

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Kepercayaan diri menurut Lauster adalah keyakinan atau perasaan positif terhadap kemampuan individu sendiri, sehingga individu tersebut merasa tidak terlalu khawatir dalam menghadapi situasi apapun. Mereka merasa bebas untuk mengejar kegiatan yang mereka sukai dan mengambil tanggung jawab atas tindakan mereka, serta menunjukkan kehangatan dan kesopanan dalam berinteraksi dengan orang lain. Mereka mampu menerima dan menghargai orang lain, memiliki motivasi untuk meraih prestasi, dan memiliki pemahaman yang baik tentang kelebihan dan kekurangan diri mereka sendiri (Alsa Asmadi, 2006: 48).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek fundamental dari kepribadian yang memiliki peranan sangat penting bagi perkembangan dan kesejahteraan seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri, individu cenderung menghadapi berbagai masalah yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Kepercayaan diri adalah atribut yang sangat berharga dan memainkan peran kunci dalam kehidupan bermasyarakat, karena dengan memiliki rasa percaya diri, seseorang dapat mengaktualisasikan seluruh potensi yang ada dalam dirinya. Selain itu, kepercayaan diri bukan hanya penting untuk satu fase kehidupan atau satu kelompok tertentu saja, melainkan diperlukan oleh setiap individu, baik anak-anak maupun orang dewasa. Kepercayaan diri dibutuhkan baik dalam konteks individu maupun dalam konteks kelompok. Dengan kata lain, baik dalam interaksi personal

maupun dalam dinamika kelompok, kepercayaan diri menjadi elemen yang krusial untuk mencapai keberhasilan dan kesejahteraan. Oleh karena itu, memiliki kepercayaan diri adalah sesuatu yang mendesak dan urgen untuk dimiliki oleh setiap individu demi keberhasilan dan kepuasan dalam kehidupan sehari-hari (M. Nur Ghufron dkk, 2012: 33)

Secara esensial, setiap manusia memiliki rasa percaya diri, namun tingkat kepercayaan diri tersebut bervariasi antara satu individu dengan individu lainnya. Beberapa orang mungkin memiliki rasa percaya diri yang kurang, sementara yang lain memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi. Perbedaan ini kemudian tercermin dalam perilaku dan tindakan masing-masing individu. Orang yang memiliki rasa percaya diri rendah cenderung menunjukkan perilaku yang berbeda dari kebanyakan orang. Mereka sering merasa tidak mampu, ragu-ragu dalam menyelesaikan tugas, dan tidak berani berbicara banyak kecuali mendapatkan dukungan dari orang lain. Misalnya, mereka mungkin sering merasa cemas atau ragu saat menghadapi situasi baru atau tugas yang menantang, sehingga kinerja mereka menjadi kurang optimal. Sebaliknya, orang yang memiliki rasa percaya diri tinggi biasanya merasa yakin dengan kemampuan diri mereka sendiri. Keyakinan ini terlihat dari tingginya keberanian mereka dalam mengambil risiko, kemampuan mereka untuk menjalin hubungan sosial yang baik, serta rasa tanggung jawab dan harga diri yang kuat. Mereka cenderung lebih aktif dalam berbagai situasi, lebih mudah menjalin komunikasi, dan lebih mampu memimpin atau bekerja dalam tim (Fani Juliyanto, 2019: 72).

Kurangnya rasa percaya diri, atau yang sering disebut sebagai minder, adalah kondisi di mana seseorang merasa dirinya tidak mampu dan selalu membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih baik. Orang yang mengalami minder cenderung bersikap egosentris, sering merasa sebagai korban dalam berbagai situasi, tidak puas dengan diri mereka sendiri, dan sering merasa kasihan pada diri sendiri. Mereka juga mudah menyerah ketika menghadapi tantangan dan merasa bahwa mereka tidak memiliki kemampuan yang berarti. Sikap-sikap ini membuat mereka sulit untuk berkembang dan mencapai potensi maksimal mereka (Musriani 2020: 15).

Menurut data yang diperoleh BPS Kota Bandung sekitar 19 persen dari remaja di Kota Bandung menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah. Penelitian ini melibatkan berbagai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, termasuk prestasi akademik, dukungan keluarga, dan partisipasi dalam kegiatan sosial. Khususnya, remaja yang sedang menempuh pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) menunjukkan prevalensi yang signifikan dalam hal rendahnya kepercayaan diri. Kondisi ini memerlukan perhatian khusus dari berbagai pihak, termasuk orang tua, pendidik, dan pemerintah, untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan meningkatkan rasa percaya diri dikalangan remaja itu sendiri.

Hal ini menunjukkan bahwa cukup banyak remaja Kota Bandung yang memiliki sikap kurang percaya diri bersamaan dengan data terbaru yang dikumpulkan dari lapangan, tercatat bahwa PUSPAGA telah menangani lebih dari 100 kasus permasalahan konseli dalam kurun waktu tertentu. Permasalahan yang

ditangani oleh PUSPAGA sangat beragam, mulai dari masalah keluarga, konflik antar personal, hingga permasalahan mental yang dialami oleh konseli.

Salah satu jenis permasalahan yang sering kali muncul di kalangan konseli adalah kondisi kurang percaya diri. Meski demikian, data menunjukkan bahwa jumlah konseli yang mengalami masalah kurang percaya diri ini berada di bawah 30 kasus dalam kurun waktu kurang dari setahun. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun masalah ini ada, tidak mendominasi secara keseluruhan permasalahan yang ditangani oleh PUSPAGA Kota Bandung.

Dalam rangka mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi kurang percaya diri ini, peneliti memutuskan untuk melakukan observasi dan wawancara kepada sejumlah konseli yang mengalami masalah tersebut. Peneliti memilih untuk fokus pada tiga orang konseli saja. Keputusan ini diambil dengan pertimbangan agar proses observasi dan wawancara dapat dilakukan secara lebih mendetail dan mendalam, sehingga data yang diperoleh bisa lebih komprehensif dan menggambarkan kondisi nyata yang dialami oleh para konseli.

Oleh karena itu yang dimaksud pada penjelasan di atas membahas tentang pemahaman dan penanganan terhadap rasa percaya diri yang rendah sangat penting untuk membantu individu mengatasi perasaan minder dan mengembangkan potensi diri mereka terutama pada konseli PUSPAGA Kota Bandung. Terapi dan intervensi yang digunakan PUSPAGA Kota Bandung menggunakan teknik *Client Centered Therapy*, teknik ini dapat menjadi solusi efektif untuk membantu mereka meningkatkan rasa percaya diri dan menjalani kehidupan yang lebih produktif.

Menurut Sayekti (2010:1) dalam pendekatan *Client Centered Therapy* yang dikemukakan oleh tokoh utamanya, Carl R. Rogers, penyelesaian masalah berfokus pada klien, mirip dengan makna umum konseling. Konseling pada dasarnya merupakan suatu proses bantuan bagi individu, di mana individu tersebut bertanggung jawab untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Pendekatan ini memiliki beberapa aspek positif, termasuk peran sentral konseli dalam menentukan keberhasilan atau kegagalan proses konseling, memberikan kebebasan kepada konseli untuk menetapkan perubahan yang akan dilakukan pada dirinya. Dalam pelaksanaan konseling, terdapat kebutuhan penting akan hubungan interpersonal yang baik antara konselor dan konseli. Selain itu, konselor juga diharapkan untuk menunjukkan sikap penuh pemahaman dan penerimaan terhadap konseli.

Pendekatan *Client Centered Therapy* memiliki beberapa tujuan dasar. Pertama, keterbukaan terhadap pengalaman, yang berbeda dengan ketahanan, mencerminkan kesadaran yang lebih tinggi akan kenyataan sebagaimana adanya di luar diri individu. Kedua, membangun kepercayaan pada diri sendiri adalah salah satu tujuan terapi ini, yang dicapai dengan meningkatkan keterbukaan klien terhadap pengalaman mereka sendiri, sehingga rasa percaya diri mereka mulai berkembang. Ketiga, kemampuan melakukan evaluasi internal, yang berkaitan dengan kepercayaan diri, berarti klien lebih sering mencari jawaban dalam diri mereka sendiri untuk mengatasi masalah eksistensial, menetapkan standar perilaku, serta membuat keputusan dan pilihan hidup melalui introspeksi. Keempat, kesiapan untuk menjadi bagian dari proses, di mana klien menyadari bahwa pertumbuhan pribadi adalah proses yang berkelanjutan dan terus-menerus.

Client Centered Therapy berfokus pada menciptakan lingkungan yang mendukung, dan empati, di mana remaja merasa aman untuk mengekspresikan diri mereka tanpa takut dihakimi. Dengan memberikan kesempatan kepada remaja untuk berbicara tentang perasaan dan pengalaman mereka, serta mendorong penerimaan diri dan penghargaan diri, terapi ini dapat membantu mereka mengembangkan rasa percaya diri yang lebih kuat. Pendekatan ini menekankan pentingnya mendengarkan aktif, empati, dan ketulusan dari terapis, yang semuanya berkontribusi pada perasaan diterima dan dihargai oleh remaja, sehingga memungkinkan mereka untuk menemukan kekuatan internal mereka dan mengatasi tantangan yang mereka hadapi.

Maka dari *Client Centered Therapy* dalam menumbuhkan rasa percaya diri pada remaja adalah untuk membantu mereka mengenali, menerima, dan menghargai diri mereka sendiri. konseli membantu remaja memahami dan menerima pengalaman serta emosi mereka sendiri. terapi ini juga bertujuan untuk memperkuat kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang sesuai dengan nilai dan keinginan mereka sendiri, serta mengembangkan keterampilan untuk menghadapi tantangan hidup. Hasil akhirnya adalah remaja yang memiliki rasa percaya diri yang lebih kuat, mampu mengatasi tekanan eksternal, dan memiliki pandangan positif terhadap diri mereka sendiri.

Penerapan *Client Centered Therapy* di PUSPAGA Kota Bandung bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja, remaja diberikan ruang untuk mengeksplorasi dan memahami diri mereka sendiri secara mendalam, sementara konselor menjadi fasilitator yang mendukung mereka dalam proses ini. Melalui

pengakuan, empati, dan penghargaan terhadap pengalaman serta perasaan mereka, remaja dapat merasakan keberanian untuk mengatasi ketidakpastian dan ketidakamanan yang dirasakan. Dengan demikian, mereka dapat mengembangkan rasa percaya diri yang kuat dan merasa lebih mampu menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.

Peneliti melakukan wawancara terkait proses konseling di PUSPAGA Kota Bandung mengenai Teknik konseling yang digunakan melalui Teknik *Client Centred Therapy* berikut hasil dari wawancara peneliti.

"Teknik yang kita gunakan untuk pelaksanaan konseling secara keseluruhan kami menggunakan teknik *Client Centered Therapy*, teknik ini membuat klien merasa nyaman dan tidak dihakimi. Kita percaya kalo setiap orang sebenarnya bisa menyelesaikan masalahnya sendiri, cuma butuh tempat yang tepat buat curhat dan eksplor perasaannya. Dengan pendekatan ini, klien jadi pusat perhatian dan kita, sebagai konselor, cuma jadi pendamping yang empati dan suportif. Kita nggak bakal ngasih saran langsung atau ngejudge, tapi lebih dengerin dan bantu mereka buat nemuin solusi sendiri. Ini bikin mereka lebih percaya diri dan mandiri dalam menghadapi masalah."

Dalam hal ini, penelitian ini bertujuan untuk mengenali *Client Centered Therapy* dalam meningkatkan rasa percaya diri. Studi ini akan dilakukan pada pusat pembelajaran keluarga (PUSPAGA) di kota Bandung, yang merupakan Lembaga yang menaungi layanan konseling dan terapi bagi individu dan keluarga.

Dengan demikian maka dapat diambil kesimpulan bahwa apabila konseling *Client Centered Therapy* mampu diterapkan kepada remaja maka diharapkan akan

membantu remaja untuk menjadi pribadi yang memiliki rasa percaya diri dan bisa terbentuk secara optimal yang bertujuan menekankan pada kecakapan klien untuk membantu menemukan permasalahan, dengan demikian anak menjadi lebih percaya diri.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas didapatkan beberapa fokus penelitian dibawah ini sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi kepercayaan diri remaja sebelum penerapan *Client Centered Therapy*?
2. Bagaimana penerapan *Client Centered Therapy* dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri remaja?
3. Bagaimana hasil penerapan *Client Centered Therapy* dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi kepercayaan remaja sebelum penerapan *Client Centered Therapy*.
2. Untuk mengetahui penerapan *Client Centered Therapy* dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri remaja.
3. Untuk mengetahui hasil penerapan *Client Centered Therapy* dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja.

D. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka penelitian ini memiliki kegunaan. Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kegunaan akademis: penelitian ini memiliki kegunaan teoritis yang penting dalam pemahaman kepercayaan diri remaja ditinjau dengan menggunakan Teknik bimbingan konseling yaitu terapi *Client Centered Therapy*. Hasil penelitian dapat memberikan wawasan lebih bagi lembaga pendidikan dan pelatihan konselor untuk menyusun program yang berfokus pada penerapan *Client Centered Therapy* Pendidikan dan juga di PUSPAGA Kota Bandung, mempersiapkan konselor yang profesional untuk tantangan praktik di lapangan.
2. Kegunaan praktis: Penelitian ini memiliki nilai praktis yang signifikan dalam pengembangan intervensi yang efektif, meningkatkan kesadaran dan keterampilan mahasiswa, serta memberikan rasa percaya diri yang positif dan sehat. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merumuskan kebijakan dan program di berbagai institusi pendidikan serta lembaga sosial yang berfokus pada penanganan masalah psikologis dan kepercayaan diri manusia dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan psikologis mereka.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian dilakukan secara terstruktur untuk memperoleh pengetahuan baru dan memperluas pemahaman tentang suatu studi kasus atau fenomena. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah merujuk pada penelitian terdahulu yang relevan. Penelitian memegang peranan krusial dalam mencapai kemajuan dan inovasi. Dalam konteks ini, relevansi penelitian mengacu pada keterkaitan dengan topik atau

masalah yang sedang dibahas dan dipelajari. Oleh karena itu, ada beberapa penelitian sebelumnya yang membahas peningkatan kepercayaan diri, diantaranya sebagai berikut:

1. jurnal dengan judul “Pendekatan *Client Centered* Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Kurang Percaya Diri Dari Pergaulan Teman Sebaya”, ditulis oleh Veninda Herinawati, Masturi, Richma Hidayati tahun 2022 jurnal ini menjelaskan tentang Berdasarkan penelitian-penelitian yang ada dapat disimpulkan bahwa penggunaan *Client Centered* dalam bimbingan konseling ternyata mampu memberikan dampak perubahan yang signifikan pada diri siswa yaitu mampu mengatasi permasalahannya sendiri dan terbebas dari rasa cemas dan khawatir, yang semula kurang percaya diri dan setelah diadakannya konseling berubah menjadi percaya diri.
2. Skripsi dengan judul “Penerapan pendekatan *Client Centered Therapy* teknik *self understanding* dalam melaksanakan konseling individual untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah menengah atas Negeri 1 Pasir Penyu” ditulis oleh Warizaldi Pratama tahun 2020 skripsi ini menjelaskan tentang peningkatan kepercayaan diri siswa secara rata-rata rendah 95,5. Setelah menggunakan Teknik *Client Centered Therapy* naik signifikan menjadi 138,6.
3. Jurnal dengan judul “Pengaruh pendekatan *Client Centered* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VII-1 di SMP Negeri 7 Kisaran” ditulis oleh Yulia Pharamita tahun 2020 Jurnal ini menjelaskan tentang menumbuhkan rasa kepercayaan diri siswa akibat menurunnya respon di dalam kelas.
4. Skripsi dengan judul “Pengaruh *Client Centered Therapy* Terhadap

Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI Di Al-Umariyah As-Salafiyah Montong Razak Batunyala Kecamatan Praya Tengah Kabupaten Lombok Tengah” ditulis oleh Nasarudin tahun 2022 skripsi ini menjelaskan tentang kemajuan tingkat percaya diri siswa di sekolah sekitar 44,6 persen, adanya pengaruh *Client Centered Therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa karena dari hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan *Client Centered Therapy* terhadap kepercayaan diri siswa.

Berdasarkan tinjauan beberapa penelitian sebelumnya, terlihat bahwa penelitian ini berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini memiliki fokus pada menumbuhkan rasa percaya diri, mengubah persepsi remaja mengurangi dampak negatif dan mengatasi sejauh mana akan berhasil dalam Teknik *Client Centered Therapy*: Studi pada PUSPAGA Kota Bandung.

F. Landasan Pemikiran

Pada dasar pemikiran penelitian ini, terdapat dua pijakan utama yaitu dasar teoritis dan kerangka konseptual yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Landasan Teoritis

Salah satu konsep atau metode yang sangat esensial dalam pelaksanaan konseling adalah teknik konseling *Client Centered Therapy*, yang diperkenalkan oleh Carl R. Rogers seperti yang dijelaskan dalam Surya (2003: 56). Teknik ini dianggap sebagai suatu keterampilan yang mutlak dikuasai oleh seorang konselor dalam melakukan Bimbingan dan Konseling, dan mencakup keterampilan dasar seperti mendengarkan, menyimak secara aktif, refleksi perasaan, dan klarifikasi. konsep inti konseling berpusat pada klien adalah konsep tentang diri dan konsep

menjadi diri atau pertumbuhan perwujudan diri” dalam arti lain Pendekatan konseling *Client Centered Therapy* menekankan pada kecakapan klien untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya yaitu kecemasan yang dialami remaja yang mengakibatkan kurangnya kepercayaan diri anak serta klien dapat menemukan pemecahan masalah pada dirinya. Menurut Roger “konsep inti konseling berpusat pada klien adalah konsep tentang diri dan konsep menjadi diri atau pertumbuhan perwujudan diri”.

a Perhatian Orang tua

Dalam bahasa Arab, istilah untuk menyebut orang tua adalah "*al-walid*". Sedangkan, dalam bahasa Inggris, istilah yang digunakan untuk merujuk pada orang tua adalah "*parent*", yang mencakup makna "orang tua laki-laki atau ayah" serta "orang tua perempuan atau ibu".

Orang tua adalah pria dan wanita yang terikat dalam perkawinan dan siap sedia untuk memikul tanggung jawab sebagai ayah dan ibu dari anak-anak yang dilahirkannya. Dapat juga dikatakan orang tua adalah ayah dan ibu baik kandung (biologis) ataupun tidak kandung (orang tua angkat, orang tua asuh dan orang tua tiri) yang bertanggung jawab terhadap hak-hak anak yang diasuhnya.

Orang tua menduduki peran yang paling esensial dalam keluarga, menjadi pendidik pertama di mana anak-anak menerima bimbingan dan kasih sayang yang pertama kali. Peran ini dianggap sebagai pendidikan utama karena pengaruhnya yang signifikan pada kehidupan anak di masa depan. Karena perannya yang sangat penting, penting bagi orang tua untuk sepenuhnya menyadari tanggung jawab mereka sehingga mereka dapat menjalankannya dengan sepenuh hati. Orang tua

dianggap sebagai pendidik utama dan yang pertama bagi anak-anak mereka, karena dari mereka anak-anak pertama kali menerima pendidikan.

b Kepercayaan Diri

Lauster mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah pandangan atau keyakinan terhadap kemampuan individu, sehingga individu dapat mengatasi rasa cemas, merasa bebas untuk melakukan aktivitas yang disukai, memikul tanggung jawab atas tindakan mereka, bersikap hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, serta memiliki kemampuan untuk mengenali kelebihan dan kekurangan dalam diri mereka sendiri (Lauster : 2012)

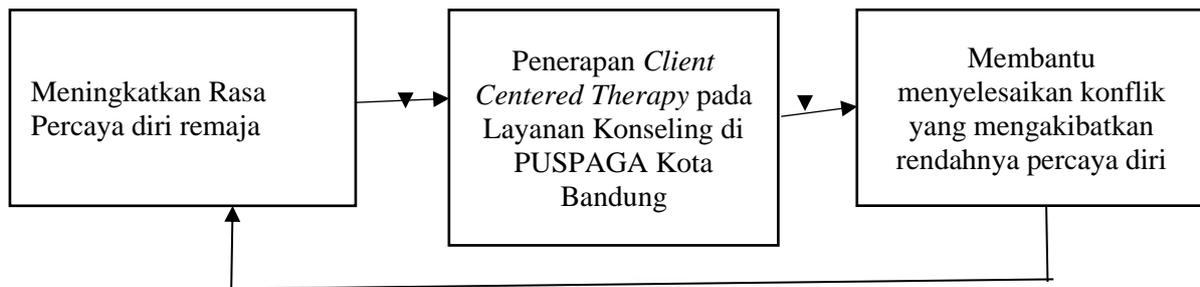
c Pentingnya Pola Asuh Orang Tua Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Anak

Permasalahan dalam meningkatkan kepercayaan diri anak tidak lepas dari pola asuh dan perilaku yang diberikan oleh orang tuanya. Menurut Suparyanto, seperti yang dikutip oleh Damayanti, (2017:1-13), pola asuh anak oleh orang tua mencakup interaksi antara orang tua dan anak selama melakukan kegiatan pengasuhan. Pola asuh ini dapat dijelaskan sebagai tindakan orang tua yang melibatkan pendidikan, bimbingan, disiplin, dan perlindungan terhadap anak, dengan tujuan mencapai kedewasaan sesuai dengan norma-norma yang berlaku di lingkungan sekitar dan dalam masyarakat (Damayanti, 2017:1-13).

2. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual dalam penelitian ini merujuk pada koneksi atau penjelasan tentang topik yang akan dijelaskan. Konsep ini berakar dari teori atau

konsep yang diadopsi sebagai landasan penelitian, yang diperoleh dari tinjauan literatur dan dikaitkan dengan garis besar variabel yang diselidiki. Kerangka konseptual penelitian ini digambarkan pada gambar di bawah ini :



Tabel 1.1 Kerangka Konseptual

Dengan menerapkan kerangka teori ini, seseorang yang mengalami masalah kepercayaan diri akan menyadari adanya kecemasan yang terus menerus dalam dirinya. Melalui layanan konseling di PUSPAGA, masalah tersebut dapat diatasi oleh konselor yang dapat membantu klien dalam meningkatkan kepercayaan diri, memperkuat komunikasi yang sehat, dan menyelesaikan konflik yang mungkin timbul dalam hubungannya dengan orang tua.

G. Langkah-Langkah Penelitian

adapun langkah-langkah penelitian pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Kota Bandung yang berada di Jalan Ibrahim Adjie No.84, Kelurahan Kebonwaru, Kecamatan Batununggal, Kota Bandung (sebelumnya UPTD PPPA Kota Bandung). Pemilihan tempat ini dilakukan berdasarkan pertimbangan rumusan masalah yang akan diselidiki dan tujuan penelitian yang hendak dicapai. Keputusan memilih PUSPAGA sebagai lokasi penelitian agar dapat meningkatkan efisiensi

dalam pengumpulan data karena hubungannya dengan isu-isu yang akan diinvestigasi. Dengan demikian, diharapkan bahwa pemilihan lokasi penelitian akan mendukung keseluruhan proses penelitian, memastikan relevansi dengan konteks yang diinvestigasi, dan memfasilitasi pengumpulan data dengan efisien.

2. Paradigma Pendekatan

Dalam rangka penelitian ini, peneliti mengadopsi paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme merupakan suatu kerangka pemikiran di bidang psikologi dan pendidikan yang menekankan peran penting individu dalam membangun pengetahuan dan pemahaman mereka tentang dunia. Konstruktivisme berpendapat bahwa pengetahuan tidaklah diterima atau diserap begitu saja dari lingkungan, tetapi dibangun oleh individu melalui proses kognitif dan interaksi dengan informasi serta pengalaman.

Metode yang diterapkan oleh peneliti dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif merupakan suatu metode penelitian di bidang ilmu sosial dan bidang lainnya yang difokuskan pada pemahaman mendalam terhadap perhatian orang tua. Dibandingkan dengan pendekatan kuantitatif yang lebih menekankan pada pengumpulan dan analisis data berdasarkan angka, statistik, dan pengukuran kuantitatif, pendekatan kualitatif lebih menitikberatkan pada pemahaman konteks, makna, dan interpretasi subjektif yang diberikan oleh individu terhadap fenomena yang sedang diteliti.

Oleh karena itu, studi ini akan menggunakan pendekatan kualitatif untuk menyelidiki secara mendalam pemahaman mengenai konteks dan interpretasi subjektif terkait dampak meningkatkan rasa percaya diri terhadap kurangnya

perhatian orang tua. Dengan menerapkan paradigma konstruktivisme dan pendekatan kualitatif.

3. Operasional Variabel

a. Variabel X (Penerapan *Client Centered Therapy*)

Diambil dari Skripsi dengan judul “Pelaksanaan Layanan *Client Centered Therapy* Dalam Mengatasi Kurang Percaya Diri Peserta Didik SMP PGRI 6 Bandar Lampung” ditulis oleh Marika tahun 2019

Variabel	Sub Variabel	Aspek	Indikator
Penerapan <i>Client Centered Therapy</i>	Pendekatan terapeutik	Empati	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan konselor memahami perasaan klien 2. Konselor menunjukkan pemahaman secara variable dan non variabel
		Penerimaan tanpa syarat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak ada penghakiman terhadap klien 2. Memberikan dukungan penuh terhadap klien
	Hubungan klien dan konselor	keterbukaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien merasa nyaman untuk berbicara 2. Klien merasa diterima dan tidak terintimidasi

		Kepercayaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien menunjukkan rasa percaya kepada konselor 2. Konselor memelihara kerahasiaan klien
	Hasil konseling	Perubahan sifat positif klien	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien menunjukkan peningkatan dalam perasaan diri 2. Klien mampu mengatasi masalah dengan lebih baik
		Kepuasan klien	<ol style="list-style-type: none"> 3. Klien merasa puas dengan proses konseling 4. Klien merekomendasikan terapi kepada orang lain

Tabel 2.1 Variabel X *Client Centered Therapy*

b. Variabel Y (Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Remaja)

Diambil dari Skripsi dengan judul “ Pengaruh *Client Centered Therapy* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI Di Al-Umariyah Assalafiyah Montong Razak Batunyala Kecamatan Praya Tengah Kabupaten Lombok Tengah” ditulis oleh Nasarudin tahun 2022.

variabel	Sub variabel	aspek	indikator
----------	--------------	-------	-----------

Menumbuhkan rasa percaya diri remaja	lingkungan keluarga	dukungan keluarga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Orang tua memberikan pujian dan penghargaan 2. Orang tua memberikan waktu dan perhatian
		Perhatian dan Pola asuh	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pola asuh yang demokratis 2. Keterlibatan orang tua dalam aktivitas remaja
	Lingkungan Sosial	Dukungan Sosial	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar 2. Berpartisipasi dalam kegiatan sosial 3. Hubungan yang baik dengan teman sebaya.
	Lingkungan sekolah	Dukungan Guru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan motivasi dan dorongan 2. Guru memberikan feedback yang positif

Tabel 3.1 Variabel Y Menumbuhkan Rasa Percaya Diri

4. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif guna memberikan gambaran mengenai penerapan *Client Centered Therapy* untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja akibat kurangnya perhatian orang tua melalui pendekatan kualitatif

sebagai dasar metodologisnya. Metode ini merupakan suatu pendekatan penelitian yang diterapkan untuk menggambarkan, menjelaskan, dan memahami suatu fenomena secara mendalam, dengan fokus utama pada aspek kualitatif daripada kuantitatif. Berbeda dengan metode kuantitatif yang lebih menekankan pada pengukuran dan analisis berbasis angka, metode deskriptif kualitatif menitikberatkan pada pemahaman makna, interpretasi subjektif, dan konteks yang melibatkan fenomena yang menjadi objek penelitian.

Penelitian ini mengadopsi metode deskriptif kualitatif sebagai dasar metodologisnya. Pendekatan ini merupakan cara penelitian yang digunakan untuk menguraikan, menjelaskan, dan memahami fenomena dengan rinci, dengan fokus utama pada aspek kualitatif daripada kuantitatif. Berbeda dengan metode kuantitatif yang lebih menitikberatkan pada pengukuran dan analisis berdasarkan angka, metode deskriptif kualitatif lebih menekankan pemahaman makna, interpretasi subjektif, dan konteks yang terlibat dalam fenomena yang menjadi objek penelitian.

Dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran komprehensif dan mendalam terkait persepsi rasa percaya diri remaja, memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi dan menggambarkan nuansa serta kompleksitas yang terkandung dalam fenomena yang terjadi.

Dengan cara ini, peneliti dapat menghadirkan informasi dengan menjelaskan isu yang tengah diselidiki, yakni tentang peningkatan kepercayaan diri remaja, dengan solusi yang diusulkan adalah melalui penerapan layanan konseling di PUSPAGA Kota Bandung. Tujuan utama adalah untuk mengatasi dan membantu

mengurangi tingkat kecemasan pada *Client*. Data yang diperoleh dari lokasi penelitian merupakan data primer, yang berarti data ini dikumpulkan secara langsung dari lokasi penelitian.

5. Jenis Data Dan Sumber

Berikut adalah jenis data dan sumber data dibawah ini:

a. Jenis Data

Data merupakan jawaban atas pertanyaan penelitian yang diajukan terhadap tujuan penelitian yang tertera dibawah ini:

- 1) Untuk mengetahui kondisi kepercayaan remaja sebelum penerapan *Client Centered Therapy*
- 2) Untuk mengetahui penerapan *Client Centered Therapy* dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri remaja
- 3) Untuk mengetahui hasil penerapan *Client Centered Therapy* dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja.

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini adalah jenis data kualitatif yang diperoleh melalui kegiatan penelitian lapangan. Jenis data kualitatif dapat dijelaskan sebagai data yang mencerminkan karakteristik yang tidak dapat diukur dengan angka. Data kualitatif menitikberatkan pada sifat-sifat deskriptif dan kualitatif yang tidak dapat diwakili secara numerik.

Data kualitatif akan membantu dalam menuliskan dan menjelaskan karakteristik subjektif dari suatu objek atau fenomena penelitian. Jenis data ini mencakup deskripsi, opini, kata-kata, dan penjelasan verbal yang menggambarkan konsep atau peristiwa tertentu. Dengan menerapkan pendekatan kualitatif,

penelitian ini bertujuan untuk menyelami dengan lebih mendalam aspek-aspek yang tidak dapat diukur secara kuantitatif, menghasilkan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai peningkatan rasa percaya diri remaja. Melalui pengumpulan data kualitatif di lapangan, peneliti berharap dapat menangkap nuansa dan kompleksitas fenomena yang sedang diteliti, serta memperkaya pemahaman terhadap aspek-aspek kualitatif yang melekat dalam objek penelitian.

b. Sumber Data

Adapun sumber data yang tertera dibawah ini:

1) Sumber Data Primer

Sumber data primer mengacu pada informasi yang diperoleh secara langsung dari sumber asli atau yang menjadi saksi pertama suatu peristiwa atau kejadian. Dalam konteks penelitian ini, data primer difokuskan pada tiga elemen utama, yaitu lokasi (*place*), pelaku (*actor*), dan aktivitas (*activities*). Sehubungan dengan aspek lokasi, informasi diperoleh secara langsung dari sumber lapangan, yakni melalui penelitian yang dilakukan di PUSPAGA Kota Bandung.

Dalam hal ini pelaku, pendekatan yang mendalam dilakukan melalui wawancara dengan konselor yang berpraktik di PUSPAGA Kota Bandung, dan juga dengan konseli yang sedang menghadapi tantangan dalam membangun rasa percaya diri remaja. Sementara pada aspek aktivitas, fokusnya diberikan pada pengamatan dan pencatatan di lokasi penelitian yang berkaitan dengan objek penelitian. Tindakan ini kemudian diteruskan dengan melakukan wawancara mendalam kepada subjek penelitian untuk mendapatkan pemahaman yang lebih menyeluruh

tentang rasa percaya diri remaja terhadap dampak yang dirasakan oleh konseli PUSPAGA Kota Bandung.

2) Sumber Data Sekunder; Sumber data sekunder merujuk pada informasi yang telah dikumpulkan, diolah, dan dipublikasikan oleh pihak lain sebelumnya. Dalam konteks penelitian ini, sumber data sekunder mencakup berbagai bentuk informasi yang telah dikumpulkan dan dianalisis, termasuk karya tulis ilmiah, buku-buku, artikel jurnal, serta tulisan-tulisan relevan yang berkaitan dengan subjek penelitian. Selain itu, data yang telah dikumpulkan oleh peneliti sendiri juga menjadi bagian dari sumber data sekunder yang dimanfaatkan untuk mendukung dan melengkapi pemahaman terhadap rasa percaya diri remaja.

a. Informan atau Unit Analisis

1) Informan; Informan adalah seseorang yang memberikan informasi atau data kepada orang lain atau entitas tertentu. Informan dapat menjadi sumber informasi yang penting dalam berbagai konteks, seperti penelitian. Informan sering memiliki pengetahuan khusus atau akses ke informasi yang mungkin tidak diketahui oleh orang lain, dan mereka bersedia berbagi pengetahuan atau data ini dengan tujuan tertentu. Informan terkait yang akan dijadikan pada penelitian ini yaitu:

1. Konselor yang ada di PUSPAGA Kota Bandung
2. Konseli yang datang ke PUSPAGA Kota Bandung yang mempunyai permasalahan tentang rasa kepercayaan diri

2) Unit Analisis

Unit analisis dalam penelitian merujuk pada entitas tertentu yang dianggap sebagai subjek penelitian. Dalam pengertian lain unit analisis diartikan sebagai elemen yang terkait dengan fokus atau komponen yang sedang diteliti. Peneliti menggunakan unit analisis ini untuk memastikan bahwa validitas dan reliabilitas penelitian tetap terjaga.

Konsep yang menjadi fokus penelitian ini berkaitan dengan cara konselor berkomunikasi dalam menangani permasalahan kepercayaan diri remaja.

a. Teknik Penentuan Informan

Dalam penelitian ini, partisipan yang dipilih adalah konselor dan konseli dari PUSPAGA yang mengalami isu kepercayaan diri. Pada tahap awal, peneliti akan mencari informasi dari konselor terkait strategi penanganan masalah komunikasi di dalam lingkup keluarga. Selanjutnya, peneliti akan meminta rekomendasi dari konselor untuk menentukan konseli yang dapat diwawancarai, serta menanyakan apakah mewawancarai konseli secara langsung diperbolehkan atau tidak.

b. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan beberapa metode, yaitu:

a. Observasi

Observasi merupakan upaya untuk melihat, mengamati dan mengevaluasi kenyataan yang ada, kemudian menetapkan asumsi, klasifikasi, abstraksi, hakikat, tipe, ideal dengan menunjukkan generalisasi. Observasi diperlukan sebagai bukti

akan keberadaan suatu fenomena yang berhubungan erat dengan dengan aktivitas manusia (Atim Syaiful Bakhri, dkk)

Objek yang dituju dari pada penelitian ini merupakan konseli remaja dari PUSPAGA Kota Bandung yang memiliki pengalaman pada rasa percaya diri dengan menerapkan teori *Client Centered Therapy*.

Tujuan dari observasi ini untuk meneliti lebih dalam terkait bagaimana proses dan hasil dari penerapan *Client Centered Therapy* untuk membantu konseli dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja.

Dengan begitu peneliti dapat mengawali menggunakan teknik observasi untuk mengetahui situasi saat sesi konseling berlangsung, isu-isu yang muncul dalam konteks rumah tangga, dan kontribusi komunikasi konselor dalam menangani masalah keluarga. Peneliti akan melibatkan diri dalam observasi non-partisipan untuk mengamati, menganalisis, dan mencatat aspek-aspek terkait perancangan dan implementasi masalah yang muncul.

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu metode komunikasi yang melibatkan interaksi antara dua pihak atau lebih dengan tujuan untuk mendapatkan informasi, pemahaman, atau jawaban terhadap pertanyaan yang diajukan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengumpulan data dari wawancara pada konselor dan konseli di PUSPAGA Kota Bandung dengan tujuan untuk mengetahui proses dan hasil dari penerapan *Client Centered Therapy* untuk membantu konseli dalam meningkatkan rasa percaya remaja.

c. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dokumentasi merujuk pada metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari dokumen atau catatan tertulis, baik dalam bentuk fisik maupun digital. Proses pengumpulan data dokumentasi melibatkan pencatatan peristiwa yang telah terjadi di masa lalu. Jenis dokumen yang dapat digunakan mencakup teks, gambar, karya monumental seperti catatan harian, dokumentasi proses di lingkungan, cerita, peraturan, dan kebijakan. Penggunaan teknik ini bertujuan untuk meningkatkan keandalan data yang dikumpulkan (Sugiyono, dkk :2022).

Dalam konteks penelitian ini, metode pengumpulan data dokumentasi dilakukan dengan mengambil dan meminta data yang telah ada sebelumnya dari PUSPAGA Kota Bandung. Data tersebut terkait dengan permasalahan meningkatkan rasa percaya diri remaja, beserta dengan cara intervensi yang telah dilakukan oleh konselor terhadap permasalahan tersebut.

c. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Teknik penentuan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Triangulasi adalah suatu metode atau pendekatan yang digunakan dalam penelitian untuk memastikan keakuratan dan keandalan data. Istilah ini berasal dari ilmu geodetik yang menggunakan konsep segitiga untuk menentukan posisi benda dalam ruang tiga dimensi. Dalam konteks penelitian, triangulasi mengacu pada penggunaan berbagai metode, sumber data, atau pendekatan analisis untuk mengonfirmasi atau memvalidasi temuan penelitian. Data yang dikumpulkan dapat dipengaruhi oleh kredibilitas informan, waktu

pengungkapan, kondisi yang dialami dan lain sebagainya. Maka dari itu, peneliti perlu melakukan triangulasi data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu. Sehingga dapat menghasilkan triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data dan triangulasi waktu.

Dalam penelitian ini, pertama peneliti menggunakan Teknik triangulasi sumber data yang menggunakan berbagai sumber data seperti dokumen, arsip, hasil wawancara, hasil observasi, teknik analisis dokumen dan melakukan wawancara terhadap konselor dan konseli PUSPAGA. Kedua peneliti menggunakan teknik triangulasi pengumpulan data yang akan digunakan yaitu metode kualitatif. Ketiga adalah triangulasi waktu dengan melihat perkembangan fenomena yang terjadi.

d. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Penulis akan melakukan kegiatan analisis data melalui beberapa tahapan, yaitu:

- a. Pengumpulan Data; Tahapan awal dalam mengumpulkan data yang dilakukan peneliti dengan melakukan observasi dan wawancara awal secara langsung dengan Konselor PUSPAGA Kota Bandung.
- b. Reduksi Data; Peneliti melakukan reduksi data untuk menghasilkan catatan-catatan inti dari data yang diperoleh dari hasil penggalan data. Tujuan penelitian tidak hanya untuk menyederhanakan data tetapi juga untuk memastikan data yang diolah itu merupakan data yang tercakup dalam fokus penelitian.
- c. Penyajian Data; Setelah teknik analisa data selanjutnya adalah penyajian data. Data disajikan agar pengguna dapat melihat gambaran besar atau detail spesifik

dari gambaran besar tersebut. Peneliti berusaha untuk mengkategorikan dan menyajikan data sesuai dengan hasil yang telah diteliti. Fokus penyajian data adalah untuk memberikan gambaran yang jelas baik secara umum maupun dalam detail khusus yang relevan dengan permasalahan penelitian, Dalam konteks ini, penyajian data berperan dalam mengelompokkan data, memvisualisasikan hasil penelitian, dan mengatur data agar dapat memberikan pemahaman tentang peran komunikasi konselor untuk mengatasi permasalahan yang ada di keluarga

- d. Penarikan Kesimpulan; Penarikan kesimpulan ini merupakan tahap akhir dari proses analisis atau pengolahan data. Penarikan kesimpulan atau verifikasi adalah usaha untuk mencari atau memahami makna/arti, keteraturan, pola-pola, penjelasan, alur sebab akibat atau proposisi. Dalam tahap ini, peneliti melakukan penarikan kesimpulan dari semua data yang telah diperoleh sebagai hasil dari penelitian.

