

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan aset masa depan suatu bangsa. Oleh karena itu, bangsa Indonesia membutuhkan peran remaja yang mampu mengembangkan potensi dirinya atau tugas perkembangannya yaitu menyangkut aspek emosi, intelektual, spiritual, fisik maupun sosialnya. Permasalahan emosional yang terkait dengan aspek perkembangan remaja termasuk gejala tekanan perasaan, frustrasi, atau konflik internal maupun eksternal.<sup>1</sup> Remaja dianggap sebagai aset masa depan karena mereka adalah generasi penerus yang akan memegang kendali dalam perkembangan dan kemajuan bangsa. Mengembangkan potensi diri adalah proses penting yang harus dijalani oleh remaja untuk mencapai kedewasaan dan kematangan dalam berbagai aspek kehidupan.

Remaja adalah kelompok usia yang tengah menapaki satu fase penting dalam kehidupan, yakni masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Periode ini tidak hanya ditandai oleh perubahan fisik dan hormonal, tetapi juga oleh dinamika psikologis dan sosial yang penuh tantangan. Dalam fase ini, remaja mulai mencari jati diri, merumuskan nilai-nilai pribadi, dan mencoba membangun kemandirian dalam berpikir maupun bertindak. Insecure adalah salah satu masalah emosi dan pengendalian diri. Ketika seseorang merasa

---

<sup>1</sup> Dawson, C. *Introduction to Reseach Methods (Fourth edi)*. How To Books Ltd, 2009.

khawatir atau kurang percaya diri, mereka mengalami perasaan insecure. sehingga orang yang mengalaminya selalu merasa takut dan tidak aman. Ketika seseorang merasa bersalah, malu, kekurangan, atau tidak mampu mengendalikan sesuatu, mereka dapat mengalami perasaan ini. Ini dapat menyebabkan seseorang takut berinteraksi dengan orang lain.

Masa remaja adalah periode kehidupan yang penuh dengan pencarian, perubahan, dan tantangan. Di tengah proses pertumbuhan fisik dan emosional yang belum stabil, remaja kerap dihadapkan pada berbagai harapan—baik dari keluarga, lingkungan sekolah, maupun masyarakat. Harapan yang tinggi ini, meskipun dimaksudkan untuk mendorong potensi mereka, sering kali justru menjadi beban yang memicu rasa tidak percaya diri. Rasa tidak percaya diri yang berlebihan pada remaja dapat berdampak negatif karena dapat menyebabkan gangguan mental.<sup>2</sup> Remaja cenderung depresi dan kurang percaya diri terhadap tujuannya jika mereka dibiarkan berlebihan atau dibiarkan. Mereka juga khawatir tentang penyakit mental dan akhirnya kefatalan. Rasa tidak percaya diri dan perasaan insecure merupakan hal yang wajar dialami oleh remaja, terutama di masa-masa mereka tengah mencari jati diri. Namun, ketika perasaan tersebut berkembang secara berlebihan dan terus-menerus, hal ini dapat menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan mental. Dalam jangka panjang, perasaan ini bisa menyebabkan gangguan mental yang lebih serius, seperti

---

<sup>2</sup> Genoveva Aslikdeana. *Perancangan Video Campaign "This Is Me"* (Sebuah Eksperimen Sosial Mengenai Insecurity). Bachelor Thesis thesis, Universitas Multimedia Nusantara, 2021. h.11

gangguan kecemasan atau gangguan makan. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan menangani perasaan ini secara tepat agar remaja dapat tumbuh dengan sehat dan percaya diri.

Kepercayaan diri untuk menunjukkan kemampuan di hadapan orang lain dipengaruhi oleh dukungan orang tua.<sup>3</sup> Dengan mengajarkan anak untuk menerima dan mensyukuri apa yang mereka miliki, baik kelebihan maupun kekurangan, anak-anak akan lebih mudah menerima diri mereka sendiri apa adanya. Sikap ini membantu mengurangi insecure, karena mereka belajar untuk fokus pada hal-hal positif dalam diri mereka dan tidak terlalu terpengaruh oleh perbandingan dengan orang lain atau kritik dari luar. Permasalahan emosional seperti tekanan perasaan, frustrasi, serta konflik internal dan eksternal sering muncul selama masa remaja karena periode ini merupakan masa transisi yang penuh perubahan. Konflik internal dapat mencakup kebingungan identitas atau ketidakpastian akan masa depan, sedangkan konflik eksternal bisa terjadi dalam hubungan dengan teman, keluarga, atau lingkungan sosial. Memahami dan mengatasi masalah-masalah ini sangat penting untuk perkembangan yang sehat dan kesejahteraan jangka panjang remaja.

Clinebell dalam bukunya menyatakan bahwa strategi konseling pastoral adalah pendekatan yang digunakan oleh seorang konselor rohani untuk membantu individu dalam menangani masalah kehidupan yang melibatkan

---

<sup>3</sup> Agustiani, H. (2009). *Psikologi Perkembangan; Pendekatan Psikologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung: Pt. Refika Aditama.

dimensi emosional, mental, dan spiritual. Konseling pastoral tidak hanya bertujuan untuk memberi nasihat, tetapi juga untuk memberikan bimbingan yang mendalam dalam konteks iman dan nilai-nilai agama<sup>4</sup> Proses ini menekankan pentingnya melihat masalah hidup dalam konteks iman dan melihat Tuhan sebagai sumber kekuatan, penyembuhan, dan petunjuk.

Remaja saat ini menghadapi penyakit mental. Ketika sesuatu yang dikehendakinya tidak sesuai, semua orang menjadi tersinggung, mulai dari masalah fisik hingga masalah teman, keluarga, atau pasangan. Remaja sering menghadapi berbagai kesulitan yang menguji kesiapan mental mereka. Masalah yang muncul tidak hanya datang dari lingkungan sosial seperti teman dan pasangan, tetapi juga dari keluarga dan bahkan kondisi fisik mereka sendiri. Ketika keinginan atau harapan mereka tidak terpenuhi, remaja cenderung merasa tersinggung atau kecewa. Hal ini disebabkan oleh perasaan rentan dan kebutuhan yang kuat untuk diterima serta diakui oleh orang lain. Ketika seseorang merasa tidak dihargai oleh orang lain, terutama teman sebaya, itu dapat menyebabkan keraguan diri yang kuat. Remaja mulai meragukan kemampuan dan nilai diri mereka sendiri, yang mengarah pada pergolakan batin. Mereka sering kali bertanya-tanya tentang makna dan tujuan hidup mereka, serta mempertanyakan keputusan dan jalan yang mereka ambil. Masa remaja adalah periode di mana individu mencari identitas dan pemahaman

---

<sup>4</sup> Howard J. Cinebelle, *Pelayanan pastoral dan konseling: Sumber daya untuk pelayanan penyembuhan dan pertumbuhan* (Nashville: Abingdon Press, 1984) 34

tentang diri mereka sendiri, sehingga tantangan-tantangan ini menjadi bagian penting dari proses perkembangan mereka.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa yang rentan terhadap rasa kurang percaya diri yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Banyak remaja, terutama di kalangan siswa SMP, memiliki potensi besar tetapi terhambat oleh rasa kurang percaya diri. Perkembangan kepercayaan diri mereka dapat dipengaruhi oleh elemen lingkungan seperti tekanan dari teman sebaya, ekspektasi keluarga, dan perubahan fisik yang dialami selama pubertas. Ketidakmampuan untuk memenuhi standar sosial atau akademik yang tinggi sering kali membuat mereka merasa tidak kompeten. Oleh karena itu, penting bagi pendidik dan orang tua untuk memberikan dukungan yang tepat dan menciptakan lingkungan yang positif agar remaja dapat mengembangkan rasa percaya diri mereka dan mencapai potensi penuh.

Penelitian yang dilakukan oleh Junardi Saleleubaja dan timnya dengan judul *"Perspektif Konseling Pastoral dalam Menghadapi Bullying yang Berdampak pada Insecure Remaja Akhir Usia 15–18 Tahun"* menyoroti betapa rentannya masa remaja terhadap tekanan psikologis dan sosial. Masa remaja, khususnya usia 15 hingga 18 tahun, merupakan fase peralihan yang kompleks, di mana individu mulai meninggalkan pola pikir anak-anak dan perlahan memasuki dunia kedewasaan. Pada tahap ini, pencarian jati diri menjadi fokus utama dalam

perkembangan psikologis remaja.<sup>5</sup> Hasil penelitian tersebut menunjukkan pendekatan yang holistik dalam menangani dampak psikologis bullying pada remaja, dengan menggabungkan unsur spiritualitas, pemahaman mendalam tentang dinamika bullying, serta pengetahuan mengenai tahapan perkembangan remaja akhir. Ketiga elemen ini dipadukan untuk membentuk sebuah pendekatan pendampingan yang tidak hanya bersifat emosional dan sosial, tetapi juga menyentuh aspek spiritual yang sering kali diabaikan dalam intervensi konvensional. Sempurna Sihombing dalam penelitiannya yang berjudul *"Peranan Pendampingan Konseling Kristen dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X SMK Nahason Sipoholon"* menekankan bahwa proses pendidikan tidak hanya berfokus pada penguasaan pengetahuan semata, tetapi juga mencakup kesiapan siswa untuk mengungkapkan pendapat berdasarkan pemahaman pribadi. Dalam pandangannya, kemampuan untuk menyampaikan gagasan secara terbuka menjadi bagian penting dari pembangunan kepercayaan diri, yang pada akhirnya akan menunjang keterlibatan aktif siswa di tengah masyarakat yang lebih luas. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa rendahnya tingkat kepercayaan diri di kalangan siswa SMK Nahason dipengaruhi oleh kurangnya keharmonisan dalam lingkungan keluarga. Ketidakharmisan ini secara tidak langsung membentuk pola pikir siswa dan

---

<sup>5</sup> Junardi Saleleubaja, *Perspektif Konseling Pastoral dalam Menghadapi Bullying yang Berdampak pada Insecure Remaja Akhir Usia 15-18 Tahun*, Jurnal Pendidikan Agama dan Teologi Vol. 2, No. 1 Maret 2024

berdampak pada cara mereka menilai diri sendiri<sup>6</sup> Dengan mempersiapkan diri untuk berpendapat secara terbuka, seseorang tidak hanya belajar bagaimana menyampaikan gagasan dengan baik, tetapi juga bagaimana menghargai dan memahami sudut pandang orang lain.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas topik tentang *insecure*, khususnya mengenai cara seseorang mengatasi perasaan tidak aman sekaligus membangun komunikasi yang baik dengan lingkungan sekitarnya. Dalam penelitian ini, penulis lebih memfokuskan pada strategi konseling pastoral dalam membangun kepercayaan diri siswa SMP.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penulisan ini yaitu bagaimana strategi konseling pastoral dalam membangun kepercayaan diri siswa di SMPN Satap 2 Malimbong Balepe'.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penulisan ini yaitu untuk menganalisis strategi konseling pastoral dalam membangun kepercayaan diri siswa di SMPN Satap 2 Malimbong Balepe'.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Akademik**

---

<sup>6</sup> Sempurna Sihombing, *Peranan Pendampingan Konseling Kristen Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X Smk Nahason Sipoholon*, Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora, 2023

Tulisan ini dirancang untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Teologi (M.Th) dan juga untuk menjadi salah satu pengembangan teori dalam bidang teologi, khususnya pastoral konseling di IAKN Toraja. Tulisan ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga terhadap praktik konseling pastoral Kristen yang dapat membantu para konselor pastoral Kristen dalam memperlengkapi diri dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membantu klien mereka secara efektif terlebih khusus dalam penanganan khusus insecurities dengan pendekatan holistik.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat membantu sekolah dalam merancang dan mengimplementasikan program konseling yang lebih efektif untuk mengatasi perasaan insecurities di kalangan siswa SMP.
- b. Dengan pendampingan pastoral yang tepat, siswa yang mengalami insecurities dapat memperoleh dukungan yang mereka butuhkan, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan psikologis mereka.

## **E. Metode Penelitian**

Dalam mengangkat masalah ini, maka tentu penulis akan mengadakan suatu penelitian. Untuk itu, penulis akan melakukan penelitian dengan menggunakan metode penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK).

## **F. Sistematika Penulisan**

- Bab I : Pendahuluan, Bagian Isi berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, metode penelitian dan sistematika penulisan
- Bab II : Bagian Ini berisi kajian pustaka
- Bab III : Bagian ini berisi tentang metodologi penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data.
- Bab IV : Pembahasan hasil penelitian
- Bab V : Penutup