

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode kritis pencarian jati diri yang idealnya diiringi dengan perkembangan karakter yang sehat, khususnya kemampuan berempati dan membangun relasi sosial yang harmonis. Menurut Santrock (2021), remaja diharapkan mampu mengembangkan perspective-taking, yaitu kemampuan memahami sudut pandang dan perasaan orang lain, sebagai bekal penting dalam interaksi sosial di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Idealnya, siswa di sekolah menengah atas mampu menempatkan diri secara proporsional, menghargai keberadaan teman sebaya, serta tidak mendominasi interaksi sosial demi kepentingan atau pengakuan diri sendiri semata. Kondisi ini penting agar tercipta iklim kelas yang harmonis dan mendukung tumbuh kembang psikososial siswa secara optimal.

Kenyataan di lapangan menunjukkan kesenjangan yang cukup signifikan dari harapan tersebut. Perilaku narsistik menjadi fenomena yang cukup banyak melanda kalangan masyarakat saat ini, tidak hanya pada orang dewasa, tetapi juga merambah remaja yang sedang mencari jati diri (Sari dkk., 2021; Noprinda dkk., 2025). Twenge (2017) menyatakan bahwa ketergantungan pada teknologi digital telah memicu lonjakan sifat narsistik pada generasi muda, ditandai dengan kebutuhan berlebihan akan perhatian dan pengakuan sosial. American Psychiatric Association (2022) dalam DSM-5-TR menegaskan bahwa narsisme melibatkan pola grandiositas dan minimnya kemampuan

memahami perasaan orang lain, kondisi yang menurut Brummelman dkk. (2015) kerap terbentuk dari pola asuh atau lingkungan yang terlalu mengagungkan keunikan individu tanpa diimbangi nilai kepedulian sosial. Dalam konteks akademis, Pincus (2019) menambahkan bahwa narsisme dapat bermanifestasi sebagai dominasi pembicaraan dan sikap meremehkan orang lain demi mempertahankan harga diri yang rapuh. Wardani & Trisnani (2022) menambahkan bahwa meskipun individu dengan gangguan kepribadian narsistik tampak percaya diri secara lahiriah, sesungguhnya mereka memiliki harga diri yang rapuh dan sangat sensitif terhadap kritik maupun penolakan sosial, sehingga diperlukan penanganan konseling yang tepat sejak gejala tersebut mulai muncul pada usia remaja."

Kondisi ini juga teramati di SMAN 1 Nglames. Hasil observasi awal mengindikasikan sebagian siswa menunjukkan gejala perilaku narsistik yang mengganggu keharmonisan kelas, seperti kecenderungan mendominasi, kurang peka terhadap kebutuhan teman, serta merasa dirinya paling istimewa sehingga berupaya mengatur siswa lain (Puspita et al., 2025). Yusuf (2022) menjelaskan bahwa sekolah di daerah transisi perkotaan-pedesaan seperti ini rentan mengalami perubahan perilaku siswa yang cepat akibat penetrasi informasi digital yang tidak terfilter. Jika dibiarkan, perilaku ini berisiko mengakar menjadi karakter yang destruktif bagi masa depan siswa.

Menyikapi kesenjangan tersebut, layanan Bimbingan Kelompok dipandang sebagai strategi intervensi yang paling relevan karena melibatkan dinamika interaksi nyata antarsiswa. Prayitno (2018) mengemukakan bahwa

melalui bimbingan kelompok, siswa diajak mengembangkan *we-feeling* atau rasa kita, yang dapat mengikis sifat egoistis, sementara Tohirin (2020) menekankan bahwa layanan ini memberi ruang bagi siswa memperoleh umpan balik jujur dari teman sebaya dalam lingkungan yang terkendali. Meski demikian, Hidayat dkk. (2021) mencatat bahwa keefektifan bimbingan kelompok sangat bergantung pada media yang inovatif, agar siswa tidak merasa diadili dan tetap tertarik mengikuti proses refleksi diri, sebab bimbingan kelompok konvensional saja dinilai belum cukup untuk mereduksi perilaku narsistik secara optimal. Atas dasar itu, peneliti mengembangkan media "*Out of the Mirror*" sebagai media pendukung bimbingan kelompok yang dirancang khusus untuk memfasilitasi refleksi diri dan penguatan empati siswa. Nama media ini merepresentasikan ajakan bagi siswa untuk berhenti pada cermin diri dan mulai melihat kebutuhan lingkungan sekitarnya, sejalan dengan prinsip *perspective-taking*. Selman (dalam Santrock, 2021) dan pandangan Aronson (2019) bahwa aktivitas kelompok yang kooperatif efektif menurunkan prasangka dan perilaku mementingkan diri sendiri. Pengembangan media ini mengacu pada prosedur Borg & Gall yang diperbarui (2016).

Berdasarkan uraian di atas, terdapat kesenjangan antara harapan terbentuknya karakter remaja yang berempati dan realitas meningkatnya perilaku narsistik di kalangan siswa, termasuk di SMAN 1 Nglames. Kesenjangan ini menegaskan perlunya intervensi bimbingan konseling yang tidak hanya bersifat konvensional, tetapi juga didukung media yang inovatif dan aplikatif. Penelitian ini dilakukan untuk mengembangkan media "*Out of the*

Mirror" sebagai alat bantu bimbingan kelompok yang praktis bagi guru BK dalam mereduksi perilaku narsistik dan membentuk siswa yang memiliki kepribadian sehat serta rendah hati.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian antara lain:

1. Bagaimana penerapan bimbingan kelompok di SMAN 1 Nglames untuk mereduksi perilaku narsistik dengan media "*Out of The Mirror*".
2. Bagaimana pengembangan bimbingan kelompok dengan media "*Out of The Mirror*" untuk mereduksi perilaku narsistik.

C. Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dipaparkan, maka tujuan masalah daalam penelitian antara lain:

1. Untuk penerapan bimbingan kelompok di SMAN 1 Nglames untuk mereduksi perilaku narsistik dengan media "*Out of The Mirror*".
2. Untuk pengembangan bimbingan kelompok dengan media "*Out of The Mirror*" untuk mereduksi perilaku narsistik

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Media "*Out of the Mirror*" secara teoritis mendukung pemahaman perilaku narsistik sebagai kondisi kepribadian dengan ego berlebih, kurang empati, dan kebutuhan akan kekaguman. Permainan ini menerapkan pendekatan refleksi diri, di mana cermin fisik memicu kesadaran diri, mengurangi bias konfirmasi narsistik sebagaimana dibahas dalam literatur tersebut. Hasilnya, peserta mengalami pergeseran dari pola pikir egosentris menuju empati sosial, selaras dengan upaya penanggulangan narsisme pada remaja.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dibagi menjadi 4 kelompok pemangku kepentingan utama yakni:

a. Bagi siswa

Melalui kegiatan ini, siswa dapat belajar dengan layanan bimbingan kelompok untuk lebih mengenali diri secara jujur dan mulai membangun rasa empati terhadap orang-orang di sekitarnya. Dengan bantuan media "*Out of The Mirror*", mereka tidak lagi hanya fokus mencari validasi atau merasa paling hebat, melainkan tumbuh menjadi pribadi yang lebih rendah hati, mudah menghargai teman, dan mampu menjalin pertemanan yang lebih tulus serta sehat.

b. Bagi kepala sekolah

Meningkatkan kerjasama antar mahasiswa saling menukar informasi dan program bimbingan konseling yang lebih inovatif.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi atau inspirasi bagi peneliti lain untuk mengembangkan inovasi bimbingan kelompok dengan media “*Out of The Mirror*” yang lebih luas.

d. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Mendorong lingkungan sosial lebih harmonis, di mana peserta didik belajar empati sehingga mengurangi perilaku narsistik dengan media “*Out of The Mirror*” serta menambah informasi terkait media yang lebih efisien.

E. Spesifik Produk

Media ini dirancang sebagai jembatan interaksi sosial yang mengubah dinamika bimbingan kelompok dari sekadar ceramah menjadi pengalaman reflektif yang nyata. Hubungannya terletak pada tiga aspek utama:

1. Pemicu Dinamika Kelompok (Kategori Kartu): 40 kartu pertanyaan berfungsi sebagai pemantik diskusi (ice breaker) yang memaksa anggota kelompok untuk saling menanggapi. Kategori Ego, Empati, Pujian, dan Manipulasi dirancang agar setiap anggota kelompok belajar memberikan umpan balik (feedback) kepada teman sejawatnya dalam suasana yang aman.

2. Alat Refleksi Kolektif (Cermin Portabel): Cermin ini menghubungkan pengalaman individu dengan pandangan kelompok. Saat seorang siswa berkaca menggunakan stiker panduan, anggota kelompok lainnya membantu memvalidasi atau memberikan sudut pandang berbeda mengenai perilaku narsistik tersebut, sehingga menciptakan proses "berkaca melalui mata orang lain."
3. Struktur Alur Bimbingan (Panduan Fasilitator): Media ini menyediakan kerangka waktu dan tahapan bimbingan kelompok yang sistematis (pembukaan, transisi, inti, dan terminasi). Hal ini memastikan interaksi kelompok tetap fokus pada tujuan mengatasi perilaku narsistik tanpa membuat anggota merasa disudutkan secara pribadi.

F. Pentingnya Pengembangan

Di tengah maraknya perilaku narsistik yang terjadi di SMAN 1 Nglames dengan ditandai hilangnya rasa empati serta muncul perilaku eksploitatif. Dengan munculnya perilaku narsistik yang berlebih terdapat pentingnya pengembangan media bimbingan kelompok *"Out of The Mirror"* terletak pada kemampuannya untuk mengungkap dan mengurangi pola perilaku narsistik yang sering tersembunyi dalam kebiasaan sehari-hari, seperti ketergantungan pada pujian di media sosial. Hubungan media ini dengan bimbingan kelompok menjadi sangat erat karena media tersebut berperan sebagai instrumen yang menghidupkan dinamika interaksi antaranggota, di mana bimbingan kelompok menyediakan ruang aman bagi siswa untuk saling berbagi dan memberi masukan. Melalui pengalaman interaktif yang

menyenangkan ini, bimbingan kelompok tidak lagi terasa kaku, melainkan menjadi wadah bagi siswa untuk merefleksikan diri dan orang lain dengan lebih jujur. Sinergi antara metode kelompok dan media ini secara efektif membangun empati yang lebih kuat, sehingga hubungan dalam komunitas sekolah menjadi lebih harmonis dan bebas dari gesekan ego yang biasanya muncul akibat kompetisi diri yang berlebihan.

G. Definisi Istilah

1. Bimbingan Kelompok dengan Media *“Out of The Mirror”*

Menurut Hartanti, (2022) Bimbingan Kelompok dapat diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dengan media *“Out of the Mirror”* adalah layanan bantuan yang diberikan konselor kepada siswa dengan kecenderungan perilaku narsistik melalui interaksi kelompok yang aman dan terstruktur. Media ini dirancang untuk membantu siswa keluar dari “cermin ego”, yaitu kecenderungan berfokus pada diri sendiri, kebutuhan akan pengakuan, rasa superior, dan sensitivitas terhadap kritik. Melalui kegiatan reflektif seperti diskusi, permainan peran, dan visualisasi situasi sosial, siswa diajak memahami sudut pandang orang lain serta menyadari dampak perilaku narsistik terhadap hubungan sosial. Dalam pelaksanaannya, media *“Out of the Mirror”* berfungsi menghidupkan dinamika kelompok, meningkatkan partisipasi aktif, membangun empati, dan menumbuhkan

kesadaran diri sehingga dapat membantu menurunkan perilaku narsistik serta meningkatkan kualitas hubungan sosial di sekolah

2. Perilaku Narsistik

Menurut Laeli dkk., 2018 (dalam Puspita dkk., 2025) Narsistik pola kepribadian yang ditandai dengan perilaku yang berlebihan terhadap kekuasaan, kesuksesan, kecantikan, dan kebutuhan yang besar untuk dikagumi oleh orang lain serta kurangnya empati (Laeli dkk., 2018).

Menurut Durvasula, (2025) narsisme adalah gaya kepribadian maladaptif yang mencakup spektrum sifat dan pola perilaku yang luas dan muncul dalam berbagai cara dari ringan hingga berat, rentang hingga malignan. Sedangkan menurut Freud (dalam Fraditya Lexcy Aurilio dkk., 2023) narsisme adalah fase pematangan normal dari perkembangan sehat pada semua anak, melengkapi egoisme dengan naluri mempertahankan diri.

Narsisme dapat dipahami sebagai pola kepribadian yang ditandai dengan fokus berlebihan pada diri sendiri, seperti kebutuhan akan kekuasaan, kesuksesan, penampilan, dan pengakuan dari orang lain, disertai rendahnya empati terhadap perasaan orang lain. Pola ini dapat muncul dari tingkat ringan yang masih wajar dalam perkembangan psikologis hingga tingkat berat yang berdampak negatif pada hubungan sosial. Pada awal perkembangan, sifat narsistik dapat menjadi bagian dari pembentukan ego dan pertahanan diri, namun jika berkembang secara berlebihan dapat menghambat adaptasi sosial dan kualitas hubungan interpersonal.