

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri dan tidak terpengaruh oleh orang lain sehingga dapat bertindak sesuai dengan keinginan diri sendiri, merasa gembira, selalu optimis, memiliki rasa toleran terhadap orang lain, dan bertanggung jawab atas segala sesuatu (Zaini, 2019). Menurut Lie (2003) salah satu kebutuhan yang paling penting bagi seseorang adalah rasa percaya diri dan superioritas. Rasa percaya diri dapat dimaknai sebagai rasa kepercayaan pada diri sendiri dalam menjalankan kehidupannya dan juga bagaimana seseorang tersebut melihat dirinya secara sempurna. Thantaway dalam kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005) mengatakan percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Hakim (2002) juga mengatakan bahwasannya kepercayaan diri adalah bentuk keyakinan kepada setiap nilai dan aspek yang dimiliki dirinya, sehingga dengan keyakinan tersebut membuat dia mampu untuk menggapai berbagai macam tujuan yang dia inginkan, kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai keyakinan yang dimiliki setiap orang terhadap dirinya sendiri dan perspektif yang mereka miliki tentang diri mereka sendiri.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat dipahami bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap setiap aspek dan kelebihan dirinya sehingga ia mampu mencapai tujuan dan keinginan yang diinginkannya serta berpikir positif untuk mencapainya. Kepercayaan diri adalah perasaan yang harus dimiliki setiap orang dan selalu ada. Jika seseorang memiliki kepercayaan diri, mereka akan memiliki kesempatan

untuk merasa ada dan menjadi lebih baik sehingga mereka dapat membantu diri mereka sendiri dan orang lain.

Dalam islam sendiri, rasa percaya diri adalah rasa yang begitu mulia. Islam mengajarkan setiap penganutnya untuk bisa percaya diri dalam menjalankan setiap perintah dan tanggung jawab yang dimilikinya sebagai seorang hamba. Untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang muslim, Allah *Ta'ala* memberikan pedoman kepada hambanya berupa Al-Qur'an dan Sunnah. Seorang muslim harus memiliki keyakinan dalam dirinya untuk melakukan kewajiban-kewajiban yang ada dan merasa yakin bahwasannya setiap beban yang diberikan kepadanya, pasti tidak akan melampaui kemampuan yang dia miliki. Dalam Al-Qur'an Allah *ta'ala* berfirman agar kita memiliki rasa percaya diri,

وَلَا تَحْنُوا وَلَا تَخْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (Q.S. Ali-Imran: 139)

Dalam Ayat ini Allah *Ta'ala* menegaskan kepada hambanya agar tidak bersikap lemah dan juga bersedih hati, yang mana dua hal ini adalah sikap berlawanan dari percaya diri, di di akhir ayat Allah mengatakan *“Padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu beriman”* sebagai penyemangat dan untuk menyadarkan hambanya agar memiliki rasa percaya diri yang kuat sebagai seorang muslim yang beriman. As-Sa'di (1443) menafsirkan ayat ini sebagai penyemangat bagi orang-orang beriman dan juga penguat, janganlah merasa lemah dan bersedih, karena merasa lemah dan juga bersedih hanya akan menambahkan beban pada diri.

Dalam ayat lainya Allah *Ta'ala* berfirman:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشُرُوا
بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوْعَدُونَ

Artinya: “*Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Q.S. Al-Fushilat: 30)*

Dalam ayat ini Allah juga mengatakan dan memberikan kabar gembira melalui malaikat untuk hamba-hambanya yang tidak takut dan bersedih atas apa yang akan mereka lalui kedepannya dan atas apa yang telah menimpa mereka.

Dari dua ayat ini bisa kita simpulkan bahwasannya rasa percaya diri adalah hal yang sangat penting bagi setiap orang untuk dapat melewati hari-harinya yang akan datang dan memenuhi setiap keinginan dan juga kewajiban yang harus dia lakukan, baik sebagai manusia maupun sebagai hamba.

b. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (1992) aspek dari percaya diri adalah sebagai berikut:

1) Keyakinan Akan Kemampuan Diri

Keyakinan akan kemampuan diri Merupakan sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

2) Optimis

Optimis Merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

3) Objektif

Objektif Merupakan orang yang mampu memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab Merupakan kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

5) Rasional dan Realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap sesuatu masalah, suatu hal dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan

Sedangkan menurut Angelis (1995) menyatakan bahwa kepercayaan diri terdiri dari tiga aspek:

1) Aspek perilaku

Aspek perilaku adalah keyakinan bahwa kita memiliki kemampuan untuk bertindak dan melakukan tugas dari yang sederhana hingga yang kompleks untuk mencapai sesuatu. Aspek perilaku ini memiliki empat ciri utama:

- a) Keyakinan bahwa kita memiliki kemampuan untuk mencapai sesuatu;
- b) Keyakinan bahwa kami memiliki kemampuan untuk melanjutkan semua inisiatif pribadi secara konsisten;
- c) Keyakinan bahwa Anda memiliki kemampuan untuk mengatasi segala tantangan, dan
- d) Keyakinan bahwa Anda memiliki kemampuan untuk menerima bantuan.

2) Aspek emosional

Aspek emosional merupakan bagian dari rasa percaya diri, yang berkaitan dengan kepercayaan dan kemampuan untuk mengendalikan semua aspek emosi seseorang. Subdivisi ini menjalankan fungsi berikut.

- a) Keyakinan pada kemampuan untuk merasakan perasaannya;
- b) Keyakinan pada kemampuan untuk mengekspresikan emosinya;
- c) Keyakinan pada kemampuan untuk mengekspresikan diri melalui kehidupan, dan
- d) Keyakinan pada kemampuan untuk mengetahui apa yang dapat ditawarkan seseorang kepada orang lain.

3) Aspek Spiritual

Aspek spiritual adalah rasa percaya diri yang terdiri dari keyakinan terhadap takdir, Tuhan semesta alam, dan keyakinan bahwa hidup memiliki tujuan yang positif. Sisi spiritual memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Keyakinan bahwa alam semesta merupakan materi yang senantiasa berubah, dan bahwa setiap perubahan yang terjadi merupakan bagian dari perubahan yang lebih besar;
- b) Keyakinan bahwa ada alam, sehingga segala sesuatu yang terjadi adalah wajar;
- c) Percaya pada keberadaan Tuhan, yang mahakuasa, dan mahatahu tentang semua ekspresi spiritual yang dilakukan manusia kepada-Nya.

Keyakinan pada kemampuan diri sendiri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab dan rasionalitas adalah beberapa komponen sikap positif, menurut Lautster dalam Ghufron (2012).

c. Karakteristik Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan, nilai, dan potensi dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai situasi dan tantangan. Karakteristik kepercayaan diri meliputi (Fatimah, 2010)

1) Keyakinan dalam Kemampuan

Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi percaya bahwa mereka memiliki kemampuan yang cukup untuk mencapai tujuan dan mengatasi hambatan yang muncul di sepanjang jalan.

2) Kemandirian

Mereka memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri dan bertindak tanpa perlu bergantung pada pendapat atau bantuan orang lain secara berlebihan.

3) Optimisme

Orang-orang yang percaya diri cenderung memiliki sikap optimis terhadap hidup dan masa depan. Mereka melihat tantangan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai hambatan yang tak teratasi.

4) Ketangguhan Emosional

Kepercayaan diri membantu individu untuk tetap tenang dan berdaya tahan di tengah tekanan atau situasi yang menantang secara emosional.

5) Toleransi terhadap Kegagalan

Mereka yang percaya diri tidak terlalu terpengaruh oleh kegagalan. Mereka melihat kegagalan sebagai bagian dari proses belajar dan kesempatan untuk memperbaiki diri.

d. Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Banyak faktor baik internal maupun eksternal yang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Berikut adalah beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang (Alsa, 2006):

1) Pengalaman Hidup

Pengalaman masa kecil, pendidikan, karir, hubungan interpersonal, dan keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Pengalaman positif dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang, sementara pengalaman negatif dapat meruntuhkannya.

2) Pengakuan dan Dukungan Sosial

Rasa aman dan dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sosial lainnya dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang.

Penerimaan dari orang-orang terdekat juga dapat meningkatkan persepsi positif seseorang tentang diri sendiri.

3) Feedback

Persepsi diri seseorang dapat dipengaruhi oleh tanggapan dan komentar orang lain, baik positif maupun negatif. Kritik yang konstruktif dan positif dapat meningkatkan kepercayaan diri, sementara kritik yang berlebihan atau tidak konstruktif dapat merusaknya.

4) Pengakuan Diri

Cara seseorang menilai dirinya sendiri juga dapat mempengaruhi kepercayaan dirinya. Menerima dan mengakui apa yang baik dan buruk tentang diri sendiri dapat meningkatkan rasa percaya diri, sementara membandingkan diri dengan orang lain atau dengan standar yang tidak dapat dicapai dapat merusaknya.

5) Keterlibatan dan Pengetahuan

Kemampuan dan pengetahuan dalam suatu bidang dapat membantu seseorang lebih percaya diri saat menghadapi tantangan dan situasi baru. Semakin terampil dan mahir seseorang, semakin percaya dirinya.

6) Kepribadian dan Sikap Mental

Memiliki sikap mental yang positif, seperti optimisme, ketahanan, dan rasa ingin tahu, dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Memiliki kepribadian yang percaya diri dan proaktif juga dapat membantu seseorang mengatasi kesulitan.

7) Budaya dan Lingkungan

Tradisi dan norma sosial di lingkungan seseorang dapat memengaruhi bagaimana mereka melihat diri mereka dan percaya pada diri mereka sendiri. Budaya yang mendukung dan menghargai pencapaian seseorang biasanya akan mendorong kepercayaan diri mereka.

8) Kesehatan Mental dan Emosional

Menjaga kesehatan mental dan emosional yang baik penting untuk mempertahankan kepercayaan diri yang sehat. Stres, kecemasan, atau depresi dapat merusak kepercayaan diri seseorang, sementara memiliki kesehatan mental yang baik dapat meningkatkannya.

9) Pengalaman Trauma atau Penolakan

Orang yang pernah mengalami trauma, penolakan, atau pelecehan sebelumnya dapat merusak kepercayaan dirinya. Proses penyembuhan dan dukungan yang tepat dapat membantu membangun kembali kepercayaan diri yang hilang.

Dengan memahami komponen ini, seseorang dapat lebih baik memahami dan mengelola kepercayaan dirinya untuk memaksimalkan potensinya.

e. Proses Pembentukan Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri tentunya tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, karakter dan latar belakang yang berbeda juga mempengaruhi setiap proses munculnya kepercayaan diri bagi setiap individu.

Kepercayaan diri muncul secara bertahap dalam kehidupan kita jika kita mungkin mengalami peristiwa positif. Belajar mengatasi situasi tertentu dan belajar menyatakan diri dalam situasi tertentu adalah salah satu cara yang dapat dilakukan (Akhyar, 2015).

Farhan (2020) mengatakan bahwa kepercayaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh kedua orang tua; masyarakat, guru, pengasuh, media, dan faktor lain juga dapat mempengaruhinya. Dia juga mengatakan bahwa beberapa aspek kehidupan seseorang dapat menyebabkan mereka menjadi percaya diri. Anak-anak percaya diri karena memiliki pengalaman, potensi nyata, prestasi, dan harapan yang realistis terhadap diri mereka sendiri.

Hakim (2002) berpendapat bahwasanya proses pembentukan percaya diri yaitu:

1) Pengalaman Awal

Pengalaman-pengalaman yang dialami individu dalam masa kecil dan remaja memiliki dampak besar pada pembentukan kepercayaan diri. Interaksi dengan lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, dan komunitas memainkan peran penting dalam membentuk persepsi diri dan keyakinan atas kemampuan dan nilai diri sendiri.

2) Penerimaan dan Dukungan

Mendapat penerimaan dan dukungan dari lingkungan sosial, terutama dari orang tua, keluarga, dan teman dekat, dapat memperkuat kepercayaan diri. Dukungan ini memberikan rasa aman dan penghargaan atas nilai diri individu, yang kemudian membantu dalam pembentukan kepercayaan diri yang positif.

3) Pencapaian dan Kegagalan

Keberhasilan dalam mencapai tujuan dan mengatasi tantangan membantu membangun kepercayaan diri. Sebaliknya, kegagalan dapat menjadi kesempatan untuk belajar dan berkembang, asalkan individu mampu melihatnya sebagai bagian dari proses pembelajaran dan bukan sebagai indikasi atas ketidakmampuan diri.

4) Refleksi dan Pemahaman Diri

Proses refleksi dan introspeksi membantu individu memahami kekuatan, kelemahan, minat, dan nilai-nilai yang dimiliki. Memiliki pemahaman yang jelas tentang diri sendiri membantu individu membangun kepercayaan diri yang autentik dan kokoh.

5) Penerimaan Diri

Menerima diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya merupakan langkah penting dalam pembentukan kepercayaan diri yang sehat. Ketika seseorang dapat merasa nyaman dengan dirinya sendiri tanpa perlu menyembunyikan aspek-aspek tertentu dari diri, kepercayaan diri mereka cenderung meningkat.

6) Pendidikan dan Pelatihan

Memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan formal dan pelatihan dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang dalam menghadapi situasi yang baru dan menantang. Pengetahuan dan keterampilan ini memberikan dasar yang kuat bagi kepercayaan diri yang lebih tinggi.

7) Pola Pikir dan Pola Perilaku Positif

Mengembangkan pola pikir yang positif, seperti optimisme, ketahanan, dan sikap proaktif, serta mengadopsi pola perilaku yang sesuai dengan nilai dan tujuan individu, membantu memperkuat kepercayaan diri.

8) Proses Pembelajaran Berkelanjutan

Pembentukan kepercayaan diri adalah proses yang berkelanjutan. Melalui pengalaman hidup, belajar dari kesalahan, dan terus-menerus mengembangkan diri, seseorang dapat terus memperkuat kepercayaan dirinya sepanjang hidupnya.

Proses pembentukan kepercayaan diri tidaklah linier dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks. Namun, dengan kesadaran diri dan usaha yang konsisten, seseorang dapat membangun kepercayaan diri yang kokoh dan memenuhi potensi pribadinya

f. Gejala Tidak Percaya Diri Pada Remaja

Tanda-tanda seseorang tidak percaya diri dapat bervariasi dari satu individu ke individu lainnya, tetapi beberapa tanda umum yang mungkin dapat diamati. Hakim (2002) menggambarkan gejala tidak percaya diri pada remaja sebagai berikut:

1) Kurangnya Ekspresi Diri

Seseorang yang tidak percaya diri mungkin cenderung untuk tidak berbicara atau menyatakan pendapat mereka dalam situasi sosial atau profesional. Mereka mungkin merasa tidak nyaman untuk mengekspresikan diri dan cenderung memilih untuk tetap diam.

2) Perilaku Pasif atau Menghindar

Orang yang tidak percaya diri mungkin cenderung untuk menghindari situasi yang menuntut atau membuat mereka merasa tidak nyaman. Mereka mungkin tidak mau mengambil risiko atau menghadapi tantangan karena takut akan kegagalan atau penilaian negatif dari orang lain.

3) Rendahnya Rasa Diri

Seseorang yang tidak percaya diri mungkin memiliki persepsi yang rendah terhadap nilai diri mereka sendiri. Mereka mungkin merasa tidak layak atau tidak pantas untuk mencapai kesuksesan atau bahagia.

4) Ketakutan akan Penolakan atau Kritik

Orang yang tidak percaya diri cenderung memiliki ketakutan yang berlebihan terhadap penolakan atau kritik dari orang lain. Mereka mungkin merasa terlalu sensitif terhadap pendapat negatif atau perasaan tidak disetujui oleh orang lain.

5) Perilaku Perfeksionis

Seseorang yang tidak percaya diri mungkin cenderung untuk mengejar kesempurnaan dalam segala hal yang mereka lakukan. Mereka mungkin merasa perlu untuk selalu berhasil atau melakukan dengan sempurna agar dapat merasa layak atau dihargai.

6) Kurangnya Inisiatif atau Motivasi

Orang yang tidak percaya diri mungkin memiliki kurangnya motivasi atau inisiatif untuk mengejar tujuan atau mencari pengalaman baru. Mereka mungkin merasa tidak mampu untuk mencapai apa yang mereka inginkan atau tidak memiliki keyakinan dalam kemampuan mereka sendiri.

7) Tubuh yang Tegang atau Terlihat Tidak Nyaman

Seseorang yang tidak percaya diri mungkin menunjukkan tanda-tanda ketegangan fisik, seperti tegang atau kaku dalam gerakan, atau terlihat tidak nyaman dalam interaksi sosial atau situasi yang menuntut.

8) Pendekatan yang Terlalu Pengecut atau Pasif Agresif

Orang yang tidak percaya diri mungkin cenderung untuk menghindari konflik secara langsung dan mungkin menggunakan pendekatan yang terlalu pengecut atau pasif-agresif dalam berkomunikasi atau berinteraksi dengan orang lain.

Penting untuk diingat bahwa kepercayaan diri adalah sesuatu yang dapat dipelajari dan dikembangkan melalui kesadaran diri, latihan, dan dukungan yang tepat. Jika Anda atau seseorang yang Anda kenal mengalami kesulitan dengan kepercayaan diri, penting untuk mencari bantuan dan dukungan dari profesional kesehatan mental atau sumber daya lain yang tersedia.

2. Motivasi Belajar

a. Pengertian Motivasi Belajar

Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2007), motivasi adalah kekuatan atau keadaan dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan sesuatu untuk mencapai suatu tujuan. Dorongan siswa untuk mencapai hasil belajar terbaik sebanding dengan motivasi belajar. Siswa yang sangat termotivasi akan berusaha keras untuk mencapai tujuan yang mereka inginkan. Hal ini sesuai dengan Murniasih (2021) yang menyatakan bahwa motivasi adalah suatu kondisi pribadi yang mendorong seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu untuk mencapai tujuan tertentu.

Sardiman (2019) menggambarkan motivasi belajar sebagai kemauan untuk belajar yang muncul dalam diri individu, yang dipengaruhi oleh perasaan kebutuhan, minat, atau kepercayaan akan nilai dari kegiatan pembelajaran. Menurut Uno dalam Trsitianti (2022) menggambarkan motivasi belajar sebagai dorongan dari dalam dan dari luar yang mendorong siswa untuk mengubah perspektif mereka.

Dari pemahaman di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah dorongan dari dalam dan dari luar yang mendorong seseorang

untuk melakukan dan mengikuti kegiatan belajar sehingga mereka dapat mencapai tujuan dan hasil yang optimal.

b. Macam-Macam Motivasi Belajar

Motivasi belajar dapat dibagi menjadi beberapa macam berdasarkan sumber atau dorongan yang mempengaruhinya. Berikut adalah beberapa macam motivasi belajar yang umum diidentifikasi Menurut Uno (2007):

1) Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik terjadi ketika individu terdorong untuk belajar atau melakukan sesuatu karena kepuasan internal yang diperoleh dari aktivitas itu sendiri. Contohnya, seseorang mempelajari topik tertentu karena rasa ingin tahu atau minat yang kuat terhadap subjek tersebut.

2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik terjadi ketika individu terdorong untuk belajar atau melakukan sesuatu karena harapan untuk mendapatkan imbalan eksternal atau menghindari hukuman. Contohnya, seseorang mempelajari materi untuk ujian karena ingin mendapatkan nilai tinggi atau pujian dari orang lain.

3) Motivasi Arah Tujuan (Goal Orientation)

Motivasi ini berkaitan dengan orientasi individu terhadap tujuan pembelajaran. Terdapat dua jenis utama dalam motivasi arah tujuan.

4) Tujuan Kinerja (Performance Goals)

Individu berfokus pada pencapaian hasil tertentu seperti mendapatkan nilai tinggi atau menghindari penilaian negatif.

5) Tujuan Pembelajaran (Learning Goals)

Individu berfokus pada pengembangan keterampilan, peningkatan pemahaman, atau pertumbuhan pribadi.

6) Motivasi Sosial

Motivasi sosial terjadi ketika individu terdorong untuk belajar atau melakukan sesuatu karena pengaruh atau harapan dari orang lain, seperti teman sebaya, keluarga, atau guru. Contohnya, seseorang

belajar keras karena ingin mendapatkan pengakuan atau dukungan dari orang-orang terdekat.

7) Motivasi Atribusi

Motivasi atribusi berkaitan dengan cara individu menjelaskan atau mengatribusikan penyebab keberhasilan atau kegagalan mereka dalam pembelajaran. Ini mencakup atribusi terhadap usaha (usaha internal) dan atribusi terhadap faktor eksternal seperti keberuntungan atau keadaan.

8) Motivasi Belajar Kemandirian

Motivasi ini terjadi ketika individu merasa terdorong untuk belajar atau mencapai tujuan mereka secara mandiri, tanpa terlalu tergantung pada bantuan atau arahan orang lain.

Penting untuk diingat bahwa motivasi belajar seringkali kompleks dan dapat dipengaruhi oleh kombinasi dari beberapa faktor tersebut. Setiap individu dapat memiliki campuran motivasi intrinsik dan ekstrinsik, serta berbagai jenis motivasi lainnya yang mempengaruhi perilaku belajar.

c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar seseorang. Faktor-faktor ini dapat bersifat internal maupun eksternal, dan seringkali saling terkait satu sama lain. Berikut adalah beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar (Hamalik, 2003):

1) Tujuan Pribadi

Tujuan yang dimiliki individu dalam proses belajar dapat mempengaruhi motivasi mereka. Tujuan yang spesifik, menantang, dan relevan cenderung meningkatkan motivasi belajar.

2) Penghargaan dan Hukuman

Harapan terhadap imbalan atau hukuman dapat mempengaruhi motivasi belajar. Penghargaan seperti pujian, pengakuan, atau penghargaan materi dapat meningkatkan motivasi, sementara hukuman atau konsekuensi negatif dapat menurunkannya.

3) Minat dan Kepuasan Intrinsik

Minat dan kepuasan intrinsik terhadap subjek atau kegiatan belajar dapat meningkatkan motivasi. Individu cenderung lebih termotivasi untuk belajar tentang topik yang mereka minati atau menikmati.

4) Keyakinan Diri

Keyakinan individu tentang kemampuan mereka dalam mencapai tujuan belajar juga mempengaruhi motivasi. Keyakinan yang tinggi dalam kemampuan diri dapat meningkatkan motivasi, sedangkan ketidakpercayaan diri dapat menghambatnya.

5) Dukungan Sosial

Dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan guru dapat meningkatkan motivasi belajar seseorang. Dukungan sosial dapat memberikan dorongan, pujian, dan bantuan praktis yang diperlukan untuk mencapai tujuan belajar.

6) Lingkungan Belajar

Lingkungan belajar yang menyenangkan, mendukung, dan memfasilitasi pembelajaran aktif dapat meningkatkan motivasi belajar. Sebaliknya, lingkungan yang tidak kondusif atau stres dapat mengurangi motivasi.

7) Kemandirian

Rasa kontrol dan kemandirian dalam proses belajar dapat meningkatkan motivasi. Individu yang merasa memiliki kendali atas proses belajar mereka cenderung lebih termotivasi untuk berpartisipasi dan berusaha keras.

8) Relevansi dan Keterkaitan

Persepsi individu tentang relevansi materi belajar dengan kehidupan mereka atau tujuan mereka juga mempengaruhi motivasi. Materi yang dianggap relevan atau memiliki keterkaitan dengan kepentingan pribadi cenderung meningkatkan motivasi.

9) Tantangan dan Kesulitan

Tantangan yang sesuai dengan tingkat kemampuan individu dapat meningkatkan motivasi belajar. Namun, kesulitan yang berlebihan atau kegagalan yang terus-menerus dapat menurunkan motivasi.

10) Kultur dan Nilai

Faktor-faktor budaya, norma, dan nilai yang ada dalam lingkungan individu juga dapat mempengaruhi motivasi belajar. Budaya yang menghargai pendidikan atau prestasi akademis cenderung meningkatkan motivasi belajar.

Penting untuk memahami bahwa motivasi belajar merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara berbagai faktor tersebut, dan dapat bervariasi dari individu ke individu serta dari situasi ke situasi.

d. Ciri-Ciri Motivasi Belajar Pada Siswa

Motivasi belajar pada siswa dapat dilihat dari berbagai ciri atau tanda yang muncul dalam perilaku dan sikap mereka terhadap proses belajar. Berikut adalah beberapa ciri-ciri motivasi belajar pada siswa (Sardiman, 2019):

1) Ketertarikan dan Antusiasme

Siswa yang termotivasi untuk belajar cenderung menunjukkan minat dan antusiasme yang tinggi terhadap materi pelajaran yang dipelajari. Mereka aktif mengikuti pelajaran, mengajukan pertanyaan, dan mencari informasi tambahan secara sukarela.

2) Keterlibatan Aktif

Siswa yang termotivasi untuk belajar biasanya terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Mereka berpartisipasi dalam diskusi kelas, bekerja sama dengan teman sekelas, dan mengambil inisiatif dalam menjalankan tugas-tugas yang diberikan.

3) Kemandirian

Siswa yang termotivasi untuk belajar mampu mengatur waktu dan sumber daya mereka sendiri secara efektif. Mereka tidak hanya belajar

karena desakan dari orang lain, tetapi juga memiliki motivasi intrinsik untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka.

4) Tujuan Yang Jelas

Siswa yang termotivasi memiliki tujuan yang jelas dan spesifik terkait dengan pembelajaran mereka. Mereka menyadari pentingnya tujuan tersebut dan berusaha untuk mencapainya melalui upaya dan kerja keras yang konsisten.

5) Optimisme Dan Ketahanan

Siswa yang termotivasi memiliki sikap optimis terhadap kemampuan mereka untuk belajar dan mencapai tujuan. Mereka tidak mudah menyerah di hadapan hambatan atau kegagalan, tetapi memiliki ketahanan mental yang kuat untuk terus berusaha.

6) Penghargaan Terhadap Prestasi

Siswa yang termotivasi merasakan kepuasan dan kebanggaan atas pencapaian mereka dalam pembelajaran. Mereka menghargai usaha keras dan dedikasi yang mereka investasikan dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka.

7) Pembelajaran Yang Berkelanjutan

Siswa yang termotivasi untuk belajar tidak hanya fokus pada pencapaian singkat, tetapi juga memiliki minat yang kuat untuk terus belajar dan berkembang sepanjang waktu. Mereka melihat pembelajaran sebagai proses yang berkelanjutan dan tidak pernah berhenti untuk mengeksplorasi pengetahuan baru.

8) Kesiediaan Untuk Menghadapi Tantangan

Siswa yang termotivasi tidak takut untuk menghadapi tantangan atau kesulitan dalam pembelajaran. Sebaliknya, mereka melihat tantangan sebagai kesempatan untuk tumbuh dan berkembang, dan siap untuk menghadapinya dengan sikap positif.

9) Interaksi Sosial Yang Positif

Siswa yang termotivasi untuk belajar sering berinteraksi dengan teman sekelas dan guru secara positif. Mereka mencari dukungan dan

bantuan dari orang lain ketika diperlukan, dan juga memberikan dukungan kepada orang lain dalam proses pembelajaran.

Uno (2011) menyebutkan aspek indikator untuk mengetahui adanya motivasi belajar seseorang dengan ciri-ciri yang berbeda, adapun indikator motivasi belajar dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

- 1) Adanya hasrat dan keinginan berhasil
- 2) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar
- 3) Adanya harapan atau cita-cita masa depan
- 4) Adanya penghargaan dalam belajar
- 5) Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar
- 6) Adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seorang siswa dapat belajar dengan baik.

Dengan mengetahui dan melihat ciri-ciri motivasi belajar pada siswa dapat membantu pendidik dan orang tua untuk mendukung dan memperkuat motivasi siswa dalam proses pembelajaran.

e. Cara Mengukuran Motivasi Belajar

Menurut Worrall dan Stillwell, ada beberapa hal yang membedakan motivasi belajar yang rendah dan yang kuat, diantaranya yaitu (Uno, 2007):

1) Tanggung Jawab

Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi merasa bertanggung jawab terhadap tugas yang dihadapinya dan tidak menyerah. Sebaliknya, siswa yang kurang termotivasi dalam belajar akan menyalahkan tantangan di luar dirinya, seperti terlalu banyak atau terlalu sulitnya suatu tugas.

2) Waktu Penyelesaian Tugas

Siswa yang bermotivasi tinggi akan berusaha menyelesaikan tugas dengan cepat dan tepat, berbeda dengan siswa yang kurang termotivasi dan sering terlambat dalam menyelesaikan tugas.

3) Tekun Terhadap Tugas

Siswa yang bermotivasi tinggi mempunyai kemampuan konsentrasi yang tinggi dan mampu belajar terus menerus dalam jangka waktu yang lama. Sebaliknya, siswa yang tidak termotivasi belajar seringkali kurang konsentrasi, mudah terpengaruh pengaruh luar, dan tidak mampu menyelesaikan pekerjaan rumahnya tepat waktu.

4) Menetapkan Tujuan Yang Realistis

Orang yang dapat menetapkan tujuan yang masuk akal dan sesuai dengan kemampuannya dikatakan mempunyai keinginan yang kuat untuk belajar. Berbeda dengan orang yang kurang semangat belajar, mereka mampu fokus pada setiap langkah yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas dan mengevaluasi kemajuannya.

f. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Motivasi Belajar

Menurut Fatima, rasa percaya diri merupakan sikap baik yang memungkinkan seseorang menilai lingkungan dan situasi dengan lebih baik (Fatimah, 2010). Sebagaimana diutarakan Fatima, orang yang mempunyai sikap positif kelak akan menjadi orang optimis yang akan berbuat apa saja bukan hanya untuk dirinya sendiri, tapi juga untuk lingkungan dan keadaannya. Percaya diri adalah keadaan perasaan bahwa Anda kompeten, percaya diri, mampu, dan mampu melakukan sesuatu. Menurut Muhibbin, salah satu faktor internal yang mempengaruhi pembelajaran adalah sikap siswa. Gejala internal, yang disebut sikap, mempunyai komponen emosional: kecenderungan fisik dan mental untuk merespons atau bereaksi dengan cara yang relatif tetap terhadap objek, orang, dan orang lain (kecenderungan responsif). Salah satu sikap siswa yang dapat meningkatkan motivasi belajar siswa adalah sikap positif yang sangat penting bagi motivasi belajar (Syah, 2001).

Menurut teori belajar ini, harga diri dan motivasi belajar adalah kekuatan siswa yang paling penting dalam kaitannya dengan motivasi kegiatan pendidikan. Dalam situasi ini, rasa percaya diri siswa membantu mereka mencapai semua tujuan belajar mereka, dan motivasi belajar

mendorong aktivitas mereka. Diperlukan keberanian bagi siswa untuk menunjukkan kemampuan mereka dalam pembelajaran. Keyakinan pribadi seseorang tentang kelebihan, kemampuan, dan keterampilannya dapat menjadi komponen dari kepribadian yang disebut dengan rasa percaya diri, Ghufron dan Risnawati (2012). Oleh karena itu, siswa akan siap menghadapi masalah dinamika pembelajaran jika mereka percaya diri.

Menurut Angelis, cita-cita dan tekad yang kuat, kesuksesan dan kemampuan diri mempengaruhi rasa percaya diri seseorang (Santrock, 2012). Hamzah kemudian menekankan bahwa motivasi adalah dorongan yang berasal dari dalam dan dalam diri seseorang dan diwujudkan dalam bentuk keinginan, minat, dorongan, kebutuhan, harapan, cita, kekaguman, dan rasa hormat (Hamzah, 2011). Ketika seseorang mempunyai tujuan pribadi, maka secara tidak langsung ia mempunyai dorongan bawaan dalam dirinya, dan dorongan itu mempengaruhi keyakinannya terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan tersebut.

g. Perspektif Islam Tentang Motivasi Belajar

Dalam Islam, motivasi belajar sangat penting dan diperlukan. Dalam hal ini, Rasulullah Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wasallam* sangat diperkuat dan diperintahkan untuk meningkatkan pengetahuan umat atau hamba Allah, karena pengetahuan ilmu Islam akan memberikan kekuatan dan martabat baik di dunia maupun di akhirat. seperti yang disampaikan oleh Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wasallam*:

فَضْلُ الْعَالَمِ عَلَى الْعَابِدِ كَفَضْلِ الْقَمَرِ لَيْلَةَ الْبَدْرِ عَلَى سَائِرِ الْكَوَاكِبِ

Artinya: “Keutamaan orang yang berilmu (yang mengamalkan ilmunya) atas orang yang ahli ibadah adalah seperti utamanya bulan di malam purnama atas semua bintang-bintang lainnya”. (Diriwayatkan oleh Abu Dawud, At-Tirmidzi, An-Nasa’i, dan Ibnu Majah dari Abu Darda).

Sejak lama dalam Islam, semangat belajar, juga dikenal sebagai motivasi belajar, dapat dilihat dalam kisah Nabi Musa. Para Nabi juga memiliki semangat yang luar biasa untuk belajar. Sebagaimana dalam kisah Nabi Musa dalam surat al Kahfi ayat 60-82, dia menuntut ilmu pada Khidir. Dari firman Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, "*Dan pertemuan ketika Musa berkata kepada muridnya, "Aku tidak akan berhenti (berjalan) sebelum sampai ke pertemuan dua buah lautan; atau aku akan berjalan sampai bertahun-tahun", ketika Khidir berkata, "Bukanlah aku melakukannya berdasarkan keinginanku sendiri." Demikian itu adalah tujuan perbuatan-perbuatan yang kamu tidak dapat bersabar terhadapnya"* (QS Al Kahfi: 82), yang menunjukkan bahwa para nabi juga sangat termotivasi untuk belajar. Jika orang di bawah kita memiliki pengetahuan yang lebih besar dari kita, kita tidak boleh merasa sombong dan tidak mau menuntunya.

Semangat belajar, yang disebut motivasi belajar, telah dikenal dalam Islam sejak zaman dahulu. Hal ini terlihat dalam kisah Nabi Musa. Para nabi juga mempunyai semangat belajar dan menuntut ilmu yang luar biasa. Nabi Musa *'alaihissalam* mencari ilmu dari Khidir, sebagaimana difirmankan Allah dalam surat Al-Kahfi ayat 60- 82. Allah *Ta'ala* berfirman yang artinya "*Dan (ingatkanlah peristiwa) ketika Nabi Musa berkata kepada temannya: "Aku tidak akan berhenti berjalan sehingga aku sampai di tempat pertemuan dua laut itu atau aku berjalan terus bertahun-tahun"* sampai khidir berkata: "*Dan (ingatlah) aku tidak melakukannya menurut pikiranku sendiri. Demikianlah penjelasan tentang maksud dan tujuan perkara-perkara yang engkau tidak dapat bersabar mengenainya"* (QS Al Kahfi: 82). Dari kisah diatas terlihat jelas bahwa Nabi juga mempunyai motivasi yang tinggi dalam belajar dan melakukan kegiatan belajar. Jangan sampai kita terkesan sombong atau meminta ilmu kepada orang di bawah kita yang lebih tahu dari kita.

3. Layanan Konseling Kelompok

a. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Konseling Kelompok secara umum adalah pemberian bantuan kepada sekelompok siswa baik yang sudah ditentukan jumlahnya maupun yang sudah terbentuk apa adanya. Konseling Kelompok menurut Sukardi adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok (Sukardi, 2000).

Menurut Winkel, konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada orang lain dalam memahami dirinya dan lingkungannya yang mempunyai tujuan ingin dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul, saling tergantung pada proses kerja sama dan mendapatkan keputusan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang bergabung dalam suatu satuan (Winkel & Hastuti, 2005).

Konseling kelompok merupakan suatu bantuan pada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan (Noviawati., 2016). Konseling kelompok juga dapat didefinisikan sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien) agar dapat menghadapi persoalan/konflik yang dihadapi dengan lebih baik. Dimana dalam suatu hubungan konseling kelompok terdapat kondisi, sarana dan keterampilan yang membuat klien dapat membantu dirinya sendiri dalam memenuhi rasa aman, cinta, harga diri, membuat keputusan dan aktualisasi diri (Noviawati, 2016)

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk

membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.

Dengan memperhitungkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama. Konseling kelompok adalah konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber (terutama guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama.

b. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Secara Umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal dapat menghambat dan mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan dinimanisasikan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan komunikasi siswa berkembang secara optimal (Tohirin, 2017).

Dengan tujuan yang secara umum dicapai melalui proses konseling, yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok agar masalah terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain (fungsi pemahaman, fungsi pengembangan, fungsi pencegahan dan fungsi pemecahan masalah)

Sedangkan tujuan khusus terfokus pada pembahasan masalah pribadi individu peserta kegiatan layanan. Peserta didik atau siswa mendapatkan dua tujuan sekaligus yaitu: pertama, berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi. Kedua, terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah

tersebut bagi individu-individu lain yang menjadi peserta layanan (Tohirin, 2017)

Menurut Winkel (2005) konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan yaitu:

- 1) Masing-masing anggota memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman itu peserta didik diharapkan lebih menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka dan positif dalam kepribadiannya.
- 2) Anggota kelompok mengembangkan kemampuan komunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada fase perkembangan mereka.
- 3) Para anggota kelompok memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu memahami perasaan orang lain. dari kepekaan ini akan lebih membuat mereka sensitif terhadap kebutuhan-kebutuhan dan perasaan sendiri.
- 4) Masing-masing anggota menetapkan suatu sasaran yang akan mereka capai. Melalui sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- 5) Para anggota kelompok berani maju melangkah dan menerima resiko.
- 6) Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan orang lain dan harapan yang akan diterima orang lain.
- 7) Masing-masing anggota menyadari bahwa hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri menimbulkan rasa iba kepada orang lain dan demikian dia tidak merasa terisolir.
- 8) Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian.

Dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan. Bagi konseli, konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok, mereka akan mengembangkan berbagai keterampilan yang pada intinya meningkatkan kepercayaan diri (*Self Confidence*) dan kepercayaan terhadap orang lain. Dalam suasana kelompok mereka lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi daripada ketika mereka mengikuti sesi konseling individual. dalam konseling kelompok konseli juga dapat berlatih untuk dapat menerima diri sendiri dan orang lain dengan apa adanya serta meningkatkan percaya diri (*Self Confidence*) dan kepercayaan pada orang lain serta meningkatkan pikirannya.

c. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki dua fungsi, yaitu fungsi layanan kuratif; yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu, serta fungsi layanan preventif; yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu. Juntika Nurihsan mengatakan bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling kelompok bersifat pencegahan dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga. Mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan, konseling kelompok bersifat penyembuhan dalam artian dalam pengertian membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Ini artinya bahwa penyembuhan yang dimaksud di sini adalah penyembuhan bukan persepsi pada individu yang sakit, karena pada prinsipnya, obyek konseling adalah individu yang normal, bukan individu yang sakit secara psikologis.

d. Komponen Layanan Konseling Kelompok

Adapun komponen-komponen yang terdapat pada layanan konseling kelompok adalah pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

1) Pemimpin Kelompok

Menurut Prayitno, pemimpin kelompok dapat disebut pembimbing kelompok. Dalam hal ini pemimpin kelompok bertindak sebagai pemimpin atau pembimbing kelompok.

2) Anggota Kelompok

Anggota kelompok juga sangat menentukan keberhasilan tujuan proses bimbingan dan konseling. Tanpa anggota para anggota kelompok dan bahkan lebih dari itu dalam batas-batas tertentu suatu kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa kehadiran gerakan pemimpin kelompok. Jadi peranan anggota kelompok sangatlah menentukan yang bahkan anggota kelompok adalah badan dan jiwa dari kelompok itu sendiri.

e. Tahapan Konseling Kelompok

Tahapan Konseling Kelompok (Wulan, 2021) yang membagi tahapan tersebut menjadi enam bagian yaitu: pra konseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir dan pasca konseling. Berikut adalah uraiannya:

1) Pra Konseling

Tahap pra konseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut pertimbangan homogenitas. Setelah itu, konselor akan menawarkan program yang dapat dijalankan untuk mencapai tujuan.

2) Tahap Permulaan

Tahap ini ditandai dengan dibentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari dibentuknya struktur kelompok ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami aturan yang ada dalam kelompok. Aturan-

aturan ini akan menuntut anggota kelompok untuk bertanggung jawab pada tujuan dan proses kelompok. Konselor dapat kembali menegaskan tujuan yang harus dicapai dalam konseling. Hal ini dimaksudkan untuk menyadarkan klien pada makna kehadirannya terlibat dalam kelompok.

3) Tahap Transisi

Tahap ini disebut Prayitno sebagai tahap peralihan. Hal yang sering kali muncul pada tahap ini adalah terjadinya suasana ketidakseimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Konselor diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota sehingga masalah tersebut dapat pula terjadi kecemasan, resistensi, konflik dan keengganan anggota kelompok membuka diri. Oleh karena itu, konselor selaku pimpinan kelompok harus dapat mengontrol dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarganya sendiri.

4) Tahap Kerja

Prayitno menyebut tahap ini sebagai tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan langkah selanjutnya yaitu menyusun rencana tindakan. Pada tahap ini anggota kelompok diharapkan telah dapat membuka dirinya lebih jauh dan menghilangkan defensifnya, adanya perilaku modelling yang diperoleh dari mempelajari tingkah laku baru serta belajar untuk bertanggung jawab pada tindakan dan tingkah lakunya. Akan tetapi, pada tahap ini juga dapat saja terjadi konfrontasi antar-anggota dan transferensi. Dan peran konselor dalam hal ini adalah berupaya menjaga ketertiban dan kebersamaan anggota kelompok secara aktif.

5) Tahap Akhir

Tahap ini adalah tahapan di mana anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dari kelompok. Umpan balik adalah hal penting yang sebaiknya dilakukan

oleh masing-masing anggota kelompok. Hal ini dilakukan untuk menilai dan memperbaiki perilaku kelompok apabila belum sesuai. Oleh karena itu, tahap akhir ini dianggap sebagai tahap melatih diri klien untuk melakukan perubahan. Sehubungan dengan pengakhiran kegiatan, Prayitno mengatakan bahwa kegiatan kelompok harus ditujukan pada pencapaian tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok. Kegiatan kelompok ini biasanya diperoleh dari pengalaman sesama anggota. Apabila pada tahap ini terdapat anggota yang memiliki masalah belum dapat terselesaikan pada fase sebelumnya, maka pada tahap ini masalah tersebut harus diselesaikan.

6) Pasca-Konseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya konselor menetapkan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi bahkan sangat diperlukan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir. Konselor dapat menyusun rencana baru atau melakukan perbaikan pada rencana yang telah dibuat sebelumnya. Atau dapat melakukan perbaikan terhadap cara pelaksanaannya. Apapun hasil dari proses konseling kelompok yang telah dilakukan seyogianya dapat memberikan peningkatan pada seluruh anggota kelompok. Karena inilah inti dari konseling kelompok yaitu untuk mencapai tujuan bersama.

f. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno pelaksanaan kegiatan konseling kelompok terdiri dari empat tahap kegiatan yang meliputi:

1) Tahap Pembentukan, atau Tahap Permulaan

Peranan konselor dalam tahap ini hendaklah benar benar aktif, ini tidak berarti bahwa pemimpin kelompok berceramah atau mengajarkan apa yang seharusnya dilakukan oleh anggota kelompok. Hal-hal yang dibicarakan dalam tahap ini meliputi:

- a) Mengungkapkan pengertian, tujuan, cara-cara, asas-asas kegiatan kelompok.
- b) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
- c) Anggota memperkenalkan diri satu persatu dan tiap anggota saling mengungkapkan diri apa adanya secara bebas dan terbuka.
- d) Penggalan ide dan perasaan, yaitu anggota mengungkapkan ide ide atau perasaan-perasaan yang masih mengganjal. Hal ini penting untuk menjaga rasa positif anggota terhadap kelompok.
- e) Permainan penghangatan/pengakraban, yaitu suasana keakraban yang sedang berkembang, perlu juga diadakan permainan untuk lebih mengakrabkan tiap anggota kelompok dan dilakukan oleh anggota kelompok.

2) Tahap Peralihan atau Tahap Transisi

Tahap ini merupakan tahap untuk mengantarkan anggota kelompok pada tahap berikutnya. Para anggota dituntut untuk membuka diri bahkan menemukan masalah pribadi masing-masing, pemimpin memantapkan asas-asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan dan kenormatifan.

3) Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan konseling kelompok. Dalam tahap ini diharapkan peserta/anggota kelompok aktif dan terbuka mengungkapkan apa yang dirasakan dan dialaminya dan tetap memusatkan perhatian terhadap tujuan yang ingin dicapai, mempelajari materi-materi baru, menyelesaikan tugas dan mempraktikkan perilaku-perilaku baru.

4) Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pemimpin kelompok meminta para anggota menyimpulkan hasil yang diperoleh dan mengutarakan kesan-kesan tentang kegiatan yang dilakukan setelah itu dilanjutkan dengan penetapan waktu dan tempat pertemuan selanjutnya dan penutup.

4. *Broken Home*

a. Pengertian Siswa *Broken Home*

Secara etimologis, *Broken Home* diartikan sebagai kehancuran dalam keluarga yang dialami oleh seorang anak (Echols & Shadily, 2000). Menurut Kamus Lengkap Psikologi (Chaplin, 2008) *broken home* merupakan suatu keadaan dimana keluarga mengalami keretakan atau rumah tangga yang berantakan, keadaan keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari kedua orang tua (ayah atau ibu) disebabkan oleh meninggal, perceraian, meninggalkan keluarga, dan lain-lain. Menurut Prasetyo (Imron & Bagus, 2019) *Broken* artinya "Kehancuran", sedangkan *Home* artinya "Rumah" sehingga *broken home* mempunyai arti bahwa adanya kehancuran yang ada di dalam rumah tangga yang disebabkan oleh kedua suami istri mengalami perbedaan pendapat. Menurut Lestari (dalam Gintulangi et al., 2018) *broken home* dapat juga diartikan dengan kondisi keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera karena sering terjadi keributan serta perselisihan yang menyebabkan pertengkaran dan berakhir pada perceraian. Sedangkan menurut Syamsu Yusuf (Pratama et al., 2016) *broken home* adalah keluarga yang tidak stabil atau berantakan yang ditandai dengan perceraian orang tua, atau mereka yang mempunyai orang tua yang single (single parent).

Dari pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa *Broken Home* adalah suatu keadaan yang dialami oleh seorang anak berupa keadaan orang tua atau keluarga tidak utuh atau tidak harmonis yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti kematian, ekonomi, perselisihan pendapat, kurangnya komunikasi, dan ego yang berlebihan. Yang demikian itu menyebabkan anak-anak tidak mendapatkan kasih sayang dan perhatian sebagaimana mestinya sehingga mempengaruhi kejiwaan sang anak bahkan mungkin membuatnya kurang semangat dalam menjalani hidup.

b. Kriteria *Broken Home*

Anak yang mengalami *broken home* ada beberapa kriteria sebagai berikut (Yusuf, 2009):

- 1) Kematian salah satu atau kedua orang tua.
- 2) Perceraian.
- 3) Hubungan tidak baik antara orang tua dengan anak.
- 4) Hubungan tidak baik antara kedua orang tua.
- 5) Kurang Harmonis
- 6) Gangguan Jiwa atau Mental salah satu atau kedua orang tua.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa *Broken Home* tidak hanya disebabkan oleh perceraian atau perpisahan orang tua saja, namun buruknya hubungan antar orang tua dan kurangnya kehangatan dalam keluarga juga dapat menyebabkan *Broken Home*.

c. Faktor-Faktor *Broken Home*

Ada beberapa faktor yang menyebabkan *Broken Home*, diantaranya (Willis, 2004):

- 1) Konflik Perkawinan: Konflik antara suami istri yang tidak terselesaikan dapat menjadi penyebab utama perceraian atau perpisahan. Perbedaan dalam nilai, tujuan, harapan, dan ketidakcocokan dalam hubungan dapat menyebabkan tegangnya hubungan perkawinan.
- 2) Ketidaksetiaan: Perselingkuhan atau ketidaksetiaan dari salah satu atau kedua pasangan dapat merusak kepercayaan dan menghancurkan hubungan perkawinan, seringkali berujung pada perceraian.
- 3) Masalah Keuangan: Masalah keuangan, seperti utang yang berlebihan, pengeluaran yang tidak terkendali, atau kesulitan finansial lainnya, dapat menciptakan tekanan besar dalam hubungan perkawinan dan menyebabkan perceraian.

- 4) Masalah Komunikasi: Kurangnya komunikasi yang efektif antara suami istri dapat menyebabkan ketidakpahaman, konflik yang tidak terpecahkan, dan akhirnya perceraian.
- 5) Kesehatan Mental atau Kesehatan Fisik: Masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, atau kecanduan, serta masalah kesehatan fisik yang serius, dapat menempatkan tekanan tambahan pada hubungan perkawinan dan menyebabkan perceraian.
- 6) Perbedaan Kultural atau Agama: Perbedaan dalam budaya, agama, atau nilai-nilai yang fundamental antara pasangan dapat menjadi sumber konflik yang signifikan dan bahkan menyebabkan perceraian.
- 7) Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Kekerasan fisik, emosional, atau verbal dalam rumah tangga dapat menciptakan lingkungan yang tidak sehat dan tidak aman, yang seringkali mengarah pada perceraian atau perpisahan.
- 8) Kehilangan Cinta atau Ketidakcocokan: Pasangan yang merasa bahwa mereka tidak lagi mencintai satu sama lain atau merasa bahwa mereka tidak cocok sebagai pasangan dapat memutuskan untuk berpisah atau bercerai.
- 9) Masalah Pengasuhan Anak: Perbedaan dalam pendekatan pengasuhan anak, perbedaan harapan terhadap anak, atau ketidaksetujuan tentang keputusan penting terkait anak-anak dapat menyebabkan konflik dalam hubungan perkawinan dan menyebabkan perceraian.
- 10) Masalah Penggunaan Zat: Penyalahgunaan alkohol, narkoba, atau obat-obatan lainnya oleh salah satu atau kedua pasangan dapat mengganggu hubungan perkawinan dan menyebabkan perceraian.
- 11) Stres dan Tekanan Eksternal: Tekanan eksternal seperti masalah pekerjaan, konflik dengan keluarga besar, atau peristiwa traumatis

dapat menempatkan tekanan tambahan pada hubungan perkawinan dan menyebabkan perceraian.

Menurut Kardawati (Ardilla & Cholid, 2021) ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *broken home* yaitu:

- 1) Orang tua hidup tidak lagi bersama (pisah).

Hal ini dikarenakan suami dan istri tidak lagi merasakan kasih sayang antara keduanya, tidak mampu untuk menopang, dan tetap ingin mempertahankan utuhnya sebuah keluarga. Seiring berjalannya waktu, lama kelamaan hubungan antara suami dan istri semakin tidak baik dan membuat jarak antara masing-masing sehingga terputusnya komunikasi. Hal ini sudah menunjukkan bahwa hubungan antara suami dan istri dalam situasi saling mengasingkan dan memutuskan tali keharmonisan dalam keluarga. Kemudian sibuk dengan urusan pribadinya masing masing. Kasus seperti perceraian menunjukkan bahwa suatu kenyataan dari kehidupan suami dan istri yang tidak lagi dijiwai oleh rasa kasih sayang atas dasar-dasar perkawinan yang telah terbina bersama dari awal dan kini telah goyah dan tidak mampu menopang dan mempertahankan keutuhan kehidupan keluarga yang harmonis. Dengan demikian hubungan antara suami dan istri tersebut semakin lama akan semakin renggang, masing masing atau salah satu membuat jarak sedemikian rupa sehingga komunikasi terputus sama sekali. Hubungan tersebut telah menunjukkan situasi keterasingan dan keterpisahan yang semakin melebar dan menjauh ke dalam dunianya sendiri. Maka dari hal tersebut ada pergeseran arti dan fungsi sehingga masing-masing merasa serba asing tanpa ada rasa kebertautan yang intim lagi, atau bisa dibilang acuh-tak acuh tidak peduli lagi antara satu dan yang lain. Bahkan bisa-bisa saling menjatuhkan antara keduanya. Padahal dalam ajaran agama Islam, Allah tidak menyukai yang namanya perceraian yang ada di dalam keluarga.

2) Orang tua yang tidak dewasa.

Sikap tidak dewasa merupakan bagian dari sikap egoisme dan egosentrisme. Egoisme merupakan sikap yang selalu mementingkan diri sendiri tanpa memikirkan orang lain. Sedangkan egosentrisme merupakan sikap yang selalu mengutamakan dirinya sebagai titik perhatian.

3) Ekonomi

Ekonomi juga termasuk faktor yang mempengaruhi *broken home* hal ini disebabkan orang tua yang beranggapan bahwa anak hanya perlu makan, namun tanpa mereka sadari bahwa perhatian dan kasih sayanglah yang paling utama untuk diberikan kepada anak.

Sedangkan faktor penyebab terjadinya *broken home* menurut Imron dan Bagus (2019) yaitu:

1) Gangguan Komunikasi

Komunikasi dalam keluarga menduduki posisi penting sebagai pembuka jendela informasi yang bisa digunakan menganalisa dan mendeteksi apabila ada gangguan dalam keluarga. Apabila komunikasi ini tidak lancar, maka akan terjadi ketertutupan informasi sehingga banyak terjadi ketakutan, kecurangan dan juga kebohongan karena keinginan untuk menutup diri. Keluarga yang normal selalu ingin agar terjalin komunikasi intensif dan harmonis serta dua arah dengan anggota keluarganya, namun bagi keluarga *broken home* komunikasi yang terjadi justru bisa menjadi petaka karena tiadanya saling pengertian dan kepercayaan. Komunikasi dalam keluarga bersifat antar pribadi yang menunjukkan kompleksitas hubungannya. Tersumbatnya saluran komunikasi merupakan penyebab awal terjadinya *broken home*.

2) Egosentris

Sikap egosentrik orang tua berpengaruh terhadap keutuhan keluarga, selain itu juga berpengaruh pada kepribadian anak. Egosentris merupakan sifat yang mementikan diri sendiri dan

menganggap benar pendapat dan tindakannya sendiri sehingga sulit mengakui kebenaran dari orang lain. Apabila suami-istri mempunyai sifat ini dan tidak ada saling pengertian dan saling mengalah maka benih-benih *broken home* telah ada dan akan semakin membesar suatu saat. Akibat sifat ini, mungkin suatu saat suami-istri bertengkar hebat di hadapan anak-anaknya di mana jelas akan berpengaruh negatif pada kejiwaan anak.

3) Ekonomi

Ekonomi keluarga jelas memberi pengaruh pada keharmonisan rumah tangga. Kemiskinan merupakan salah satu faktor penyebab *broken home* karena seringkali percekocokan, pertikaian suami-istri diawali dari persoalan ekonomi. Keluarga bisa rusak apabila faktor ekonomi ini tidak dikendalikan, kerusakan itu bisa terjadi pada orang yang kekurangan maupun kelebihan ekonomi, namun kekurangan ekonomi lebih berbahaya dari pada kelebihan ekonomi. Ketiadaan ekonomi (kemiskinan) berhubungan dengan Pendidikan seseorang meskipun terjadi secara tidak langsung dan pengangguran juga punya pengaruh positif signifikan terhadap kemiskinan.

4) Kesibukan

Sibuk merupakan kata-kata yang paling sering diucapkan ketika tidak bisa menghadiri atau menjumpai situasi tertentu. Kesibukan suami atau istri yang sampai tiap hari pulang larut malam akan mempengaruhi kondisi keluarga. Ujung-ujungnya anak jadi korban karena kurang kedekatan, kurang kasih sayang dan kurang perhatian. Kurangnya perhatian terhadap suami atau istri karena kesibukan akan menjadi dasar munculnya problem komunikasi dalam keluarga.

5) Rendahnya Pemahaman dan Pendidikan

Pendidikan seseorang berpengaruh pada pemahaman yang dimiliki, apalagi ketika sudah berkeluarga. Suami atau istri yang berpendidikan rendah cenderung kurang dari sisi pemahaman dan pengertian serta tugas dan kewajiban sebagai suami/istri. Jadi jelas

bahwa pemahaman dan Pendidikan merupakan salah satu faktor yang bisa memicu *broken home* karena dengan tidak adanya saling pengertian, saling memahami akan terjadi konflik terus-menerus yang bisa berujung pada berakhirnya ikatan dalam rumah tangga.

6) Gangguan Pihak Ketiga

Pihak ketiga yang dimaksud dalam arti kelini adalah orang yang dengan sengaja atau tidak sengaja menjadi penyebab adanya krisis dalam rumah tangga. Krisis ini bisa saja dalam bentuk krisis kepercayaan baik dari sisi ekonomi, hubungan personal maupun lainnya. Pihak ketiga juga terkadang menyebabkan kecemburuan sehingga muncul krisis kepercayaan (*trust*) bagi suami atau istri. Selain itu pihak ketiga juga bisa datang dari orang tua yang selalu intervensi terhadap kehidupan anak-anaknya padahal sudah berumah tangga.

Semua faktor di atas dapat berkontribusi terhadap terjadinya *broken home*, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial anak-anak yang terlibat. Oleh karena itu, penting bagi pasangan yang mengalami masalah dalam hubungan mereka untuk mencari bantuan profesional dan upaya untuk menyelesaikan konflik mereka secara konstruktif demi kebaikan keluarga.

d. Dampak Keluarga *Broken Home*

Kondisi *Broken Home* akan menimbulkan dampak yang banyak terkhususnya bagi sang anak, diantaranya yaitu (Mu'awanah, 2012):

- 1) Kurang mendapat kasih sayang dan perhatian.
- 2) Kurang mendapat pengawasan
- 3) Lemah ekonomi
- 4) Mempengaruhi psikologis sang anak

Robert S. Feldman (Robert, 2012) dalam bukunya yang berjudul Pengantar Psikologi memuat teori hierarki kebutuhan berbentuk piramida yang dikembangkan oleh Abraham Maslow, dalam teori ini Maslow

menyatakan bahwa pada diri setiap individu terdapat lima kebutuhan dasar yang menuntut untuk dipenuhi, kelima kebutuhan tersebut dimulai dari tingkat yang paling bawah hingga tingkatan teratas yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan rasa memiliki, kebutuhan akan penghargaan, serta kebutuhan akan aktualisasi diri, yang mana kebutuhan yang berada ditingkat paling bawah harus terpenuhi terlebih dahulu baru setelah itu seseorang dapat bergerak maju untuk memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi tingkatannya.

Berdasarkan teori hierarki kebutuhan yang dikembangkan oleh Abraham Maslow maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pada diri setiap individu termasuk anak memiliki lima kebutuhan yang paling mendasar dan menuntut untuk dapat dipenuhi, yang mana agar kebutuhan yang berada di tingkat teratas yakni kebutuhan akan aktualisasi diri dapat terpenuhi maka terlebih dahulu individu tersebut harus memenuhi kebutuhan yang berada di tingkat bawah, karenanya teori ini dinamakan teori hierarki atau jenjang atau tingkatan kebutuhan yang dimulai dari tingkatan yang paling bawah hingga teratas.

Berdasarkan teori kelekatan yang dikembangkan oleh Bowlby (Lestari, 2014) yang menjelaskan tentang relasi orang tua dengan anak maka apabila relasi antara mereka berlangsung baik dampak positif berupa terpenuhi berbagai kebutuhan pada diri anak diantaranya kebutuhan akan rasa aman dan kasih sayang, namun jika relasi antara orang tua dan anak tidak berlangsung baik alhasil kebutuhan psikologis pada diri anak-pun tidak dapat terpenuhi dan berdampak negatif pada perkembangan anak.

Keadaan psikologis anak yang berasal dari keluarga *broken home* pada umumnya mengalami tekanan berupa stres akibat keadaan keluarganya yang tidak harmonis. Menurut Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan stres diartikan sebagai respon atau reaksi fisik maupun psikis yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan terhadap tuntutan yang dihadapi.

Semakin suatu peristiwa tampaknya tidak dapat dikendalikan maka semakin besar kemungkinan seseorang mengalami stres, contohnya permasalahan *broken home*. Sebaliknya semakin besar keyakinan seseorang dalam mengendalikan suatu peristiwa maka semakin kecil kemungkinan seseorang mengalami stres. Adapun respon seseorang terhadap peristiwa stres ini yakni sebagai berikut:

1) Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu reaksi paling umum terhadap suatu stresor. Yakni merupakan suatu emosi tidak menyenangkan yang ditandai oleh kekhawatiran, prihati, tegang, atau takut.

2) Kemarahan dan Agresi

Reaksi umum lainnya terhadap situasi stres adalah kemarahan yang mungkin dapat menyebabkan agresi, seseorang yang telah mencapai tingkat frustrasi maka ada kemungkinan perilaku agresi akan muncul, agresi dalam hal ini berupa tindakan menyakiti orang lain baik secara fisik maupun lisan, biasanya agresi ini ditujukan kepada orang atau objek yang tidak bersalah ketimbang pada penyebab frustrasi itu sendiri.

3) Apati atau Depresi

Selain kecemasan dan agresi ada lagi respon terhadap stres yang berupa kebalikannya yakni dengan cara menarik diri dan apati. Ketika seseorang menghadapi situasi yang tidak dapat ditoleransi/diatasi, sehingga akhirnya dia menyerah dan menerima segala sesuatu seperti apa adanya. Jika kondisi stres ini terus berjalan dan individu tidak berhasil mengatasinya maka apati dapat memberat menjadi depresi.

Menurut Robert S. Feldman dalam bukunya yang berjudul Pengantar Psikologi depresi merupakan suatu hal yang wajar terjadi karena adanya kesedihan yang datang dari pengalaman yang mengecewakan dalam hidup yang dialami. Akan tetapi jika itu bentuk depresi yang parah dan berlangsung dalam waktu yang lebih lama maka individu tersebut akan merasa tidak berguna, tidak berharga,

kehilangan selera makan, dan tidak memiliki energi. Lebih parah lagi individu tersebut mengalami perasaan tersebut selama beberapa bulan atau beberapa tahun, menangis tanpa bisa dikontrol, gangguan tidur, serta beresiko melakukan bunuh diri.

Stres yang dialami oleh remaja salah satunya disebabkan oleh latar belakang keluarga, sehingga menyebabkan perasaan tidak bahagia, kelelahan yang ekstrem, dan perasaan ketidakberdayaan yang nyata. Selain itu konflik berkepanjangan yang terjadi antara orang tua dan anak dapat mendorong masalah perilaku seperti kenakalan, berhenti sekolah, kecenderungan agresi, dan lain-lain.

4) Gangguan kognitif

Selain reaksi emosional seperti dijelaskan sebelumnya, orang seringkali menunjukkan gangguan kognitif yang cukup besar jika berhadapan dengan dengan stressor yang serius. Adapun gangguan kognitif yang dialami seperti sulit berkonsentrasi dan mengorganisasikan pikiran secara logis.

5) Gangguan psikofisiologis

Menurut Robert S. Feldman gangguan psikofisiologis adalah masalah medis aktual yang dipengaruhi oleh interaksi dan kesulitan psikologis, emosional dan fisik. Gangguan ini biasanya bergerak dari masalah besar seperti tekanan darah tinggi hingga kondisi-kondisi yang tidak terlalu serius seperti sakit kepala, flu, dan lainnya. Dalam tingkat psikologis, tingkat stres yang tinggi mencegah seseorang untuk menghadapi hidup secara adekuat, pandangan mereka terhadap lingkungan sekitar menjadi kabur misalnya memandangi kritikan kecil dari seorang teman. Respon emosional yang muncul menyebabkan seseorang tidak dapat bertindak apa-apa juga kurang mampu menghadapi stressor baru. Adapun respon fisik yang muncul yakni dapat meningkatkan resiko mengalami sakit serta kurang mampu sembuh dari sakit.

B. Hasil Penelitian Relevan

Dari hasil penelusuran yang peneliti lakukan, Peneliti menemukan beberapa penelitian yang memiliki tema atau objek pembahasan yang sama, akan tetapi setiap penelitian yang ditemukan memiliki perbedaannya masing-masing, diantaranya:

1. Penelitian yang ditulis oleh Tri Septi Setyaningsih pada Siswa SMP Negeri 2 Bantarbolang Pemalang Tahun 2011 dengan judul “Pendekatan Konseling Realita Dalam Mengubah Konsep Diri Negatif Negatif Siswa *Broken Home*”. Hasil penelitian ini mengungkapkan adanya perubahan konsep diri siswa dari yang sebelumnya negatif menjadi positif seperti yang awalnya tidak menerima dengan positif kejelasan ayahnya menjadi bisa menerima, dari yang sebelumnya merasa berbeda dengan teman-temannya dan merasa tidak diterima menjadi tidak merasa rendah diri lagi.
2. Penelitian yang ditulis oleh Ihsan Azhary di IAIN Surakarta pada tahun 2021 dengan judul “Peningkatan Kepercayaan Diri Dan Motivasi Belajar Siswa Dari Keluarga *Broken Home* Melalui Bimbingan Konseling Islam Di Madrasah ‘Aliyah Muhammadiyah Wonogiri”. Hasil tesis ini menggambarkan jenis pelaksanaan konseling islami yang dilaksanakan, proses peningkatan kepercayaan diri siswa, layanan yang digunakan dan faktor pendukung serta penghambat pelaksanaan bimbingan konseling islami.
3. Penelitian yang ditulis oleh Rahmi Fauzian di UIN Sumatera Utara pada tahun 2019 dengan judul “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Motivasi Belajar Pelaksanaan bimbingan konseling islami berbentuk pengelompokan pengajian hingga konsultasi agama. Rasa percaya diri Siswa *Broken Home* di MTsN 4 Medan”. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan pelaksanaan konseling islami yang dilaksanakan belum berjalan maksimal, rasa kepercayaan diri dan motivasi belajar siswa masih rendah dan sebagian sedang, layanan yang digunakan yaitu layanan konseling

individu dan kelompok, faktor pendukung pelaksanaan yaitu adanya fasilitas yang sudah memadai dan kerjasama guru yang baik dan faktor penghambat yaitu sebagian siswa menutup diri dan waktu pelaksanaan yang belum efektif.

Dari hasil penelitian relevan di atas, ada kesamaan pembahasan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu berupa peningkatan rasa percaya diri dan motivasi belajar siswa *broken home*, serta pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling yang diberikan kepada siswa-siswa *broken home* yang mengalami rasa kepercayaan diri dan motivasi belajar rendah. Yang menjadi pembeda penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah layanan yang diberikan berupa Layanan Konseling Kelompok dengan metode penelitian kuantitatif yang dengannya bisa mengetahui secara signifikan bagaimana pengaruh layanan yang diberikan Terhadap Kepercayaan Diri dan motivasi belajar siswa *broken home*.

C. Kerangka Berpikir

Dalam kehidupan keluarga kebutuhan-kebutuhan anak secara umum yang harus dipenuhi, antara lain rasa aman, keselamatan, kenyamanan dan makanan. Keluarga juga memberikan lingkungan yang kondusif dan mendukung di dalamnya sehingga anak dapat menjalani tahap tahap pertumbuhan yang normal dan pembelajaran dari orang tua atau pengasuh melalui peragaan atau pengajaran langsung. Jika hal-hal tersebut tidak terpenuhi dengan baik maka akan berpengaruh terhadap tahap perkembangan selanjutnya.

Memahami tentang kasus keluarga *broken home*, relatif anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga *broken home* akan tumbuh menjadi individu yang memiliki kepribadian kurang sehat, kemudian dalam perkembangan emosi anak-anak yang beranjak remaja akan berada dalam kecenderungan rasa tidak nyaman dan kurang bahagia. Anak *broken home* adalah anak yang di dalam keluarganya tidak harmonis yang bisa disebabkan oleh beberapa hal. *Broken home* dapat merusak jiwa anak, menyebabkan anak nakal di sekolah, tidak disiplin di kelas, selalu ribut, dan cemas. Siswa melakukan hal ini karena ingin mendapat

perhatian dari teman dan gurunya. Dampak *Broken Home* akan mempengaruhi hampir setiap aspek kehidupan mereka, dan salah satu dampak negatifnya adalah hilangnya rasa percaya diri.

Oleh karena itu kepercayaan diri sangat diperlukan untuk membantu mereka mampu menjalani tugas perkembangannya serta mampu berkembang secara optimal terutama untuk mereka yang berasal dari keluarga *broken home*. Karena, agar anak dan remaja mengalami perkembangan yang baik maka harus berkembang dengan prinsip-prinsip perkembangan yang sebaiknya memperhatikan lingkungan keluarganya yang harmonis. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting yang harus ada pada diri individu karena merupakan penunjang untuk mengembangkan diri secara dinamis dan optimal. Karena individu yang memiliki rasa kepercayaan diri tinggi akan menjadi pribadi yang bisa dan mau belajar, serta akan berperilaku positif baik pada dirinya sendiri maupun dengan orang lain. Remaja yang mengalami ketidakpercayaan diri dan motivasi belajar yang rendah akibat dari keadaan keluarga yang *broken home* harus mendapat perhatian khusus bagi semua pihak yang terkait baik sekolah, lingkungan dan orang tua siswa.

Selain kurang percaya diri, juga akan berdampak pada akademik anak seperti kesulitan belajar, membolos, pasif di kelas, hingga menurunnya motivasi belajar. *Broken Home* bisa menyebabkan motivasi belajar anak menjadi rendah karena kurang perhatian dan dorongan dari orang tua. Motivasi belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, faktor internal yaitu kondisi jasmani dan rohani, cita-cita atau aspirasi, kemampuan siswa dan perhatian. Adapun faktor eksternal yaitu kondisi lingkungan siswa, unsur-unsur dinamis dalam belajar dan upaya guru dalam mengelola kelas.

Upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi belajars siswa dapat dilakukan dengan mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang bisa digunakan adalah layanan konseling kelompok. Banyak ahli mengatakan bahwa remaja lebih mendengarkan rekan-rekan mereka daripada orang dewasa, sehingga kelompok dapat berfungsi sebagai sumber belajar dan mengeksplorasi

pengalaman yang cocok untuk remaja. Dengan menjadi mandiri siswa mampu untuk merealisasikan apa yang diinginkan dan perasaanya tanpa memiliki perasaan takut dan ragu-ragu. Konseling kelompok menawarkan pemahaman dan dukungan yang mendorong kemauan anggota untuk mengeksplorasi masalah yang mereka bawa ke kelompok tersebut. Para peserta akan mencapai rasa memiliki dan anggota kelompok belajar cara bersikap intim, peduli, dan belajar menghadapi tantangan. Dalam suasana yang mendukung ini, para anggota dapat bereksperimen dengan perilaku baru.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dapat menjadi sarana dalam peningkatan kepercayaan diri dan motivasi belajar siswa *broken home*, karena akan membantu siswa dalam mengungkapkan perasaan, ide pikiran serta belajar bersifat terbuka terhadap orang lain serta memandirikan siswa dalam menjalin hubungan dengan siswa lainnya. Penelitian ini ditujukan untuk siswa siswi yang mengalami kepercayaan diri dan motivasi belajar yang rendah disebabkan oleh keadaan *broken home*.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis peneliti disusun berdasarkan teori-teori dan kerangka berpikir yang sudah ditemukan sebelumnya, dari teori dan kerangka berpikir di atas maka peneliti menyusun beberapa Hipotesis Nihil (H_0) sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kepercayaan diri siswa *broken home* di Madrasah Aliyah Laboratorium UIN Sumatera Utara.
2. Terdapat pengaruh layanan konseling kelompok terhadap motivasi belajar siswa *broken home* di Madrasah Aliyah Laboratorium UIN Sumatera Utara.