

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja ialah individu menurut jenjang umurnya berkisar dari umur 12 sampai 21 tahun Abidin (2013). Pada masa tersebut individu menginjak usia Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas. Kaum muda terutama remaja, akan menghadapi banyak tugas-tugas perkembangan yang harus dilaluinya. Menurut Havighurst dalam Hurlock (1991) ada sekitar 7 tugas perkembangan yang harus dihadapi seorang remaja. Tercapainya tugas-tugas perkembangan ini juga akan sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan kultur. Dalam menghadapi tugas-tugas tersebut, ada remaja yang mampu menghadapinya, namun juga ada yang kurang atau tidak mampu menghadapi, biasanya akan melakukan hal-hal yang sifatnya kontradiktif dan bersifat negatif. Jika demikian, ini akan menimbulkan persoalan bagi remaja sendiri maupun lingkungannya.

Menurut Abidin (2013) masa remaja mempunyai arti yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik, hal ini dikarenakan adanya perubahan dari anak-anak menuju ke arah remaja. Fase remaja merupakan masa yang dikenal dengan pencarian jati diri atau *identitiy*. Remaja mengalami perubahan yang terjadi tak hanya pada perubahan fisik (Santrock, 2003), namun juga konsep diri yang di dalamnya memuat perkembangan identitas remaja (Gunarsa & Gunarsa, 2008). Hal-hal yang dihadapi oleh remaja, sebagian besar menyangkut tentang dirinya. Sementara diri (*self*) terbentuk dengan adanya konsep tentang diri (*self concept*). Indikasi masalah-masalah diri

pribadi maupun diri dengan lingkungannya menunjukkan bahwa banyak remaja memiliki konsep diri yang kurang (rendah) atau belum memahami bagaimana konsep dirinya sendiri.

Menurut Burns (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) Mendefinisikan konsep diri sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai. Dalam kehidupan sehari-hari secara tidak langsung individu telah menilai dirinya sendiri. Penilaian terhadap diri sendiri itu meliputi watak dirinya, orang lain dapat menghargai dirinya atau tidak, dirinya termasuk orang yang berpenampilan menarik, cantik atau tidak. Konsep diri terbentuk sesuai dengan apa yang individu pikirkan tentang dirinya dan apa yang inginkan untuk dirinya serta bagaimana individu menilai dirinya.

Seperti yang diungkapkan oleh Dariyo (2007) aspek-aspek dalam konsep diri yakni mencakup aspek fisiologis yakni warna kulit, bentuk tubuh, raut muka, dan lain sebagainya. Aspek selanjutnya yakni aspek psikologi yang mencakup 3 unsur yakni kognisi, afeksi, dan konasi. Pada aspek selanjutnya yakni aspek psiko-sosiologis yang mencakup orang tua, teman-teman pergaulan, dan lingkungan sekolah. Pada aspek selanjutnya yakni psikoetika dan moral mencakup kemampuan memahami dan melakukan perbuatan berdasarkan nilai-nilai etika dan moralitas.

Loncatan kemajuan yang sangat besar dalam perkembangan konsep diri terjadi ketika individu mulai menggunakan Bahasa, yakni sekitar umur satu tahun.

Seorang individu akan memperoleh informasi yang lebih banyak tentang dirinya dengan memahami perkataan orang lain. Pada saat itulah konsep diri, baik yang positif maupun negatif mulai terbentuk. Willey (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) mengatakan bahwa sumber pokok dari informasi untuk konsep diri adalah interaksi dengan orang lain. Tokoh pertama yang mengatakan fakta ini adalah C.H. Cooley yang memperkenalkan pengertian diri yang Nampak seperti cermin. Menurut Cooley kita menggunakan orang lain untuk menunjukkan siapa diri kita. Kita membayangkan bagaimana pandangan mereka terhadap kita. Kita membayangkan bagaimana pandangan mereka terhadap kita, penampilan, dan penilaian tersebut menjadi gambaran diri kita. Dengan kata lain, konsep diri adalah ciptaan sosial dan hasil belajar dari interaksi dengan orang lain.

Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010), membagi konsep diri menjadi dua, yaitu konsep diri yang positif dan negatif. Ciri konsep diri yang positif adalah yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah, merasa sejajar dengan oranglain, menerima pujian tanpa rasa malu, sadar bahwa tiap orang mempunyai keragaman perasaan, hasrat, dan perilaku yang tidak disetujui oleh masyarakat serta mampu mengembangkan diri karena mampu mengungkap aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya. Sementara itu, ciri konsep diri yang negatif adalah peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, punya sikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disukai orang lain, dan pesimistis terhadap kompetisi.

SMP Negeri 12 Palembang sendiri merupakan sekolah Adiwiyata dengan Akreditasi A, namun demikian masih

banyak siswanya yang memiliki konsep diri negatif. Dari wawancara yang dilakukan di SMP Negeri 12 Palembang dimana diperoleh informasi bahwa masih ada siswa kelas IX yang memiliki konsep diri negatif. Ciri-ciri gejala yang nampak dimiliki siswa diantaranya dimana siswa memiliki perasaan tidak mampu atau pesimis dalam mengerjakan dan melaksanakan tugas didalam kelas yang diberikan oleh guru, terdapat beberapa siswa yang kurang percaya diri berbicara di depan kelas saat kegiatan belajar mengajar berlangsung, merasa tidak disukai oleh teman-teman, ada siswa selalu mengeluh. (wawancara guru: Senin, 15 Oktober 2018).

Hal ini sejalan dengan observasi yang dilakukan oleh peneliti, peneliti melakukan observasi ketika siswa-siswi sedang belajar di dalam kelas, adapun yang ditemukan peneliti selama observasi yakni beberapa siswa memiliki perasaan takut salah saat mengerjakan tugas disertai dengan perkataan "*saya tidak bisa mengerjakan soal itu*" atau "*soal ini sangat sulit untuk dikerjakan oleh orang seperti saya*" hal ini diucapkan oleh siswa ketika diberi tugas oleh guru dan di minta guru untuk maju ke depan kelas. (observasi hari: Kamis, 18 Oktober 2018).

Penghargaan Adiwiyata ini sudah berjalan sejak tahun 2013, SMP Negeri 12 terus berbenah baik pembangunan dari segi fisik baik kepribadian warga sekolah. Adiwiyata di buat agar terciptanya lingkungan sekolah yang berwawasan lingkungan hingga membuat warganya nyaman dan berbudaya. SMP Negeri 12 pun sekarang memfokuskan untuk menjadi Sekolah Adiwiyata Mandiri. Untuk mendapatkan penghargaan Sekolah Adiwiyata Mandiri harus membuat keluarga besar SMP Negeri 12 Palembang semakin maksimal. (Bergandeng tangan Wujudkan Sekolah Adiwiyata

Mandiri (2017, 27 Juni). Diakses pada tanggal 20 Februari 2019 dari www.smpn12plgadiwiyata.sch.id)

Salah satu faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah *Roles You Play – Role Taking* (Sobur, 2003) Brooks mengemukakan dalam hubungan pengaruh peran terhadap konsep diri, adanya aspek peran yang kita mainkan sedikit banyak akan memengaruhi konsep diri kita. Permainan peran inilah yang merupakan awal dari pengembangan konsep diri. Dari permainan peran ini pula, kita mulai memahami cara orang lain memandang diri kita. Menurut Baron dan Byrne (2005) bermain peran dapat mengurangi rasa kesepian dan *self-concept* yang lebih positif. Dengan pelatihan yang cukup pada situasi terapi yang aman, keterampilan baru yang sudah diperoleh dapat dicobakan pada situasi yang sebenarnya sehingga hasilnya dapat berupa perubahan nyata pada perilaku sosial dan keberhasilan sosial yang berakibat pada berkurangnya rasa kesepian dan *self-concept* yang lebih positif. Sejalan dengan pendapat diatas, Corey dalam Tatiek Romlah (2006) mengemukakan bahwa psikodrama merupakan permainan peran yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.

Psikodrama merupakan suatu cara mengeksplorasi jiwa manusia melalui aksi dramatik, yaitu dikembangkan pada 1920-1930-an. Moreno mengungkapkan bahwa Permainan drama pada Psikodrama ini tanpa naskah dan bagian-bagian yang tidak diulang adalah suatu katarsis (bentuk mengekspresikan/meluapkan perasaan) ketika

seseorang melakoni suatu peran dalam kehidupan sehari-hari (Hasnida, 2016). Pendapat Lain dikemukakan oleh Semium (2006) Psikodrama adalah di mana subjek didorong untuk memainkan suatu peran emosional di depan para penonton tanpa dia sendiri dilatih sebelumnya.

Dalam rangka mengembangkan konsep diri, salah satunya dengan melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama. Psikodrama adalah salah satu teknik dari teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok. Menurut Corey dalam Tatiek Romlah (2006) mengemukakan bahwa psikodrama merupakan permainan peran yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya. Dalam psikodrama individu yang mempunyai masalah memerankan dirinya sendiri. Psikodrama dilaksanakan untuk tujuan terapi atau penyembuhan.

Penelitian mengenai pengaruh psikodrama terhadap konsep diri pada remaja, sejauh penulis sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Syska Purnama Sari (2017), mahasiswa Universitas PGRI Palembang dengan judul Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest posttest design* menyimpulkan bahwa tehnik psikodrama dalam bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kontrol diri siswa berdasarkan hasil pre-test dan skor post-test kontrol diri siswa menunjukkan adanya peningkatan skor kontrol diri siswa kelompok

psikodrama, dan pada proses kegiatan intervensi psikodrama menunjukkan kontrol diri yang dimiliki oleh siswa mengalami perubahan yang sangat baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Salmiati (2015), mengenai "Perilaku Agresif dan Penanganannya" (Studi Kasus Pada Siswa Smp Negeri 8 Makassar), yang mana bentuk penanganan perilaku agresif yang diberikan dalam penelitian ini adalah teknik psikodrama. Melalui teknik psikodrama kedua kasus dilibatkan dalam satu kelompok untuk memerankan suatu situasi nyata yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari berkaitan dengan perilaku agresif yang dilakukan oleh kedua kasus tersebut, sehingga perilaku agresif dapat ditangani dengan mengetahui faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku itu sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Sailah Ribha (2017), mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang berjudul Peningkatan Perilaku Asertif Melalui Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas VII D Di SMP Negeri 2 Moyudan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif menyimpulkan bahwa teknik psikodrama dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Alysa Stivanie Kania Damanik (2015), mahasiswa universitas Padjajaran Bandung dengan judul Psikodrama Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Siswa Akselerasi dengan pendekatan studi kasus (*case study*) dengan hasil penelitian bahwa secara umum, psikodrama dapat digunakan untuk menurunkan tingkat stress pada siswa akselerasi.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "**Pengaruh**

Psikodrama Terhadap Konsep Diri pada Siswa Kelas IX Smp Negeri 12 Palembang”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah pengaruh psikodrama terhadap konsep diri siswa kelas IX SMP Negeri 12 Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh psikodrama terhadap konsep diri pada siswa kelas IX SMP Negeri 12 Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan khususnya di psikologi perkembangan, psikologi islam, dan ilmu lainnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai pengaruh psikodrama terhadap konsep diri pada remaja, sejauh penulis sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Syska Purnama Sari (2017), mahasiswa Universitas PGRI Palembang dengan judul Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest posttest design* menyimpulkan bahwa teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kontrol diri siswa berdasarkan hasil

pre-test dan skor post-test kontrol diri siswa menunjukkan adanya peningkatan skor kontrol diri siswa kelompok psikodrama, dan pada proses kegiatan intervensi psikodrama menunjukkan kontrol diri yang dimiliki oleh siswa mengalami perubahan yang sangat baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Sailah Ribha (2017), mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang berjudul Peningkatan Perilaku Asertif Melalui Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas VII D Di SMP Negeri 2 Moyudan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif menyimpulkan bahwa teknik psikodrama dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Alysa Stivanie Kania Damanik (2015), mahasiswa universitas Padjajaran Bandung dengan judul Psikodrama Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Siswa Akselerasi dengan pendekatan studi kasus (*case study*) dengan hasil penelitian bahwa secara umum, psikodrama dapat digunakan untuk menurunkan tingkat stress pada siswa akselerasi.

Beberapa penelitian terdulu diatas memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, adapun perbedaannya adalah menggunakan metode eksperimen dengan *treatmen* (perlakuan) berupa psikodrama. Penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh psikodrama terhadap konsep diri siswa kelas IX SMP Negeri 12 Palembang

