien dan konselor dalam bentuk refleksi. Klien

²² Prayitno, *Konseling Profesional Layanan Dan Kegiatan Pendukung Yang Berhasil*, (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2021), cetakan kedua, 107.

diminta untuk mengemukakan apa pikirannya, perasaannya, sikapnya, apa hal yang akan dilakukan dan tanggung jawab atas pengentasan masalahnya. Sedangkan penilaian jangka pendek dan panjang dilakukan oleh konselor dengan perlu mencermati terkait perilaku/sifat perubahan diri klien dan hasilnya digunakan sebagai bahan pertimbangan utam tindak lanjut.

e. Tahap tindak lanjut dan laporan

melalui hasil penilaian segera, jangka pendek dan panjang konselor menetapkan dan arah tindak lanjut serta mengkomunikasikan kepada pihak-pihak terkait dengan klien.

2. Teknik penguatan positif

Menurut Corey yang dikutip dalam suastini menyatakan bahwa, penguatan positif merupakan pembentukan pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul, ini adalah cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku.²³ Penguatan positif diberikan kepada klien sebagai apresiasi setelah tingkah laku yang diinginkan muncul/dilakukan. Sejalan dengan hal tersebut menurut Romiaty, penguatan positif merupakan pemberian sesuatu yang disukai untuk meningkatkan kemungkinan pengulangan perilaku yang diinginkan.²⁴ Dengan kata lain, penguatan merupakan hadiah atau ganjaran untuk memperkuat perilaku, penguatan dilakukan terus menerus jika perilaku yang diharapkan itu muncul.

Penguatan positif bisa dilakukan secara primer maupun sekunder, pada penguatan primer memuaskan kebutuhan secara fisiologis (makanan, minuman maupun sejenisnya) sedangkan penguatan positif sekunder memuaskan kebutuhan secara psikologi dan sosial, hal ini memiliki nilai karena berhubungan dengan penguatan primer.²⁵ Adapun contoh penguatan positif secara sekunder yang dapat menjadi metode untuk membentuk tingkah laku yang diharapkan antara lain adalah pengakuan, persetujuan, pujian, senyuman, bintang, medali, dan bentuk penghargaan lain yang relevan.

²³ Ni Wayan Suastini, dkk., (ed.), "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa Kelas Vii Smp Negeri 3 Semarang Tahun Pelajaran 2020/2021", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Kajian Dan Aplikasi*, Vol. 11 No, 12, (Agustus 2021): 3, <https://doi.org/10.59672/jbk.v11i12.1261>.

²⁴ Romiaty, dkk., *Buku Ajar Teori Konseling REBT, Behavior Dan Realita*, ed. by Hizmillah Fahmi, (Sleman: Deepublish Digital, 2023). Cetakan pertama, 74. <https://ipusnas2.perpusnas.go.id/>. Pada 21 Des. 2024. pukul 08.13 WIB.

²⁵ Romiaty, dkk. *Buku ajar Teori konseling*, 75.

3. Rasa percaya diri

Menurut Lauster yang dikutip dalam Deni dan Ifdil menyatakan bahwa, kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan yang ada pada diri individu atas kemampuan yang dimiliki, sehingga individu tersebut tidak merasakan cemas yang berlebihan ketika bertindak.²⁶ Sikap percaya diri timbul pada diri individu atas kemampuan dirinya sendiri, yang memungkinkan mereka untuk bertindak tanpa mengalami kecemasan berlebihan dalam menghadapi situasi tertentu. Sejalan dengan Spencer yang dikutip dalam Rais, kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*).²⁷ Dalam aktivitas sehari-hari aktualisasi diri merupakan hal yang penting, maka dari itu perlu adanya rasa percaya diri yang baik untuk menjadi penopang atau fondasi diri individu.

Sejalan dengan hal tersebut, menurut Surya yang dikutip dalam Lutfia menyatakan bahwa, percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, dalam hal ini sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku.²⁸ Dalam aspek perkembangan kepribadian individu, rasa percaya diri mempengaruhi bagaimana individu menghadapi tantangan dan kesempatan dalam hidup. Menurut pernyataan Lauster yang dikutip dalam Nurhidayati menyatakan bahwa, kepercayaan diri memiliki beberapa aspek, diantaranya: keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistis.²⁹ Kepercayaan diri melibatkan beberapa aspek utama, termasuk keyakinan pada kemampuan diri, sikap optimis, kemampuan untuk menilai situasi secara objektif, tanggung jawab atas tindakan, serta pendekatan rasional dan realistis dalam menghadapi tantangan.

Kombinasi dari beberapa aspek ini memungkinkan individu untuk menjalani hidup dengan lebih percaya diri dan efisien. Menurut Peter Lauster yang dikutip dalam Puspitasari menyatakan bahwa, terdapat dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu faktor internal dan eksternal.³⁰ Faktor internal mencakup konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. Sedangkan faktor eksternal berperan pada sektor pendidikan, lingkungan dan pengalaman hidup.

²⁶ Amandha Unzilla Deni & Ifdil, "Konsep Kepercayaan Diri Remaja" 44.

²⁷ Muhammad Riswan Rais, "Kepercayaan Diri dan Perkembangan" 41.

²⁸ Saida Lutfia, "Hubungan Konsep Diri" 1.

²⁹ Nurhidayati, *Psikologi Perkembangan peserta*, 161-165.

³⁰ Ratna Puspitasari, dkk, "Studi Kasus Rasa" 331.

4. Remaja awal

Menurut pernyataan Monks yang dikutip dalam Usop, kategori batasan usia remaja awal adalah 12-15 tahun.³¹ Sejalan dengan hal tersebut, menurut Konopka yang dikutip dalam Shoffa, fase remaja awal berusia 12-15 tahun.³² Menurut Suryana, masa remaja awal berusia 11-14 tahun.³³ Sedangkan menurut pernyataan Hurlock yang dikutip dalam Fauzian, usia masa remja awal kurang lebih 13-15 tahun.³⁴ Dari beberapa pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa remaja awal merupakan mereka yang memiliki usia sekitar 12-15 tahun. Masa remaja awal merupakan masa yang tidak realistis, mereka memandang dirinya, orang lain, serta fenomena lainnya sebagai mana yang mereka inginkan, bukan sebagai apa adanya.³⁵ Remaja awal belum mampu melihat atau menilai kehidupan secara realitas, mereka memandang dunia sesuai dengan keinginannya, bukan pada kenyataan yang terjadi pada diri mereka.

Remaja pada tahap awal masih perlu bimbingan dari orang tua atau anggota keluarga, walaupun dimasa remaja awal sudah mulai berkembangnya daya nalar dan pola pikir, tetapi mereka belum bisa dikatakan matang dalam pemikiran dan memilih keputusan. Maka dari itu, penting bagi orang tua atau anggota keluarga untuk dapat membimbing mereka yang berada pada masa remaja awal, hal ini bertujuan agar mereka dapat mengoptimalkan masa perkembangan kepribadian dengan baik. Adapun alur dari kerangka teori di atas dapat dilihat pada gambar skema 1.1.

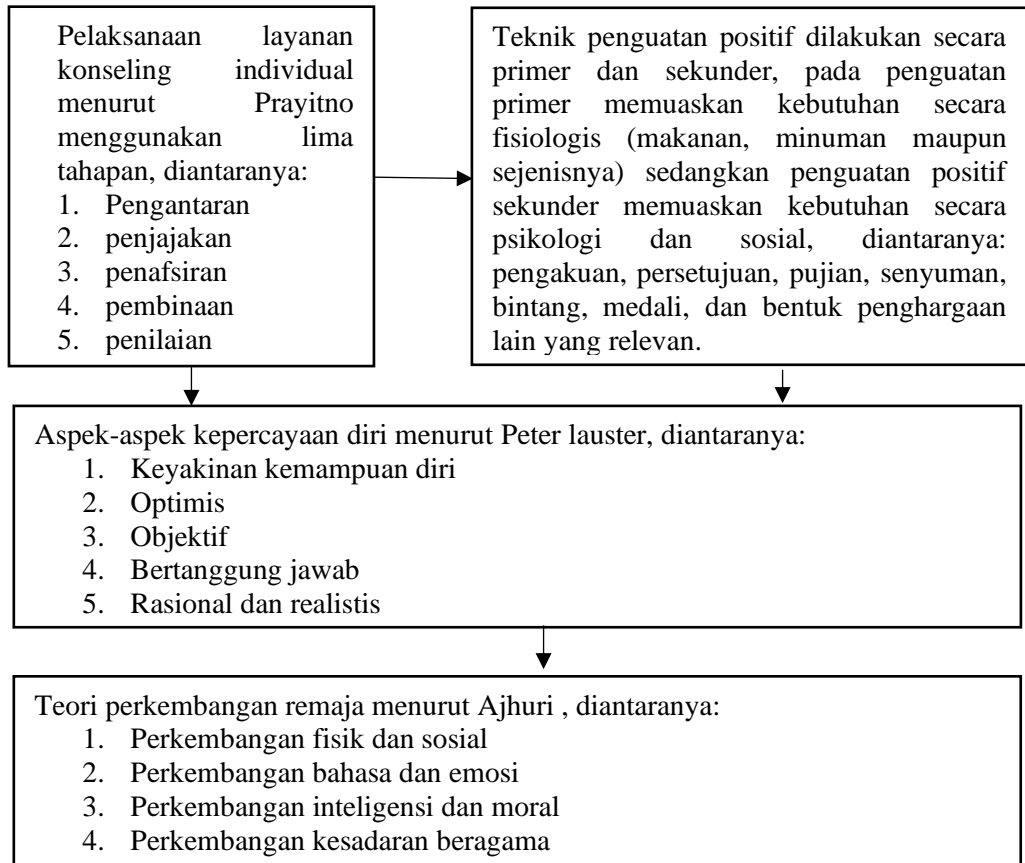
³¹ Dwi Sari Usop, "Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Remaja", *Anterior Jurnal*, Vol. 13, No. 1, (Desember 2013): 52, <https://doi.org/10.33084/anterior.v13i1.291>.

³² M.Shoffa Saifillah Al-Faruq & Sukatin, *Psikologi Perkembangan*, 169.

³³ Ermis Suryana, dkk., "Perkembangan Remaja Awal" 1919.

³⁴ Rinda Fauzian, *Pengantar Psikologi Perkembangan*, ed. by Dewi Esti Restiani, 1st edn (Sukabumi: CV Jejak, 2020), 165-166.

³⁵ Riryng Fatmawaty, "Memahami Psikologi Remaja", *Jurnal Reforma*, Vol. VI, No. 02 (tt): 58. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>.



Gambar 1. 1 Skema Kerangka Teoretis