BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka adalah teori-teori relevan yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang objek yang akan diteliti. Penelitian ini berjudul "Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2014/2015" maka peneliti menggunakan teori-teori yang berhubungan dengan percaya diri dan bimbingan kelompok.

A. Percaya Diri dalam Bimbingan Pribadi dan Sosial

Penyelenggaraan bantuan pelayanan bimbingan dan konseling adalah berupaya membantu siswa menemukan pribadinya, dalam hal mengenal kekuatan dan kelemahan dirinya, serta menerima dirinya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut.

Menurut Winkel (1991 :53) isi pelayanan bimbingan terutama mengenai hal-hal yang menyangkut keadaan batinnya sendiri dan kejasmaniannya sendiri, atau mengenai hal-hal yang menyangkut hubungan dnegan orang lain

digunakan istilah bimbingan pribadi-sosial. Jika perhatian khusus diberikan pada hal-hal yang menyangkut keadaan dirinya sendiri, dapat digunakan istilah bimbingan pribadi, jika perhatian khusus diberikan pada hal yang menyangkut hubungan dengan orang lain, dapat digunakan istilah bimbingan sosial.

1. Bidang Bimbingan Pribadi dan Sosial

Bimbingan pribadi-sosial merupakan salah satu bidang bimbingan yang ada di sekolah. Menurut Ahmadi (2007 : 109) bimbingan pribadi sosial adalah seperangkat usaha bantuan kepada peserta didik agar dapat menghadapi sendiri masalah-masalah pribadi dan sosial yang dialaminya, mengadakan penyesuaian pribadi dan sosial, memilih kelompok sosial, memilih jenis-jenis kegiatan sosial dan kegiatan rekreatif yang bernilai guna, serta berdaya upaya sendiri dalam memecahkan masalah-masalah pribadi dan sosial yang dialaminya.

Dalam bidang bimbingan pribadi, membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani. Dalam bidang bimbingan sosial, membantu siswa mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial.

Menurut Winkel (1991 : 53) bimbingan pribadi-sosial berarti bimbingan dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi pergumulan-pergumulan dalam hatinya sendiri dalam mengatur dirinya sendiri serta

bimbingan dalam membina hubungan kemanusiaan dengan sesama di berbagai lingkungan.

Berdasarkan pendapat diatas penulis menyimpulkan bahwa pengertian bimbingan pribadi-sosial adalah bahwa bimbingan pribadi-sosial diberikan kepada individu, agar mampu menghadapi dan memecahkan permasalahan pribadi-sosialnya secara mandiri serta membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani.

Menurut Sukardi (2008:55) tujuan bimbingan pribadi dapat dirinci menjadi pokok-pokok berikut :

a. Pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
b. Pemantapan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya untuk kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun untuk peranannya di masa depan.
c. Pemantapan pemahaman tentang bakat dan minat pribadi serta penyaluran dan pengembangannya melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif
d. Pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan usaha-usaha penanggulangannya
e. Pemantapan kemampuan mengambil keputusan
f. Pemantapan kemampuan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang telah diambilnya.
g. Pemantapan dalam perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat baik secara rohaniah maupun jasmaniah

Adapun tujuan bimbingan sosial menurut Sukardi (2008:55) dapat dirinci menjadi pokok-pokok berikut:

a. Pemantapan kemampuan berkomunikasi, baik secara lisan maupun tulisan secara efektif
b. Pemantapan kemampuan menerima dan menyampaikan pendapat serta berargumentasi secara dinamis, kreatif, dan produktif
c. Pemantapan kemampuan bertingkah laku dan hubungan sosial baik di rumah, sekolah, maupun di masyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun, nilai agama, hukum, adat, kebiasaan yang berlaku.
d. Pemantapan kemampuan hubungan secara dinamis, harmonis, dan produktif dengan teman sebaya
e. Pemantapan pemahaman kondisi dan peraturan sekolah serta upaya pelaksanaanya secara dinamis dan bertanggung jawab
f. Orientasi tentang hidup berkeluarga

Secara garis besar tujuan utama pelayanan bimbingan pribadi-sosial adalah agar individu yang dibimbing mampu menemukan dan mengembangkan hal yang menyangkut keadaan dirinya sendiri dan interaksi sosial secara baik dengan lingkungannya.

2. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri merupakan salah satu modal utama seorang individu untuk dapat mencapai tujuan. Siswa di sekolah dapat mengembangkan potensi yang dimiliki apabila mengetahui kelebihan yang ada pada dirinya sehingga tujuan yang diinginkan dapat dicapai dan dengan hasil yang optimal.

Hakim (2002 : 6) percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut

membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Seseorang yang percaya diri bukan berarti seseorang itu dapat melakukan segala sesuatunya seorang diri. Sebenarnya rasa percaya diri yang tinggi untuk menuju kepada beberapa aspek yang positif dari kehidupan orang itu sendiri. Karena ia merasa memiliki potensi kelebihan diri yaitu mampu dan percaya bahwa ia bisa dan mampu melakukan sesuatu serta didukung oleh pengalaman potensi, prestasi, dan harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Menurut Maslow (Iswidharmanjaya, 2013 : 21) percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri).

Dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurang percaya diri dapat menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas penulis menyimpulkan bahwa percaya diri adalah suatu sikap positif dan suatu keyakinan yang ada pada

diri seorang individu yang mendorong individu tersebut untuk dapat melakukan sesuatu dan ia merasa memiliki suatu potensi serta keyakinan bahwa bisa walaupun mungkin menurut orang lain tidak bisa. Seorang siswa yang memiliki percaya diri yang tinggi memiliki dampak positif seperti dapat menunjang prestasi di sekolah, dapat dengan mudah bersosialisasi dengan teman, guru, dan lingkungan sekitarnya karena ia tidak merasa malu dan takut, memiliki pikiran yang positif terhadap dirinya sendiri dan terhadap kemampuan yang ia miliki.

3. Gejala Percaya Diri

Terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya rasa percaya diri, dikalangan remaja terutama yang berusia sekolah SMP dan SMA. Gejala tingkah laku percaya diri dilingkungan sekolah antara lain :

a. Selalu merasa yakin dan tidak takut dalam menghadapi suatu pekerjaan dan persoalan, seperti mengerjakan soal latihan didepan kelas.
b. Berani bertanya dan mengemukakan gagasan-gagasan di kelas dan didepan orang-orang banyak
c. Berani tampil dengan tenang, rileks dan tanpa beban dalam suatu kegiatan. Misalnya pada saat ikut lomba bulu tangkis.
(Hakim, 2002 : 2-4)

Hakim mengatakan bahwa gejala-gejala seorang individu yang percaya diri itu seperti percaya pada kekampuan dirinya, berani, dan mampu menghadapi situasi yang sedang dihadapinya dengan tenang.

4. Gejala Tidak Percaya Diri Remaja (Siswa SMP)

Terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya gejala rasa tidak percaya diri, dikalangan remaja terutama yang berusia sekolah antara SMP dan SMA. Gejala tingkah laku tidak percaya diri yang ada dilingkungan sekolah antara lain :

a. Takut menghadapi ulangan
b. Menarik perhatian dengan cara kurang wajar
c. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat
d. Grogi saat tampil di depan kelas
e. Timbulnya rasa malu yang berlebihan
f. Tumbuhnya sikap pengecut
g. Sering menyontek saat menghadapi tes
h. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
i. Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis
j. Tawuran dan main keroyok
(Hakim, 2002 : 72-88)

Pendapat di atas mengatakan bahwa gejala tingkah laku yang mencerminkan siswa kurang percaya diri seperti malu, tidak percaya pada kemampuan dirinya sendiri, cemas dalam menghadapi berbagai situasi, dan sering mencontek saat ulangan.

5. Ciri-ciri Orang yang Percaya Diri dan Tidak Percaya Diri

Pemahaman kepercayaan diri lebih dalam yaitu dengan melihat ciri-ciri orang yang percaya diri dan tidak percaya diri. Ciri-ciri dari orang-orang yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, yaitu :

a. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi
d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
f. Memiliki kecerdasan yang cukup

g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
h. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing
i. Memiliki kemampuan bersosialisasi
j. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik
k. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
l. Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup. Dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.
(Hakim, 2002 : 5-6)

Sedangkan menurut Lindenfield (Kamli, 1997) ciri-ciri percaya diri adalah:

1. Keterampilan Komunikasi
Keterampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, tahu kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari ketrampilan komunikasi yang bisa di lakukan jika individu tersebut memiliki rasa percaya diri.

2. Ketegasan
Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga di perlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan aspirasi dan keinginan serta membela hak kita, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan pasif dalam diri. Sikap agresif dan pasif akan melemahkan kepercayaan diri seseorang. Rasa percaya diri akan bertambah karena mereka akan dapat menyatakan kebutuhan mereka secara langsung dan terus terang.

3. Pengendalian perasaan
Pengendalian perasaan juga di perlukan dalam kehidupan sehari-hari, dengan mengelola perasaan dengan baik akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut. Apabila anak-anak mengetahui cara mengendalikan diri yang baik, mereka memiliki sikap sebagai berikut : berani menghadapi kesulitan secara wajar, membiarkan diri bertindak spontan dan lepas.

4. Keberanian
Keberanian adalah suatu sikap untuk berbuat sesuatu dengan tidak terlalu merisaukan kemungkinan-kemungkinan buruk.

5. Bereaksi positif
   Bereaksi positif berarti memiliki sikap tenang dalam menghadapi suatu masalah atau suatu kegiatan.

Selain ciri-ciri individu yang percaya diri di atas, kita juga bisa melihat ciri-ciri dari individu yang tidak percaya diri, seperti :

a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu
b. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial, dan ekonomi.
c. Sulit menetralisai timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi.
d. Gugup dan terkadang bicara gagap.
e. Memiliki latar belakang keluarga kurang baik.8
f. Memiliki perkembangan yang kurang baik sejak masa kecil.
g. Kurang memiliki kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
h. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.
i. Mudah putus asa
j. Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.
k. Pernah mengalami trauma.
l. Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.
   (Hakim, 2002)

6. Proses Pembentukan Rasa Tidak Percaya Diri

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang. Rasa tidak percaya diri bisa terjadi melalui proses panjang. Ada proses tertentu di dalam pribadi seseorang sehingga terjadilah pembentukan rasa tidak percaya diri. Proses pembentukan rasa tidak percaya diri tersebut yaitu :

a. Terbentuknya berbagai kekurangan atau kelemahan dalam berbagai aspek kepribadian seseorang yang dimulai dari kehidupan keluarga dan meliputi berbagai aspek, seperti aspek mental, fisik, sosial, dan ekonomi.

b. Pemahaman negatif seseorang terhadap dirinya sendiri yang cenderung selalu memikirkan kekurangan tanpa pernah meyakini bahwa ia juga memiliki kelebihan.
c. Kehidupan sosial yang dijalani dengan sikap negatif, seperti merasa rendah diri, suka menyendiri, lari dari tanggung jawab, mengisolasi diri dari kelompok, dan reaksi negatif lainnya, yang justru semakin memperkuat rasa tidak percaya diri (Hakim, 2002 : 9-10).

7. Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Rasa Percaya Diri

Gejala rasa tidak percaya diri dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu di dalam berbagai aspek kepribadian seseorang. Kelemahan-kelemahan pribadi memiliki aspek yang sangat luas dan berkaitann dengan kehidupan di dalam keluarga sejak masa kecil. Rasa tidak percaya diri akan menghambat seseorang dalam mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Berikut ini berbagai kelemahan pribadi yang biasanya dialami dan sering menjadi sumber penyebab timbulnya rasa tidak percaya diri, yaitu :

1. Cacat atau kelainan fisik

   Seorang individu yang mengalami kelainan fisik tertentu dengan sendirinya amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Cacat atau kelainan yang diderita sejak kecil kadang-kadang diperberat oleh adanya ejekan dari orang lain atau teman-teman sekelasnya sehingga pembentukan rasa percaya diri individu tersebut sangat dipengaruhi oleh faktor ini.

2. Buruk rupa

   Wajah yang kurang rupawan juga merupakan salah satu kendala untuk bisa mempunyai rasa percaya diri yang kuat.

3. Ekonomi lemah

   Gejala tidak percaya diri ini biasanya dialami oleh seseorang yang berasal dari keluarga ekonomi lemah, tetapi karena kepentingan tertentu harus berada di lingkungan yang sama dengan orang dari kalangan ekonomi menengah ke atas. Rasa tidak percaya diri di dalam lingkungan ini biasanya menyangkut pergaulan. Seseorang bisa mengalami rasa kurang percaya diri dan bertanya apakah dirinya bisa diterima di dalam pergaulan dengan kelompok yang biasanya cenderung bersikap ekslusif.

4. Sering gagal

   Kegagalan yang terlalu sering dialami di dalam bidang apapun, seperti dalam ujian, bidang olahraga biasanya akan menimbulkan kecemasan pada seseorang ketika mencoba untuk memperoleh sukses di bidang yang sama. Kecemasan tersebut akan menimbulkan rasa tidak percaya diri dalam bentuk keraguan apakah ia masih mempunyai harapan untuk mengatasi kegagalan.

5. Kurang cerdas

   Kecerdasan seseorang akan tampak setiap kali menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat ia berada, terutama pada saat ia mengadakan interaksi sosial dengan orang lain melalui komunikasi lisan. Kecerdasan dan wawasan, serta kemampuan berbahasa yang kurang akan menyulitkan seseorang untuk bisa berkomunikasi dengan baik dengan sekelompok orang lain yang lebih intelek. Kesulitan tersebut bisa juga menjadi salah

satu sumber yang menyebabkan seseorang merasa tidak percaya diri untuk bergabung di dalam satu kelompok tertentu.

6. Tidak siap menghadapi situasi tertentu

   Rasa tidak percaya diri yang muncul karena seseorang tidak siap menghadapi suatu situasi merupakan gejala yang sering terjadi dan normal. Dalam arti semua orang bisa mengalaminya. Krisis percaya diri akan menjadi lebih parah jika ia belum mempunyai pengalaman untuk tampil di depan orang banyak.

7. Sulit menyesuaikan diri

   Kesulitan di dalam menyesuaikan diri dengan orang lain bisa menimbulkan rasa tidak percaya diri. Seseorang bisa diliputi keraguan apakah orang di sekitarnya bisa menerimanya atau tidak.

8. Mudah cemas dan penakut

   Mudah cemas dan penakut, terutama yang tertanam sejak masa kecil, merupakan bibit tidak percaya diri yang sangat parah. Penyebab utama masalah ini adalah pola pendidikan keluarga di masa kecil yang terlalu keras atau sebaliknya terlalu melingdungi (*over protection),* atau sering ditakuti oleh orang di sekitarnya.

9. Mudah gugup

   Kegugupan biasanya meningkat dalam kegiatan-kegiatan tertentu yang dihadiri oleh orang banyak. Terutama jika ia tidak memiliki kemampuan untuk menetralisir ketegangan. Dengan sendirinya, rasa percaya dirinya akan mengalami gangguan.

10. Bicara gagap

    Ketidakmampuan untuk bisa berbicara dengan lancar dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri untuk bisa berkomunikasi dengan orang lain. Ia bisa merasa malu ketika kegagapannya menjadi perhatian orang lain. Akibatnya, timbullah rasa malu atau rendah diri yang bisa menambah rasa tidak percaya diri.

11. Pendidikan keluarga kurang baik

    Pendidikan keluarga merupakan pendidikan yang pertama dan utama di dalam membentuk perkembangan pribadi setiap orang. Baik-buruknya kepribadian seseorang sebagian besar ditentukan oleh pendidikan di dalam keluarga sejak saat ia kecil.

12. Sering menghindar

    Krisis percaya diri boleh dikatakan merupakan gejala umum dalam arti semua orang pernah mengalaminya ketika dihadapkan pada situasi tertentu. Misalnya, di sekolah, guru memerintahkan murid tampil di

depan kelas untuk mengerjakan soal, menyanyi, membaca puisi atau hal lalinnya.

13. Mudah menyerah

    Sikap mudah menyerah akan menyuburkan perasaan takut gagal sebelum memulai suatu usaha untuk mencapai suatu tujuan. Banyaknya orang yang terlalu mudah menyerah di dalam menghadapi berbagai masalah di dalam kehidupannya. Mereka tidak sadar bahwa terlalu mudah menyerah akan semakin memperkuat rasa tidak percaya diri yang sudah ada (Hakim, 2002 : 12-22).

8. Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri

Secara garis besar, terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses sebagai berikut :

a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesaikan diri.
d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.
   (Hakim, 2002 : 6)

Terbentuknya rasa percaya diri diawali dengan memiliki kepribadian yang baik, pemahaman seseorang terhadap potensi dan kelebihan yang ada dalam dirinya, memahami kelemahan diri yang disikapi secara positif, serta pengalaman yang dimiliki seorang individu dalam menjalani berbagai

aspek. Kemudian disebutkan proses terbentuknya rasa tidak percaya diri sebagai berikut :

a. Terbentuknya berbagai kekurangan atau kelemahan dalam berbagai aspek kepribadian seseorang yang dimulai dari kehidupan keluarga dan meliputi berbagai aspek, seperti aspek mental, fisik, social, atau ekonomi.
b. Pemahaman negative seseorang terhadap dirinya sendiri yang cenderung selalu memikirkan kekurangan tanpa pernah meyakini bahwa ia juga memiliki kelebihan.
c. Kehidupan social yang dijalani dengan sikap negative, seperti merasa rendah diri, suka menyendiri, lari dari tanggung jawab, mengisolasi diri dari kelompok, dan reaksi negative lainnya, yang justru semakin memperkuat rasa tidak percaya diri.
(Hakim, 2002 : 9)

Terbentuknya rasa tidak percaya diri berawal dari kekurangan/kelemahan individu dalam berbagai aspek kepribadiannya terutama yang berasal dari keluarga, pemahaman negatif yang akan muncul didalam diri individu sehingga ia meyakini bahwa dirinya tidak memiliki kelebihan, akibatnya perilaku dalam kehidupan pribadi dan sosialnya menjadi tidak baik.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk membantu menyelesaikan masalah pada siswa dan mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa (Romlah, 2006 :3).

Berdasarkan pendapat diatas bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan terhadap individu. Bimbingan kelompok juga bertujuan untuk membantu menyelesaikan masalah pada siswa dan dapat

mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa. Dengan adanya dinamika didalam kelompok peserta kelompok diharapkan bisa aktif dan berpartisipasi dengan baik didalam kelompok, sehingga potensi yang ada dalam diri individu tersebut benar-benar dapat tergali dan berkembang dengan baik.

Menurut Prayitno (2004 : 309) bimbingan kelompok di sekolah merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok, serta kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok juga diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.

Maksud pernyataan diatas adalah bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang diberikan dalam suasana kelompok dimana didalamnya terdapat suatu interaksi antar anggota kelompok. Dalam kegiatan bimbingan kelompok terdapat informasi yang dibutuhkan oleh peserta kelompok untuk membantu mereka menyusun rencana dan memberikan suatu keputusan terhadap suatu kondisi yang dihadapi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu proses bantuan terhadap individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dalam bimbingan kelompok terdapat interaksi antar anggota kelompok seperti mengeluarkan pendapat, memberikan kritikan dan saran, dimana pemimpin kelompok menyiapkan informasi-informasi yang

bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal, mencegah timbulnya suatu masalah, mengembangkan potensi yang ada pada dirinya, menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk mengembangkan pemahaman terhadap dirinya, orang lain dan lingkungan sekitar sehingga terbentuknya perilaku yang efektif serta baik dalam lingkungan sekolah maupun dalam masyarakat.

Didalam bimbingan kelompok terdapat dua pihak yang berperan, yaitu :

a. Anggota Kelompok

Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Tanpa anggota, tidaklah mungkin ada kelompok dan kegiatan ataupun kehidupan kelompok tersebut sebagian besar didasarkan atas peranan para anggotanya. Anggota kelompok justru merupakan badan dan jiwa kelompok tersebut.

Lima hal yang harus diperhatikan dalam menilai apakah kehidupan sebuah kelompok adalah baik atau kurang baik, yaitu :

a. Hubungan antar anggota

Jika dalam kelompok hanya terdapat hubungan antara anggota dan pemimpin, sedangkan hubungan antar anggota sama sekali tidak terasa, maka dinamika dalam kelompok tidak ada, yang ada hanyalah sekumpulan orang. Saling dinamis antara anggota kelompok berarti masing-masing anggota tersebut berkepentingan untuk mengimbangi

dengan suasana antar hubungan tersebut, khusunya suasana perasaan yang tumbuh di dalam kelompok seperti rasa diterima atau ditolak, rasa cinta atau benci, rasa berani atau takut, semua menyangkut reaksi dan tanggapan anggota berdasarkan keterlibatan dalam saling hubungan.

b. Tujuan bersama

Tujuan bersama adalah pusat dari kegiatan/kehidupan kelompok. Dalam kelompok tugas, tujuan bersamanya yaitu menyelesaikan tugas yang dibebankan kepada kelompok tersebut. Dalam kelompok bebas tujuan bersamanya adalah pengembangan pribadi tiap-tiap anggota kelompok. Tujuan yang lebih nyata (konkret) misalnya aktif dalam proses bimbingan kelompok agar tiap-tiap anggota dapat mengemukakan apa yang dipikirkan dan dirasakannya dan memperoleh tanggapan dan reaksi dari anggota lainnya.

c. Adanya hubungan langsung antara besarnya kelompok dan sifat kehidupan kelompok

Ada beberapa jenis kelompok menurut jumlah anggotanya, misalnya 8-30, kelompok 8-30 orang merupakan kelompok yang baik untuk tujuan pendidikan tertentu. Akan tetapi, kelompok tersebut kurang efektif untuk menciptakan keakraban sosial dalam waktu yang singkat. Untuk hal tertentu seperti latihan kepemimpinan atau latihan

menghilangkan rasa malu berbicara di muka umum, kelompok tersebut sangat bermanfaat.

Kelompok dua misalnya kelompok suami-isteri, dokter-pasien, konselor-konsele dan sebagainya. Kelompok tersebut merupakan kelompok yang paling ideal untuk terciptanya keakraban yang paling tinggi, tetapi kemungkinan timbulnya pertentangan/pertengkaran diantara mereka berdua. Kelompok tiga adalah kelompok yang terdiri atas tiga orang. Dinamika hubungan segitiga mungkin dapat tumbuh dengan baik, tetapi bahaya terbesarnya adalah salah seorang anggota tersebut dapat terasing jika dua orang yang lain membuat persekutuan. Kelompok 4-8 orang adalah kelompok sedang yang dapat diselenggarakan oleh konselor dalam rangka bimbingan kelompok. Kelompok sedang tersebut timbul keragaman di antara anggota-anggotanya sehingga suasana kelompok dapat lebih hangat.

d. Itikad dan sikap para anggota

Itikad dan sikap para anggota sangat menentukan kehidupan kelompok. Itikad baik, dalam arti tidak mau menang sendiri, tidak sekedar menanggapi atau menyerang pendapat orang lain merupakan hal yang sangat penting. Sikap para anggota yang dimaksud adalah setiap anggota dapat memberi waktu dan kesempatan kepada anggota lain untuk mengemukakan pendapatnya secara leluasa. Apabila sikap seperti ini berkembang, kehidupan kelompok yang baik dapat tumbuh.

Apabila dalam kelompok tersebut para anggota merasa terkungkung, tidak bebas, atau merasa terpaksa berada di dalam kelompok tersebut, kehidupan kelompok pun dapat menjadi tidak baik.

e. Kemandirian merupakan unsur penting yang menyangkut anggota-anggota kelompok

   Setiap anggota kelompok tidak begitu saja terbawa oleh pendapat anggota lain, apabila itu terjadi maka kehidupan kelompok itu akan dingin, atau mungkin bahkan kehidupan ataupun dinamika kelompok itu tidak ada sama sekali. Dalam dinamika kelompok, setiap angggota diharapkan mengembangkan dan mewujudkan kemandiriannya masing-masing. Tentu saja pengembangan dan perwujudan diri ini tidak boleh melanggar itikad dan sikap tersebut.

Dinamika kelompok yang benar-benar hidup mengarah kepada tujuan yang ingin dicapai dan membuahkan manfaat bagi tiap-tiap anggota kelompok. Oleh karena itu, peranan anggota kelompok sangat menentukan. Peranan tersebut hendaknya dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok benar-benar seperti yang diharapkan, diantaranya dengan :

a. Membantu terbinanya suasana keakraban dalam kelompok
b. Mencurahkan segenap perasaan saat melibatkan diri dalam kegiatan kelompok
c. Berusaha agar yang dilakukannya tersebut membantu tercapainya tujuan bersama
d. Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhinya dengan baik

e. Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok
f. Mampu berkomunikasi secara terbuka
g. Berusaha membantu anggota lain
h. Memberi kesempatan kepada aggota lain untuk ikut menjalankan peranannya
i. Menyadari pentingnya kegiatan kelompok
(Hartinah, 2009 : 89)

Anggota kelompok pada umumnya tidak serta merta sejak awal dimulainya pertemuan sudah mampu berperan dengan baik. Disinilah letak pentingnya peranan pemimpin kelompok dalam mempersiapkan anggota kelompok dengan memberitahukan :

a. Keikutsertaan dalam kelompok adalah sukarela
b. Apa saja yang diharapkan dari para anggota, suasana khusus yang dapat terjadi dalam kelompok itu, dan peran serta cara-cara yang akan dilakukan oleh pemimpin kelompok
c. Anggota kelompok bebas menanggapi hal-hal yang disampaikan ataupun menolak saran-saran yang diberikan anggota lain.
d. Hasil kegiatan kelompok dalam kehidupan mereka di luar anggota
e. Segala yang terjadi dan isi dari kegiatan kelompok bersifat rahasia
(Hartinah, 2009 : 89)

b. Pimpinan Kelompok

Pengertian kepemimpinan adalah hubungan antara dua orang atau lebih, dimana salah seorangnya mempengaruhi yang lainnya untuk mecapai tujuan bersama. Seorang pemimpin kelompok diperlukan adanya kemampuan untuk melakukan interaksi dengan bawahannya. Kepemimpinan berkaitan dengan pengaruh-mempengaruhi, jika seorang anggota memengaruhi yang lain sehingga proses dalam kelompok berjalan lebih lancar, orang tersebut dapat dikatakan telah menunjukkan kepemimpinannya.

Tugas-tugas kepemimpinan dibedakan atas dua kelompok, yaitu kelompok tugas yang mengarahkan proses ke tujuan yang ingin dicapai (*task functions)* dan kelompok tugas yang membina kesatuan dan persatuan kelompok (*maintenance functions*). Tugas untuk mengarahkan meliputi, memberikan informasi yang relevan, menyumbangkan pandangan yang konstruktif, mengambil inisiatif, meringkas sebagian dari pembicaraan dalam kelompok, memadukan berbagai sudut pandang dalam suatu pandangan yang lebih luas, mengadakan diagnosis dan memberikan evaluasi. Tugas untuk membina meliputi, mengajak dan mengimbau untuk berpartisipasi, memperjelas apa yang dimaksudkan oleh pembicara tertentu, mengajak untuk mengatasi perbedaan pandangan secara konstruktif, menunjukkan kepercayaan terhadap maksud baik orang lain, melepaskan ketegangan dan mengajak tertawa atau menghentikan acara sebentar, mencegah timbulnya perpecahan dalam kelompok dan mengingatkan akan norma dasar yang telah disepakati bersama.

Setiap pemimpin kelompok (dalam hal ini konselor) harus mneguasai dan mengembangkan kemampuan (keterampilan) dan sikap yang memadai untuk terselenggaranya proses kegiatan kelompok secara efektif. Keterampilan dan sikap tersebut meliputi :

1. Kehendak mempelajari dan usaha untuk mengenal dan mempelajari dinamika kelompok, fungsi-fungsi konselor, dan hubungan yang baik antar orang-orang di dalam satu kelompok.

2. Kesediaan menerima orang lain, yaitu orang-orang yang menjadi anggota kelompok, tanpa pamrih pribadi
3. Kehendak untuk dapat didekati dan membantu tumbuhnya hubungan yang baik antar anggota kelompok
4. Kesediaan menerima berbagai pandangan dan sikap yang berbeda, yang barangkali sangat berlawanan dengan pandangan pemimpin kelompok (konselor).
5. Pemusatan perhatian terhadap suasana perasaan dan sikap seluruh anggota kelompok dan konselor sendiri
6. Penimbulan dan pemeliharaan hubungan yang baik antar-anggota kelompok
7. Pengarahan yang teguh demi tercapainya tujuan bersama yang telah ditetapkan
8. Keyakinan akan kemanfaatan proses dinamika kelompok sebagai wahana untuk membantu para anggota
9. Rasa humor, bahagia, dan rasa puas, baik yang dialami oleh konselor sendiri maupun orang lain

Sehubungan dengan keterampilan dan sikap yang menyangkut hal-hal tersebut, peranan pemimpin kelompok dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan, ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan tersebut meliputi hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan dan proses kegiatan itu sendiri.

2. Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok itu baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasanan perasaan yang dialami itu.
3. Jika kelompok tersebut tampaknya kurang menjurus ke arah yang dimaksudkan, pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan.
4. Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
5. Pemimpin kelompok juga diharapkan mampu mengatur lalu lintas kegiatan kelompok sebagai pemegang aturan permainan (menjadi pendamai, mendorong kerjasama, dan kebersamaan).
6. Selain itu, pemimpin kelompok harus bertindak sebagai penjaga agar apapun yang terjadi di dalam kelompok tidak merusak ataupun menyakiti satu orang atau lebih anggota kelompok sehingga ia atau mereka menjadi menderita karenanya. Sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok tersebut dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Kesuksesan bimbingan kelompok sangat dipengaruhi oleh tercapainya suatu tujuan didalam bimbingan kelompok tersebut, adapun tujuan dari bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

1. Mampu berbicara di muka orang banyak
2. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan, dan lain sebagainya kepada orang banyak
3. Belajar menghargai pendapat orang lain
4. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya
5. Mampu mengendalikan diri dalam menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif)
6. Dapat bertenggang rasa
7. Menjadi akrab satu sama lainnya
8. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama
   (Prayitno, 1995 :178-179)

Pendapat diatas mengatakan bahwa bimbingan kelompok memiliki tujuan sebagai media pengembangan diri untuk dapat berlatih berbicara, mampu mengeluarkan pendapat belajar menghargai orang lain, bertanggung jawab, mampu mengendalikan emosi, memiliki tenggang rasa, menjalin hubungan yang baik satu sama lainnya, serta mampu menerima dan menghargai pendapat orang lain. Suatu proses bimbingan kelompok yang berjalan dengan baik serta dapat mencapai tujuan-tujuan seperti yang disebutkan diatas maka diharapkan setiap individu mampu memaksimalkan potensi yang ada dalam dirinya untuk menjadi individu yang lebih percaya diri.

3. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Dalam bimbingan kelompok terdapat asas-asas guna untuk memperlancar pelaksanaan bimbingan kelompok. Asas-asas tersebut sebagai berikut :

a. Asas kerahasiaan, yaitu semua yang hadir harus menyimpan dan merahasiakan apa saja, data dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain. Para peserta berjanji tidak akan membicarakan hal-hal yang bersifat rahasia di luar kelompok.

b. Asas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirasakannya dan dipikirkannya. Tidak merasa takut, malu, atau ragu-ragu dan bebas berbicara tentang apa saja, baik tentang dirinya, sekolah, pergaulan, keluarga, dan sebagainya.
c. Asas kesukarelaan, yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa di suruh-suruh, malu-malu, atau dipaksa oleh teman yang lain atau oleh pemimpin kelompok.
d. Asas kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku. Semua yang dilakukan dan dibicarakan dalam bimbingan kelompok harus sesuai dengan norma adat, norma agama, norma hokum, norma ilmu, dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku.
(Prayitno, 1995 : 179)

Asas-asas didalam bimbingan kelompok berbeda dengan asas-asas yang terdapat pada bimbingan konseling individu, dimana asas-asas ini bertujuan untuk tercapainya tujuan-tujuan yang didalam kelompok bukan tercapainya tujuan dari individu itu sendiri. Didalam bimbingan kelompok terdapat dinamika dan asas-asas kelompok yang diharapkan dapat diikuti oleh peserta bimbingan kelompok dengan baik, sehingga dapat menciptakan suasana yang hidup dan baik. Semua peserta kelompok maupun pemimpin kelompok diharapkan mampu menjaga semua yang dibicarakan dalam kelompok dan tidak akan membicarakannya di luar kelompok tersebut (asas kerahasiaan), semua anggota kelompok dapat mengeluarkan ide, pikiran, dan perasaannya didalam proses bimbingan kelompok tanpa adanya rasa takut atau malu (asas keterbukaan), semua anggota kelompok dalam proses bimbingan kelompok diharapkan dapat menampilkan dirinya secara spontan, tanpa di suruh-suruh atau dipaksa oleh siapapun (asas kesukarelaan), serta didalam bimbingan kelompok semua anggota kelompok mengikuti peraturan dan norma-norma yang berlaku (asas kenormatifan).

4. Dinamika Kelompok

Bimbingan kelompok yang baik adalah apabila dalam kelompok tersebut diwarnai oleh semangat tinggi, dinamis, hubungan yang harmonis, kerjasama yang baik dan mantap, serta rasa saling mempercayai di antara anggota-anggotanya. Kelompok yang seperti itu akan terwujud apabila para anggota saling bersikap sebagai kawan, menghargai, mengerti, dan menerima tujuan bersama secara positif, setia pada kelompok, serta mau bekerja keras dan berkorban untuk kelompok.

Hartinah (2009 : 62) dinamika kelompok merupakan pengetahuan yang mempelajari gerak atau tenaga yang menyebabkan gerak tersebut, pengetahuan yang mempelajari masalah-masalah kelompok, serta dinamika kelompok mencoba menerangkan perubahan-perubahan yang terjadi dalam kelompok dan mencoba menemukan serta mempelajari keadaan dan gaya yang dapat memengaruhi kehidupan kelompok. Dinamika kelompok juga merupakan suatu studi dalam mengembangkan berbagai kekuatan yang menentukan perilaku anggota dan perilaku kelompok yang menyebabkan terjadinya gerak perubahan dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama yang telah ditentukan.

Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang dapat menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok dimanfaatkan untuk mencapai tujuan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media untuk bimbingan anggota kelompok mencapai tujuan. Media dinamika kelompok merupakan

sesuatu yang unik dan hanya dapat ditemukan dalam suatu kelompok yang benar-benar hidup. Kelompok yang hidup adalah kelompok yang dinamis, bergerak, dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan. Dinamika kelompok mengarahkan anggota kelompok untuk melakukan hubungan interpersonal satu sama lain. Jalinan hubungan interpersonal tersebut merupakan wahana bagi para anggota untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan bahkan perasaan satu sama lain sehingga memungkinkan terjadinya proses belajar di dalam kelompok yang kohesif/kebersamaan.

5. Tahap-tahap Layanan Bimbingan Kelompok

Tahap-tahap perkembangan kelompok dalam rangka bimbingan kelompok sangat penting. Terdapat empat tahap perkembangan, yaitu tahap pembentukan, peralihan, pelaksanaan kegiatan, dan pengakhiran. Tahap-tahap tersebut merupakan suatu kesatuan dalam seluruh kegiatan kelompok.

Tahap-tahap tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

1) Tahap I : Pembentukan

Kegiatan awal dari sebuah kelompok dapat dimulai dengan pengumpulan para (calon) anggota kelompok dalam rangka kegiatan kelompok yang direncanakan, meliputi :

a. Pengenalan dan pengungkapan tujuan

Menurut Hartinah (2009 : 132) tahap pengenalan dan pengungkapan tujuan merupakan tahap pengenalan dan tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok.

Pada tahap ini, pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan yang ingin dicapai, baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota. Dalam tahap pembentukan tersebut, peranan pemimpin kelompok adalah memunculkan dirinya sehingga ditangkap oleh para anggota sebagai orang yang benar-benar mampu dan bersedia membantu para anggota kelompok untuk mecapai tujuan mereka. Pada tahap ini, pemimpin kelompok perlu :

1. Menjelaskan tujuan umum yang ingin dicapai melalui kegiatan kelompok tersebut dan menjelaskan cara-cara yang hendaknya dilalui dalam mencapai tujuan tersebut.
2. Mengemukakan tentang diri sendiri yang kemungkinan perlu untuk terselenggaranya kegiatan kelompok secara baik (antara lain memperkenalkan diri secara terbuka dan menjelaskan peranannya sebagai pemimpin kelompok).
3. Menampilkan tingkah laku dan komunikasi yang mengandung unsur-unsur penghormatan kepada orang lain (anggota kelompok), kehalusan hati, kehangatan, dan empati.
   (Hartinah, 2009 : 132)

b. Terbangunnya kebersamaan

Hasil tahap awal suatu kelompok (menjelang dimasukinya tahap pembentukan) adalah suatu keadaan dimana para anggota kelompok belum merasa adanya keterikatan kelompok. Kelompok yeng terbentuk

sesudah tahap awal yang sedang mengalami tahap pembentukan tersebut baru menjadi suatu kumpulan orang-orang yang saling belum mengenal. Dalam keadaan seperti itu peranan utama pemimpin kelompok adalah merangsang dan menetapkan keterlibatan orang-orang baru dalam suasana kelompok yang diinginkan. Selain itu, pemimpin kelompok juga perlu membangkitkan minat-minat dan kebutuhannya serta rasa sedang mulai digerakkan tersebut. Pemimpin kelompok harus mampu menumbuhkan sikap kebersamaan dan perasaan sekelompok.

c. Keaktifan pemimpin kelompok

Peranan pemimpin kelompok dalam tahap pembentukan hendaknya benar-benar aktif. Hal tersebut tidak berarti bahwa pemimpin kelompok berceramah atau mengajarkan apa yang seharusnya dilakukan oleh anggota kelompok. Pemimpin kelompok memusatkan usahanya pada :

1. Penjelasan tentang tujuan kegiatan
2. Penumbuhan rasa saling mengenal antar anggota
3. Penumbuhan sikap saling mempercayai dan menerima
4. Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan suasana perasaan dalam kelompok

d. Beberapa teknik pada tahap awal

Terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan oleh pemimpin kelompok pada tahap awal. Teknik-teknik tersebut berguna bagi

pengembangan sikap anggota kelompok yang semula tumbuh secara lamban. Teknik yang dapat dilakukan antara lain :

1. Teknik pertanyaan dan jawaban

   Para anggota menulis jawaban atas suatu pertanyaan pada selembar kertas yang disediakan oleh pemimpin kelompok. Misalnya, pertanyaan “siapakan saya?” “bagaimana suasana hari ini?” “apakah yang perlu kita lakukan sekarang?” cara tersebut dapat menjadi awal usaha anggota untuk mengungkapkan diri sendiri. Jawaban-jawaban tersebut selanjutnya dapat dipergunakan untuk mengukur keseluruhan suasana dan tanggapan kelompok atas suatu permasalahan yang dilontarkan.

2. Teknik perasaan dan tanggapan

   Teknik perasaan dan tanggapan dilakukan dengan mempersilakan atau meminta masing-masing anggota kelompok mengemukakan perasaan dan tanggapannya atas suatu masalah atau suasana yang mereka rasakan pada saat pertemuan itu berlangsung. Teknik tersebut dapat merangsang para anggota untuk mengenali masalahnya dan atau perasaannya sendiri yang justru mungkin perlu menjadi pokok bahasan utama dalam kelompok. Hal tersebut akan sangat menonjol terutama dalam kelompok bebas.

3. Teknik permainan kelompok

   Berbagai bentuk permainan kelompok seperti “Rangkain Nama” dapat dipergunakan. Dengan permainan tersebut, akan terbangun suasana yang hangat dalam hubungan antar-anggota kelompok dan sekaligus suasana kebersamaan. Dalam mnyelenggarakan permainan kelompok tersebut harus selalu diingat bahwa tujuan permainan adalah untuk menghangatkan dan mengakrabkan. Jangan sampai terkesan oleh para peserta bahwa permainan tersebut hanya sekedar bermain-main dan membuang-buang waktu.Oleh karena itu, permainan kelompok yang layak diselenggarakan dalam tahap ini ialah permainan yang mengandung ciri-ciri :

   a. Dilakukan oleh seluruh anggota kelompok (termasuk pemimpin kelompok)
   b. Bersifat gembira atau lucu
   c. Tidak memakan tenaga atau melelahkan
   d. Sederhana
   e. Waktunya singkat

4. Pola keseluruhan

   Pada tahap ini digambarkan adanya rangsangan dari anggota agar mereka dapat mengenali diri dan perasaannya yang mungkin akan menjadi pokok bahasan selanjutnya. Tahap pertama tersebut dapat disimpulkan ke dalam Bagan 1 yaitu:

Bagan 1

TAHAP 1
PEMBENTUKAN

Tema :
- Pengenalan
- Pelibatan diri
- Pemasukan diri

Tujuan :	Kegiatan :
1. Anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok dalam rangka bimbingan dan konseling 2. Tumbuhnya suasana kelompok 3. Tumbuhnya minat anggota dalam mengikuti kegiatan kelompok 4. Tumbuhnya saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu di antara para anggota 5. Tumbuhnya suasana bebas dan terbuka 6. Dimulainya pembahasan tentang 7. tingkah laku dan perasaan dalam kelompok	1. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling 2. Menjelaskan : a. Cara-cara pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok b. Asas-asas kegiatan kelompok 3. Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri 4. Teknis khusus 5. Permainan penghangatan atau pengakraban

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK

1. Menampilkan diri secara utuh dan terbuka
2. Menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat, tulus, bersedia membantu dan penuh
3. Sebagai contoh

2) Tahap II : Peralihan

Setelah suasana kelompok terbentuk dan dinamis, kelompok sudah mulai tumbuh dan kegiatan kelompok hendaknya dibawa lebih jauh oleh pemimpin kelompok menuju kepada kegiatan kelompok yang sebenarnya. Oleh karena itu, perlu diselenggarakan tahap peralihan.

a. Suasana Kegiatan

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan peranan para anggota kelompok dalam kelompok bebas (jika kelompok tersebut memang kelompok bebas) atau kelompok tugas (jika kelompok tersebut memang kelompok tugas). Kemudian, pemimpin kelompok menawarkan apakah para anggota sudah siap memulai kegiatan tersebut.

b. Suasana Ketidakimbangan

Suasana ketidakimbangan dapat mewarnai tahap peralihan tersebut. Seringkali terjadi konflik atau bahkan konfrontasi antara anggota kelompok dan pemimpin ketidaksesuaian yang banyak terjadi dalam keadaan banyak anggota yang merasa tertekan ataupun menyebabkan tingkah laku mereka menjadi tidak seperti biasanya. Keengganan atau bahkan penolakan dapat berkembang menjadi bentuk-bentuk penyerangan (dengan kata-kata) terhadap anggota lain atau kelompok secara keseluruhan atau bahkan kepada pemimpin kelompok. Bentuk-bentuk lain dari keengganan tersebut dapat berupa salah paham terhadap tujuan tentang cara-cara kerja yang dikehendaki, menolak untuk

melakukan sesuatu, dan menginginkan pengarahan yang lebih banyak dari pemimpin. Dalam hal ini, tugas pemimpin kelompok adalah membantu para anggota untuk menghadapi halangan, keengganan, sikap mempertahankan diri, dan ketidaksabaran yang timbul. Apabila memang terjadi, unsur-unsur ketidak serasian tersebut dikaji, dikenali, dan dihadapi oleh seluruh anggota kelompok. Pemimpin membantu usaha tersebut sehingga diperoleh suasana kebersamaan dan semangat bagi dicapainya tujuan kelompok. Suasana keterbukaan yang bebas dan mengijinkan dikemukakannya apa saja yang dirasakan oleh para anggota kelompok perlu terus dipertahankan dan dikembangkan.

c. Jembatan antara Tahap I dan Tahap III

Tahap kedua menetapkan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga. Apabila para anggota kelompok enggan memasuki tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, yaitu tahap ketiga. Dalam keadaan seperti ini pemimpin kelompok membawa para anggota melewati jembatan tersebut.

d. Pola Keseluruhan

Tahap kedua tersebut dapat digambarkan dalam gambar berikut :

Bagan 2

TAHAP II
PERALIHAN

Pembangunan jembatan antara tahap pertama dan tahap keduaketiga

Tujuan :	Kegiatan :
1. Terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, atau malu/saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya 2. Makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan 3. Makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 2. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap ketiga) 3. Membahas suasana yang terjadi 4. Meningkatkan kemampuan keikut sertaan anggota Jika perlu, kembali ke beberapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan)

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK

1. Menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka
2. Tidak mempergunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaannya
3. Mendorong dibahasnya suasana perasaan
4. Membuka diri, sebagai contoh, dan penuh empati

3) Tahap III : Kegiatan

Tahap ketiga merupakan isi dari kegiatan kelompok. Pada tahap ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengutaraan, penyajian, dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Demikian pula saling tanggap dan tukar pendapat berjalan dengan lancar. Para anggota bersikap saling membantu, menerima, menguatkan, dan saling berusaha memperkuat rasa kebersamaan. Dalam suasana seperti ini, kelompok membahas hal-hal yang bersifat sekarang atau kekinian dan disini.

Dalam tahap ketiga, kegiatan kelompok kelompok tugas ditampilkan secara nyata. Pemimpin kelompok telah menjelaskan pada awal tahap kedua (tahap peralihan) tentang jenis kegiatan kelompok apa yang akan dijalani kelompok pada tahap ketiga.

Contoh kelompok tugas sebagai berikut :

1. Mengemukakan permasalahan

   Berbeda dari kegiatan dalam kelompok bebas, mengemukakan permasalahan dalam kelompok tugas dilakukan oleh pemimpin kelompok (sebagai pemberian tugas) kepada para anggota kelompoknya. Permasalahan yang dikemukakan oleh pemimpin kelompok dapat menyangkut berbagai bidang.

2. Pembahasan

   Setelah segala sesuatu yang menyangkut permasalahan yang ditugaskan tersebut jelas bagi seluruh anggota kelompok, dimulailah pembahasan permasalahan tersebut. Suasana yang dinamis perlu dikembangkan seluas-luasnya. Angggota kelompok perlu didorong dan dirangsang untuk ikut serta dalam pembahasan secara penuh. Kegiatan pembahasan diakhiri dengan peninjauan atas hasil pembahasan.

Anggota kelompok yang cenderung memborong pembicaraan, pemimpin kelompok bertindak sedemikian rupa sehingga anggota tersebut tidak menjadi merasa dihalangi atau dibatasi hak-haknya yang menyebabkan anggota tersebut dongkol, menarik diri, putus asa, dan sebagainya. Sebaliknya, anggota yang kurang atau tidak berbicara sama sekali, perlu dirangsang oleh pemimpin kelompok untuk memberanikan dirinya. Anggota-anggota yang kurang berani berbicara inilah yang justru memerlukan bantuan kelompok sebagai media tempat mereka melatih dalam berkomunikasi dengan orang lain secara terbuka. Pemimpin kelompok perlu memberikan kesempatan dan membina suasana yang mengizinkan secara luas sehingga mereka mulai membuka diri, melatih diri menerjuni komunikasi yang aktif dan dinamis.

Pembahasan merupakan media bagi anggota kelompok untuk mengembangkan diri dalam kemampuan berkomunikasi dengan orang lain secara langsung dan terbuka (Hartinah, 2009 :145).

Pola keseluruhan tahap ketiga, untuk kegiatan “kelompok tugas”, dapat dilihat pada bagan dibawah ini :

Bagan 3

TAHAP III
Kegiatan Kelompok Tugas

Tema : Kegiatan pencapaian tujuan (penyelesaian tugas)

Tujuan :	Kegiatan :
1. Terbahasnya suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas 2. Ikut sertanya seluruh anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang mengangkut unsur-unsur tingkah laku, maupun perasaan	1. Pemimpin kelompok mengemukakan topik 2. Anggota kelompok mendiskusikan topik 3. Anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas 4. Kegiatan selingan

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK

1. Sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan terbuka
2. Aktif, tetapi tidak banyak bicara

4) Tahap IV : Pengakhiran

Setelah kegiatan kelompok sampai pada tahap ke tiga yaitu pembahasan, kegiatan kelompok kemudian menurun dan selanjutnya kelompok akan mengakhiri kegiatannya pada saat yang dianggap tepat.

a. Frekuensi Pertemuan

Keberhasilan suatu kelompok tidak diukur dari banyaknya kelompok tersebut bertemu. Berkenaan dengan pengakhiran kegiatan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada beberapa kali kelompok harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai kelompok ketika menghentikan pertemuan. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai seyogyanya mendorong kelompok tersebut untuk melakukan kegiatan sehingga tujuan bersama tercapai secara penuh. Dalam hal ini, terdapat kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok tersebut akan berhenti melakukan kegiatan dan kemudian bertemu kembali untuk melakukan kegiatan.

b. Pembahasan Keberhasilan Kelompok

Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari (dalam suasana kelompok), pada kehidupan nyata mereka sehari-hari. Peranan pemimpin kelompok adalah memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggota dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok.

Bagan 4

TAHAP IV
Pengakhiran

Tema : Penilaian dan Tindak Lanjut

Tujuan :	Kegiatan :
1. Terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan 2. Terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas 3. Terumuskannya rencana kegaiatan selanjutnya 4. Tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan telah diakhiri	1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri 2. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan 3. Membahas kegiatan lanjutan 4. Mengemukakan pesan dan harapan

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK

1. Tetap mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka
2. Memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota
3. Memberikan semangat untuk kegiatan selanjutnya
4. Penuh rasa persahabatan dan empati

6. Teknik Bimbingan Kelompok

Teknik adalah cara untuk melakukan sesuatu. Jadi, teknik-teknik bimbingan kelompok adalah cara-cara bagaimana kegiatan bimbingan kelompk dilaksanakan. Kegiatan-kegiatan bimbingan kelompok sebagian besar kegiatannya berupa kegiatan di kelas dengan menggunakan kegiatan pemberian informasi, Tanya jawab, diskusi, dan kegiatan latihan dalam kelompok-kelompok kecil, maka aktivitas siwa dalam kegiatan-kegiatan itu sangat penting. Pokok-pokok bahasan bimbingan kelompok beserta teknik-teknik yang dipakai untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan bimbingan kelompok tersebut harus dipilih dan disusun sedemikian rupa sehingga dapat mengembangkan dan memperbaiki perilaku yang diinginkan melalui bimbingan kelompok. Teknik bimbingan kelompok yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Teknik Pemberian Informasi (Expository Techniques)

Teknik pemberian informasi atau sering juga disebut dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Pelaksanaan teknik pemberian informasi mencakup tiga hal, yaitu : perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian, Jacobsen (Romlah 2006 : 87).

2. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang sudah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau

untuk memperjelas suatu persoalan, di bawah pimpinan seorang pemimpin. Bloom (Romlah, 2006) memberikan defenisi mengenai diskusi kelompok dengan lebih menekankan pada aspek akademis, sebagai berikut :

> Diskusi kelompok merupakan usaha bersama unruk memecahkan suatu masalah, yang didasarkan pada sejumlah data, bahan-bahan, dan pengalaman-pengalaman, di mana masalah ditnjau selengkap dan sedalam mungkin. Secara idea, pemimpin kelompok memebantu kelompok untuk memusatkan perhatian pada masalah umum yang dihadapi, membantu meninjau masalah secara luas dan mendalam, membantu memberikan sumber-sumber yang dapat dipakai untuk pemecahan masalah, dan membantu kelompok mengetahui bilaman masalah sudah terpecahkan serta implikasi selanjutnya dari pemecahan tersebut.

Di dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, diskusi kelompok tidak hanya untuk memecahkan masalah, tetapi juga untuk mencerahkan suatu persoalan, serta untuk pengembangan pribadi. Dinkmeyer dan Muro (Romlah,2006) menyebutkan tiga macam tujuan diskusi kelompok, yaitu:

a. Untuk mengembangkan pengertian terhadap diri sendiri
b. Untuk mengembangkan kesadaran tentang diri (*self)* dan orang lain
c. Untuk mengembangkan pandangan baru mengenai hubungan antara manusia

Beberapa ahli lain seperti Jacobsen, Eggen, Kauchak, dan Dulaney (Romlah, 2006), menyatakan bahwa metode diskusi dapat digunakan untuk mencapai tujuan-tujuan berikut :

a. Mengembangkan keterampilan-keterampila kepemimpinan
b. Merangkum pendapat-pendapat kelompok
c. Mencapai suatu konsensus
d. Menjadi pendengar yang aktif
e. Mengatasi perbedaan-perbedaan dengan tepat
f. Mengembangkan keterampilan-keterampilan memparaprase

g. Mengembangkan keterampilan-keterampilan belajar mandiri
h. Mengembangkan keterampilan-keterampilan menganalisis, mensintesis dan menilai

Pelaksanaan diskusi meliputi tiga langkah, yaitu perencanaan, pelaksanaan dan penilaian. Pada tahap perencanaan, fasilitator melaksanakan lima macam hal, yaitu : (a) merumuskan tujuan diskusi; (b) menentukan jenis diskusi, apakah diskusi kelas, diskusi kelompok-kelompok kecil, atau diskusi panel; (c) melihat pengalaman dan perkembangan siswa, apakah memerlukan pengerahan-pengarahan yang jelas, tugas yang sederhana dan waktu diskusi yang lebih pendek, atau sebaliknya; (d) memperhitungkan waktu yang tersedia untuk kegiatan diskusi, misalnya rangkuman, kesimpulan-kesimpulan atau pemecahan masalah.

Pada tahap pelaksanaan, fasilitator memberikan tugas yang harus didiskusikan, waktu yang tersedia untuk mendiskusikan tugas itu, dan memberitahu cara melaporkan tugas, serta menunjuk pengamat diskusi apabila diperlukan. Pada tahap penilaian, fasilitator meminta pengamat melaporkan hasil pengamatannya, memberkan komentar menganai proses diskusi dan membicarakannya dengan kelompok.

Menurut Romlah (2006 : 90) penggunaan diskusi kelompok dalam pelaksanaan bimbingan kelompok mempunyai keuntungan-keuntungan dan kelemahan-kelemahan. Keuntungan-keuntungan diskusi kelompok antara lain :

a. Membuat anggota kelompok aktif karena tiap anggota mendapat kesempatan untuk berbicara dan member sumbangan pada kelompok
b. Anggota kelompok dapat saling bertukar pengalaman, pikiran, perasaan, dan nilai-nilai, yang akan membuat persoalan yang dibicarakan menjadi lebih jelas
c. Anggota kelompok belajar mendengarkan dengan baik apa yang dikatakan anggota kelompok yang lain
d. Dapat meningkatkan pengertian terhadap diri sendiri dan pengertian terhadap orang lain, melalui balikan yang diberikan anggota lain, terutama di dalam diskusi kelompok kecil, masing-masing anggota dapat melihat dirinya dengan lebih mendalam
e. Memberi kesempatan pada anggota untuk belajar mendjadi pemimpin, baik dengan menjadi pemimpin kelompok maupun dengan mengamati perilaku pimpinan kelompok.

Selain keuntungan-keuntungan tersebut, diskusi kelompok juga mempunyai kelemahan-kelemahan, yaitu :

a. Dapat menjadi salah arah apabila pemimpin kelompok tidak melaksanakan fungsi kepemimpinannya dengan baik
b. Ada kemungkinan diskusi dikuasai oleh individu-individu tertentu, sehingga anggota lain kurang mendapat kesempatan berbicara
c. Membutuhkan banyak waktu dan tempat yang agak luas

C. Penggunaan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Dalam Belajar

Percaya diri adalah suatu sikap positif dan suatu keyakinan yang ada pada diri seorang individu yang mendorong individu tersebut untuk dapat melakukan sesuatu dan ia merasa memiliki suatu potensi serta keyakinan bahwa bisa walaupun mungkin menurut orang lain tidak bisa. Seorang siswa yang memiliki percaya diri yang tinggi memiliki dampak positif seperti dapat menunjang prestasi di sekolah, dapat dengan mudah bersosialisasi dengan teman, guru, dan lingkungan sekitarnya karena ia tidak merasa malu,

takut, serta memiliki pikiran yang positif terhadap dirinya sendiri dan terhadap kemampuan yang ia miliki.

Percaya diri dikembangkan melalui pemikiran yang positif, pengalaman, belajar serta memiliki keyakinan yang tinggi terhadap apapun yang akan dilakukan. Orang yang percaya diri biasanya mudah bergaul, bersosialisasi, berpikir positif, memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan yang ia miliki, optimis dan bertanggung jawab atas perbuatannya. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, keyakinan, kemampuan, dan percaya bahwa ia bisa. Didukung oleh pengalaman, prestasi, serta harapan yang realistik terhadap dirinya sendiri.

Maslow (Iswidharmanjaya, 2013 : 21) percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami diri.

Berdasarkan pendapat diatas dikatakan bahwa seseorang yang percaya diri akan berusaha mengeksplorasi semua kemampuan yang dimilikinya. Dengan segala keyakinan dalam dirinya. Berusaha semampunya untuk mengenal dan memahami diri sendiri sehingga mengetahui bakat, minat, dan kemampuan apa yang ia miliki, sehingga seseorang tersebut akan bertindak sesuai dengan keamampuan dan kapasitas yang dimilikinya.

Orang yang percaya diri biasanya lebih mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, lebih mudah mendapatkan teman, tidak merasa malu dan takut, tidak merasa ragu terhadap semua yang akan dikerjakannya, memiliki banyak teman, optimis, berani bertanya, berpikir positif serta yakin akan kemampuan yang dimilikinya. Berbeda halnya dengan seorang individu yang memiliki rasa percaya diri yang rendah, individu tersebut akan merasa takut, malu, ragu, sulit beradaptasi, pesimis, suka mengeluh, tidak berani mengungkapkan pendapat,serta malu bertanya. Semua orang pasti sudah pernah merasakan/mengalami rasa percaya diri rendah, karena sikap percaya diri rendah itu bisa datang kapan saja dan terhadap siapa saja saat seseorang akan melakukan sesuatu sehingga membuatnya tidak dapat menunjukkan kemampuannya secara optimal dan hasilnya orang tersebut tidak dapat mencapai hasil sebagaimana yang diharapkan.

Sementara itu, kurang percaya diri dapat menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seorang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu dalam menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain, Maslow (Iswidharmanjaya, 2013:13).

Berdasarkan pendapat di atas seseorang yang tidak percaya diri itu dapat menghambat kemampuannya untuk melakukan sesuatu, misalnya saat

diskusi di depan kelas, saat di suruh guru bertanya, dan saat di suruh guru mengeluarkan pendapat. Individu tersebut merasa takut, ragu dan bahkan bimbang dalam menghadapi sesuatu serta merasa bahwa dirinya tidak lebih baik dari teman-temannya. Tentunya hal ini dapat menghambat prestasi intelektualnya, keterampilan, kemandirian, serta komunikasi yang kurang baik terhadap orang lain.

Rasa percaya diri yang rendah sering kali menghinggapi siswa sekolah. Mengingat siswa SMP merupakan masa remaja awal yang masih sangat rentan mengikuti kebiasaan dan perilaku teman-temannya, serta siswa-siswa tersebut mulai mencari jati diri masing-masing maka sangat dibutuhkan sikap percaya diri yang tinggi. Biasanya siswa di sekolah apabila tidak memiliki percaya diri yang rendah maka akan menarik diri dari lingkungan atau kelompoknya, merasa minder, mudah putus asa, sering menyendiri, malu serta tidak optimal dalam belajar. Apabila sikap tersebut terus berada pada diri siswa di sekolah maka akan menghambat perkembangannya. Maka dari itu harus ada cara mengupayakan agar sikap kurang percaya diri siswa di sekolah dapat di kurangi bahkan di hilangkan. Siswa sebagai remaja awal cenderung lebih senang bergaul dengan kelompoknya, dalam satu kelompok siswa akan lebih cepat untuk mempengaruhi satu sama lain serta akan lebih mudah untuk berinteraksi dan menunjukkan kemampuan yang ia miliki. Sehingga cara yang tepat digunakan sebagai upaya untuk mengurangi rasa percaya diri rendah dalam belajar pada siswa di sekolah yaitu melalui bimbingan kelompok. Siswa

dikumpulkan menjadi satu kelompok yang nantinya akan membahas dan membuat keputusan tentang masalah bersama yaitu tentang percaya diri.

Peristiwa psikologi dalam kelompok meliputi berbagai kehidupan peristiwa yang hampir selalu terjadi apabila dua orang atau lebih berada salam suatu kelompok dan terjadi sebuah proses hubungan.

Proses hubungan yang dapat terjadi didalam kelompok diantaranya komunikasi, konflik, kerjasama, umpan balik, saling percaya, keterbukaan, realistis diri, saling ketergantungan, serta kelompok yang efektif atau yang kurang efektif (Hartinah, 2009 : 49).

Maksud dari pernyataan di atas adalah bahwa didalam sebuah bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok dimana semua anggota kelompok diharapkan berperan didalamnya, seperti saling berkomunikasi, kerjasama, saling percaya, adanya keterbukaan antara individu satu dengan yang lainnya, saling ketergantungan serta adanya kelompok yang efektif atau kurang efektif. kelompok yang efektif yaitu dimana anggota kelompoknya mampu mengambil inisiatif sendiri, mencari informasi, memberi informasi, mencari pendapat, serta dapat memberikan kesimpulan. Begitupuan dengan kelompok yang kurang efektif maka didalam dinamika kelompoknya mungkin akan menentang, mengkritik, menghalangi, mendominasi, mencuri simpati bahkan mengganggu proses dalam bimbingan kelompok. Dalam proses ini diharapkan proses kelompok yang efektif dan para anggota

kelompok mampu memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengembangkan sikap percaya dirinya dan sikap yang positif lainnya.

Timbulnya rasa percaya diri karena belajar. Percaya diri siswa disekolah dapat ditingkatkan melalui proses belajar dalam suasana kelompok di sekolah. Para remaja sering bersinggungan dengan dunia massa dan pergaulan dengan teman sebaya, Harlock (Iswidharmanjaya, 2013 : 73). Siswa akan belajar mengenal dirinya sendiri melalui interaksi dengan teman-temannya. Kelompok sebaya merupakan dunia nyata kawula muda, yang menyiapkan panggung dimana ia dapat menguji diri sendiri dan orang lain. Di dalam kelompok sebaya ia merumuskan dan memperbaiki konsep dirinya yang termasuk didalamnya adalah percaya diri. Informasi tentang dirinya akan meningkat apabila siswa banyak berinteraksi dengan teman-temannya. Melalui teman-temannya dan suasana kelompok maka siswa menjadi tahu kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, serta siswa menjadi tahu bahwa dirinya memiliki percaya diri yang rendah atau tinggi.

Bimbingan kelompok melatih siswa untuk berani bertanya dan mengeluarkan pendapat, berlatih untuk berani, berlatih untuk tidak malu, berlatih untuk tidak pesimis dan minder, berlatih untuk mampu menghargai pendapat orang lain, berlatih untuk saling menghormati, berltih untuk saling menghargai, serta berlatih untuk meningkatkan komunikasi dengan penuh rasa percaya diri. Suasana kelompok yang diciptakan dalam bimbingan kelompok lama kelamaan akan mempengaruhi seluruh anggota kelompok

sehingga akan mengikuti apa saja yang dilakukan didalam kelompok serta apa saja yang dilakukan teman-temannya didalam kelompok. Semakin kuat hubungan yang diciptakan dalam kelompok semakin kuat pula pengaruhnya yang diciptakan terhadap peserta kelompok. Pengaruh tersebut muncul dalam wujud seperti kecenderungan cara berbicara/berkomunikasi, bersikap, dan bertingkah laku. Proses peniruan yang dilakukan oleh siswa yang dipelajari melalu proses belajar dalam bimbingan kelompok lama kelamaan akan menumbuhkan gambaran tentang diri siswa bagaimana harus bersikap dan bertingkah laku penuh percaya diri sehingga mendorong siswa untuk lebih percaya diri.

Interaksi yang berlanjut dikembangkan dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai usaha dalam memberikan contoh dan sikap percaya diri. Kegiatan bimbingan kelompok dilakukan enam kali pertemuan, siswa dapat mengambil nilai-nilai positifnya dalam setiap pertemuan tersebut yang pada akhirnya diharapakan dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Hartinah (2009 : 49) bahwa proses hubungan yang dapat terjadi didalam kelompok yaitu komunikasi, konflik, kerjasama, umpan balik, saling percaya, keterbukaan, realisasi diri,dan saling ketergantungan. Proses hubungan tersebut yang terjadi dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok. Dalam proses

tersebut tiap individu belajar suatu perilaku yang baru berupa peniruan, ingatan, serta pemahaman yang dialami setiap anggota kelompok. Sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi siswa yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri siswa di sekolah.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok memungkinkan kepada individu untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya sehingga percaya diri siswa di sekolah meningkat.