

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah tindakan yang dijalankan secara sadar oleh keluarga, masyarakat, dan negara melalui kegiatan penyuluhan, pengajaran, atau pendidikan yang berlangsung sepanjang hidup. Pendidikan diberikan pada peserta didik baik di dalam maupun di luar sekolah dan membantu mereka memenuhi peran mereka di masa depan. Pendidikan adalah serangkaian pengalaman belajar terstruktur yang berlangsung seumur hidup seseorang. Ini termasuk pendidikan formal, nonformal, dan informal, yang terjadi baik di sekolah maupun di luar sekolah, dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan seseorang hingga mereka mampu berperan secara efisien di masa depan.

Kesimpulan dari pengertian pendidikan adalah upaya untuk mengembangkan potensi individu melalui pembelajaran yang terstruktur, baik dalam bentuk pendidikan sepanjang hidup seseorang, baik formal maupun nonformal, baik di sekolah maupun di luar sekolah, bertujuan untuk meningkatkan kemampuan seseorang sehingga mereka dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan diri mereka sendiri.<sup>1</sup> Menurut Undang-Undang (UU) Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional, “Jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan tinggi. Peserta didik dalam jenjang sekolah

---

<sup>1</sup> Teguh Triwiyanto, *Pengantar Pendidikan* (Jakarta : Bumi Aksara,2015), 22-24.

menengah merupakan kalangan remaja yang berada pada kisaran usia 14-18 tahun”.

Era remaja dikenal dengan era yang penuh perubahan dari anak-anak menjadi dewasa. Pada usia remaja tumbuh sikap, sifat, serta tindakan yang senantiasa ingin menarik perhatian serta usaha untuk mengikuti hal-hal terkini.<sup>2</sup> Dikenal sebagai "era remaja", era remaja awal, yang berlangsung antara usia 13 dan 17 tahun, dan era remaja akhir, yang berlangsung antara usia 17-18 tahun. Sebagian besar karakteristik yang membedakan era remaja termasuk interaksi dengan teman sebaya, pemahaman akan peran sosial mereka sebagai individu dalam masyarakat, kemampuan untuk mengendalikan emosi, dan kemampuan untuk merencanakan dan merencanakan karier di masa depan sesuai bakat setiap individu.<sup>3</sup>

Masa remaja ialah transisi dari anak-anak ke dewasa, dengan perubahan fisik yang berkaitan dengan seksualitas, perubahan kognitif, emosional, serta perubahan hormonal, yang menyebabkan rasa *insecure* atau cemas yang lebih tinggi daripada saat masih anak-anak. Rasa *insecure* atau rasa tidak aman ini dapat muncul pada remaja karena pada masa ini adalah periode transisi atau perpindahan dari masa anak-anak menuju dewasa. Berbagai tekanan, tanggung jawab baru, serta keragu-raguan

---

<sup>2</sup> Nasution, Havizah Septianur (2022) *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Self Talk Dalam Kasus Perilaku Insecure Pada Siswa Di SMP Negeri 4 Langsa*. Skripsi thesis, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

<sup>3</sup> Khoirul Bariyyah Hidayati, "Konsep diri, Adversity Quotien dan Penyesuaian Diri pada Remaja" *Journal University 17 Agustus 1945 Surabaya*, vol.5, No.02, Mei 2016, 137-138. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>.

memicu munculnya perasaan tidak aman tersebut. Salah satu hal yang mempengaruhi munculnya rasa *insecure* pada remaja terjadi karena adanya rasa tidak sejalandengan teman kelompoknya, adanya tuntutan dalam hal akademik untuk selalu berprestasi dan mampu berkompetisi dengan rekannya serta merasa bahwa orang tua kurang memahami tentang dirinya, dapat memicu munculnya perasaan tidak aman atau *insecure* tersebut.<sup>4</sup>

Dalam proses pencarian jati diri remaja mulai ingin diakui keberadaannya terutama dalam hal pergaulan, dalam pergaulan tidak jarang remaja memaksakan diri untuk mengikuti pola dalam kelompoknya baik pola hidup maupun gayanya sehingga remaja sering kali sulit untuk menjadi diri sendiri sehingga hal ini menjadi pemicu untuk munculnya rasa tidak aman, tidak nyaman atau *insecure* pada diri remaja. *Insecure* ini berkaitan dengan masalah psikis dimana seseorang merasa tidak nyaman dan menganggap lingkungan sekitarnya menjadi sesuatu yang berbahaya yang dapat menimbulkan perasaan cemas, merasa tidak diterima, yang membuat seseorang menjadi tidak bahagia.<sup>5</sup>

*Insecure* merupakan suatu Istilah yang sesuai untuk menyebut keadaan dimana seseorang merasa cemas atau takut terhadap lingkungannya karena tidak puas dengan dirinya sendiri adalah

---

<sup>4</sup> Yayasan Al-Ma'Soem Bandung, *Rasa Insecure Pada Remaja Masa Kini dan Cara Mengatasinya* (21 Oktober 2021). Diakses dari <https://almasoem.sch.id/rasa-insecure-pada-remaja-masa-kini-dan-cara-mengatasinya>. Pada tanggal 3 Mei 2023 pukul 20.37 WIB.

<sup>5</sup> Aulia Masturah, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Tehnik problem solving untuk Mengatasi Konflik antar Remaja yang Memiliki Insecure Attachment dengan Orangtua" (PhD Thesis, Universitas Negeri Jakarta, 2019).

"ketidakamanan diri" atau "perasaan tidak aman". Hal ini melibatkan perasaan malu, rasa bersalah, perasaan kurang, atau perasaan tidak mampu yang menyebabkan ketidaknyamanan. Menurut Greenberg, manusia pasti akan mengalami perasaan *Insecure*, perasaan ini merupakan hal yang baik untuk individu jika masih dalam batas wajar. Perasaan *Insecure* dapat membantu individu untuk perkembangan dirinya dengan memandang hal-hal yang dapat dicapai lebih dari apa yang bisa diayangkan sebelumnya, namun perasaan *Insecure* juga dapat mengganggu kehidupan sehari-hari jika individu tersebut terlalu berlarut dalam perasaan tersebut sehingga dapat menyebabkan hal buruk bagi kesehatan fisik maupun mental.<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil pra observasi di SMPN 1 Pamekasan ditemukan bahwa fenomena *insecure* di kalangan remaja SMPN 1 Pamekasan benar-benar ada dan terjadi. Dalam lingkungan pertemanan, lingkungan belajar, dan lingkungan sosial merupakan pemicu utama terjadinya perasaan *insecure* pada remaja masa kini. Hal-hal yang memicu munculnya perasaan *insecure* remaja di SMPN 1 Pamekasan pada lingkungan pertemanan itu biasanya pada aspek fisik yang diakibatkan karena guyonan atau bahan bercandaan yang membahas tentang fisik, anak-anak tidak jarang membuat guyonan tentang fisik temannya megolok-olok dengan nada candaan yang sebenarnya hal itu merupakan *body shaming* yang merupakan perilaku mengkritik atau mengomentari tubuh orang lain

---

<sup>6</sup> Greenberg, M. (2015). —The 3 Most Common Causes of Insecurity and How to Beat Them, dikutip dari [www.psychologicaltoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201512/the-3-mostcommon-causes-insecurity-and-how-to-beat-them%3famp](http://www.psychologicaltoday.com/us/blog/the-mindful-self-express/201512/the-3-mostcommon-causes-insecurity-and-how-to-beat-them%3famp) pada hari Rabu tanggal 3 Mei 2023 jam 23.27 WIB

dalam hal candaan maupun tidak. Hal itu dapat memicu munculnya rasa *insecure* pada remaja dan mengakibatkan turunnya kepercayaan diri karena tidak puas dengan kondisi fisiknya. Dalam lingkungan belajar biasanya remaja merasa kalah, merasa kurang dalam hal akademik dibandingkan dengan temannya. Sedangkan dalam lingkungan sosial, remaja sering merasa tidak percaya diri dengan status sosialnya dibanding dengan temannya, mereka merasa *Insecure* dengan temannya yang lebih kaya atau dengan temannya yang memiliki orangtua yang lebih baik dalam segi ekonomi dan membuat mereka merasa *Insecure* dengan keadaannya.<sup>7</sup>

Didalam sistem pendidikan dilaksanakan sebuah layanan yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling dimana didalamnya termasuk dalam usaha untuk membantu siswa menyelesaikan masalah dalam dirinya termasuk masalah *Insecurity* yang sering terjadi pada remaja. Dalam penelitian ini, teknik *Homework Assignment* dari metode *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) akan dipakai untuk memberikan konseling kelompok. Tujuan pendekatan ini adalah untuk memaksimalkan perkembangan diri siswa dengan mengubah pola pikir mereka menjadi lebih positif. Peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok untuk Mereduksi *Insecurity* Siswa Kelas VIII di SMPN 1 Pamekasan” berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan diatas.

---

<sup>7</sup> Observasi tahap pra lapangan di SMP Negeri 1 Pamekasan pada tanggal 15 Maret 2023.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana layanan konseling kelompok dapat efektif untuk mereduksi *Insecurity* siswa kelas VIII SMPN 1 Pamekasan?
2. Bagaimana tingkat perbedaan skor *Insecurity* siswa kelas VIII SMPN 1 Pamekasan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana layanan konseling kelompok efektif untuk mereduksi *Insecurity* siswa kelas VIII SMPN 1 Pamekasan?
2. Untuk mengetahui bagaimana perbedaan skor *Insecurity* siswa kelas VIII SMPN 1 Pamekasan sebelum dan setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok.

## **D. Asumsi Penelitian**

Asumsi merupakan keyakinan atau anggapan umum tentang sesuatu hal yang menjadi landasan dalam berpikir dan bertindak ketika melakukan penelitian atau mengambil keputusan.<sup>8</sup> Dalam melakukan penelitian, asumsi penelitian digunakan sebagai dasar untuk masalah yang akan diteliti. Adapun asumsi pada penelitian ini adalah :

1. *Insecurity* pada remaja menyebabkan kecemasan yang dapat mengakibatkan terganggunya proses pengembangan diri remaja.

---

<sup>8</sup> *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Pamekasan: STAIN Pamekasan Pers, 2015), 10.

2. *Insecure* pada remaja dapat disebabkan oleh faktor-faktor dari dalam maupun dariluar yang ada di lingkungannya, seperti keluarga, pertemanan, dan sekolah.
3. Layanan konseling kelompok digunakan untuk mereduksi *Insecurity* yang terjadi pada remaja

#### **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis penelitian adalah sebuah pernyataan yang diajukan untuk diuji kebenarannya dalam konteks penelitian. Hipotesis tersebut mencoba memberi jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang diajukan. Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu :

1. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ )

Layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik Homework Assignment dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk mereduksi *insecurity* siswa kelas VIII Di SMP Negeri 1 Pamekasan

2. Hipotesis nol ( $H_0$ )

Layanan konseling kelompok menggunakan teknik Homework Assignment dari pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* tidak efektif untuk mereduksi *insecurity* siswa kelas VIII Di SMP Negeri 1 Pamekasan

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut meliputi:

### 1. Kegunaan Teoritis

Secara teoritis, diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan wawasan yang signifikan bagi peneliti dan pembaca serta membantu mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya tentang konseling kelompok untuk mengurangi rasa *insecure* pada remaja.

### 2. Kegunaan Praktis

#### a. Institut Agama Islam Negeri Madura

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi koleksi literatur pustaka di IAIN Madura serta dapat menjadi penambah bahan rujukan dan referensi untuk mahasiswa baik untuk materi perkuliahan maupun penelitian.

#### b. Sekolah dan Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif bagi sekolah dan guru bk untuk mengurangi *nsecurity* siswa melalui konseling kelompok.

#### c. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan menambah wawasan bagi peneliti selanjutnya mengenai layanan konseling kelompok untuk mengurangi *Insecurity* pada remaja, sehingga dapat digunakan sebagai rujukan atau perbandingan pada penelitian-penelitian yang akan dilaksanakan selanjutnya.



## **G. Ruang Lingkup Penelitian**

Dalam konteks ini, peneliti membatasi cakupan penelitian untuk menjaga fokus serta tidak menyimpang dari tujuan awal dan pokok pembahasan yang telah ditetapkan. Tujuan dari penelitian ini yaitu membahas masalah yang ada di rumusan masalah. Ruang lingkup penelitian ini diantaranya adalah ;

### **1. Ruang Lingkup Variabel Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini terbatas pada dua variable penelitian yakni (1) variable bebas yaitu layanan bimbingan konseling, dan (2) satu variable terikat yaitu tingkat *insecurity* siswa.

### **2. Ruang Lingkup Subjek**

Didalam penelitian ini, subjeknya ialah siswa siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Pamekasan.

### **3. Ruang Lingkup Lokasi**

Lokasi yang dijadikan objek penelitian dalam penelitian ini :

Nama Instansi : SMPN 1 Pamekasan

Alamat: Jl. Raden Abdul Aziz No.125, Rw. 02, Jungcangcang,

Kec. Pamekasan, Kabupaten Pamekasan, Jawa Timur

## **H. Definisi Istilah**

Peneliti merumuskan definisi istilah yang terdapat dalam judul penelitian agar tidak ada kesalahpahaman dalam hal tujuan dari penelitian ini. Ada beberapa istilah yang perlu di definisikan, antara lain:

## 1. Efektivitas

Kata efektivitas efektivitas umumnya merujuk pada kemampuan atau keberhasilan suatu intervensi, program, atau metode dalam mencapai tujuan yang ditetapkan. Arti kedua menunjukkan kemanjuran, dan arti ketiga menunjukkan manfaat. Kata "efektif" berasal dari kata "efek", yang berarti "pengaruh", dan "efektif", yang berarti "ada pengaruh atau akibat dari suatu elemen atau tindakan." Jadi efektivitas ini merupakan kepengaruhannya atau keberhasilan setelah melakukan sesuatu.<sup>9</sup>

Efektivitas dalam penelitian ini merupakan perlakuan yang diharapkan akan memberikan pengaruh terhadap masalah *insecure* yang akan diatasi.

## 2. Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan pada individu dalam bentuk kelompok yang bersifat *preventif* (pencegahan) dan *kuratif* (peyembuhan) untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi individu, pencegahan, mengenai konflik antar pribadi serta pemecahan masalah yang dihadapi.<sup>10</sup> Konseling kelompok disini merupakan upaya atau bantuan yang dilakukan untuk mengatasi *insecurity* siswa.

---

<sup>9</sup>KBBI daring ver 5 diakses dari <https://play.google.com/store/apps/details?id=yuku.kbbi5>. diakses pada 25 Agustus 2023 pukul 20.34

<sup>10</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar Konseling dalam Teori & Praktik*. (Jakarta: Kencana, 2011), 198.

### 3. Mereduksi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) reduksi mempunyai arti pengurangan, mengurangi, pemotongan, dsb.<sup>11</sup> Mereduksi atau reduksi mengacu pada pengurangan atau berkurangnya tingkat *insecurity* yang dialami oleh individu

### 4. *Insecure*

*Insecure* atau ketidakamanan diri adalah perasaan tidak aman yang muncul karena adanya kecemasan atau keraguan terhadap diri sendiri dan tidak percaya diri.<sup>12</sup> Dalam penelitian ini *Insecure* yang diangkat yaitu terkait dengan teman sebaya dan prestasi akademik antar teman, serta keluarga.

## I. Kajian Penelitian Terdahulu

Dalam kajian penelitian terdahulu, ditemukan bahan rujukan yang telah diteliti sebelumnya yang dapat dijadikan bahan acuan oleh peneliti guna memperkuat teori pada penelitian ini. Berikut ini penelitian terdahulu yang digunakan peneliti :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Haviza Septiannur (2022) yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Talk* Dalam Kasus Perilaku *Insecure* Pada Siswa Di SMP Negeri 4 Langsa” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif bimbingan kelompok yang menggunakan teknik self-talk dalam

<sup>11</sup> KBBI daring ver, diakses pada 25 Agustus 2023 pukul 20.34

<sup>12</sup> Mu'awiyah. —Perilaku *Insecure* Pada Anak Usia Dini, As-sibyan, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol 2 No 1, Januari - Juni 2017, 47-58.

mengurangi perilaku insecure pada siswa di SMP Negeri 4 Langsa. Dengan kata lain, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah penggunaan teknik self-talk dalam bimbingan kelompok dapat mengurangi tingkat ketidakamanan diri siswa tersebut.. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik self talk ini, yang memiliki pengaruh pada layanan bimbingan kelompok siswa, dapat meningkatkan kepercayaan diri setiap siswa. Penghitungan hipotesis menunjukkan bahwa  $t$  tabel lebih besar dari  $t$  hitung. Dengan itu dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* efektif untuk menurunkan perilaku *insecure* siswa di SMP Negeri 4 Langsa. Pada penelitian tersebut ada kesamaan dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu sama-sama meneliti tentang perilaku *Insecure* pada siswa SMP. Sedangkan perbedaannya yaitu berada pada layanannya. Pada penelitian diatas menggunakan layanan bimbingan kelompok sedangkan pada penelitian yang akan saya lakukan menggunakan layanan konseling kelompok.

2. Penelitian yang dilakukan Afilia Nuryani dan Dr. Akhmad Fajar Prasetya (2022) yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok CBT Terhadap Faktor Penyebab Media Sosial yang Berpengaruh Pada Perasaan Insecure Siswa” Studi ini mencoba mengetahui seberapa efektif CBT (Cognitive Behavioral Therapy) dalam mengurangi perasaan insecure siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perasaan insecure tersebut dapat dibantu dengan konseling kelompok

dengan teknik CBT atau Cognitive Behavior Therapy dalam hal tersebut CBT ini sangat efektif membantu mengembalikan perasaan percaya diri pada individu dan menurunkan rasa insecurenya. Dalam penelitian tersebut terdapat kesamaan dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu kesamaan tentang *insecure* siswa dan layanan konseling kelompok. Namun ada juga perbedaannya dalam penggunaan pendekatannya. Afilia Nuryani menggunakan pendekatan quasi experimental sedangkan pada penelitian yang akan saya lakukan menggunakan metode *pre-experimental design* dengan metode *one group pre test post test*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Jannah (2020) yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa MTsN 2 Pidie”. Studi ini dilakukan untuk menentukan seberapa efektif konseling kelompok dalam mengurangi perilaku agresif verbal siswa MTsN 2 Pidie.. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Miftahul Jannah mendapatkan hasil bahwa sebelum mendapatkan treatment konseling kelompok, perilaku agresif verbal pada siswa kelas VII MTsN 2 Pidie berada pada kategori tinggi, tetapi perilaku agresif verbal kelompok menjadi kategori rendah setelah konseling. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku agresif verbal siswa kelas VII MTsN 2 Pidie. Ada kesamaan antara penelitian ini dan penelitian yang akan saya lakukan,

yaitu layanan yang akan diberikan kepada siswa melalui konseling kelompok., sedangkan perbedaannya terletak pada variabel kedua yang pada penelitian diatas mengangkat masalah perilaku agresif verbal pada siswa sedangkan penelitian yang akan saya lakukan mengangkat masalah *Insecure* pada siswa.