

**PENGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM BELAJAR PADA SISWA  
KELAS X IPS SMA NEGERI 1 TANJUNG BINTANG TAHUN  
PELAJARAN 2016/2017**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**Intan Syafitri**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDARLAMPUNG  
2017**

## **ABSTRAK**

### **PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM BELAJAR PADA SISWA KELAS X IPS SMA NEGERI 1 TANJUNG BINTANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**Oleh**

**INTAN SYAFITRI**

Masalah dalam penelitian ini ialah percaya diri dalam belajar siswa rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan percaya diri dalam belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran 2016/2017. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode *quasi eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian sebanyak tujuh siswa. Penelitian ini menggunakan uji beda *wilcoxon*, analisis statistik diperoleh  $Z_{hitung} = -2,366 < Z_{table} = 1,645$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya bahwa percaya diri dalam belajar dapat ditingkatkan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Kesimpulan penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri dalam belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran 2016/2017.

Kata kunci : bimbingan konseling, layanan bimbingan kelompok, percaya diri dalam belajar.

**PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM BELAJAR PADA SISWA  
KELAS X IPS SMA NEGERI 1 TANJUNG BINTANG TAHUN  
PELAJARAN 2016/2017**

Oleh :

**INTAN SYAFITRI**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDARLAMPUNG  
2017**

**Judul Skripsi** : **PENGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN  
KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN  
PERCAYA DIRI DALAM BELAJAR PADA  
SISWA KELAS X IPS SMA NEGERI  
TANJUNG BINTANG TAHUN PELAJARAN  
2016/207**

**Nama Mahasiswa** : **Intan Syafitri**

**Nomor Pokok Mahasiswa** : 1313052029

**Program Studi** : Bimbingan dan Konseling

**Jurusan** : Ilmu Pendidikan

**Fakultas** : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

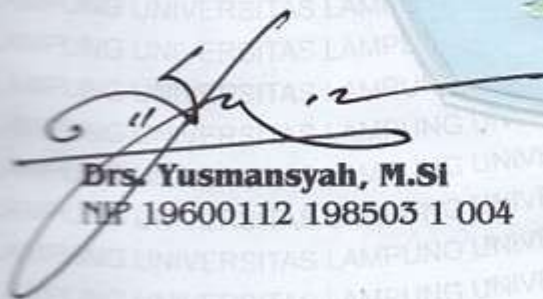


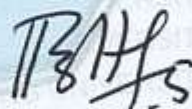
**MENYETUJUI**

**1. Komisi Pembimbing**

**Pembimbing Utama**

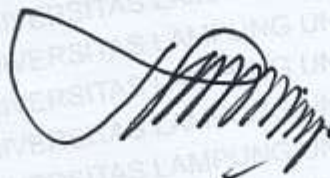
**Pembimbing Pembantu**

  
**Drs. Yusmansyah, M.Si**  
NIP 19600112 198503 1 004



**Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.**  
NIP 19730315 20022 2 002

**2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan**



**Dr. Riswanti Rini, M.Si.**  
NIP 19600328 198603 2 002

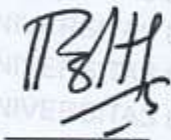
## MENGESAHKAN

### 1. Tim Penguji

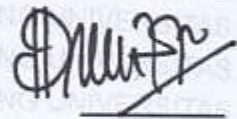
Ketua : **Drs. Yusmansyah, M.Si**



Sekretaris : **Ratna Widlastuti, S.Psi., M.A., Psi**



Penguji  
Bukan Pembimbing : **Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.**



Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

**Dr. Muhammad Fuad, M.Hum**  
NIP 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **17 November 2017**

## PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Intan Syafitri  
NPM : 1313052029  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang telah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari pernyataan ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai aturan yang berlaku.

Bandarlampung, Desember 2017  
Yang Menyatakan



Intan Syafitri  
NPM. 1313052029

## RIWAYAT HIDUP



Intan Syafitri lahir tanggal 18 Maret 1995 di Desa Jatibaru Kec. Tanjung Bintang Kab. Lampung Selatan, anak kedua dari bapak Afrizal dan ibu Yulinas.

Pendidikan formal diawali dari Sekolah Dasar (SD) Negeri 3 Jatibaru tahun 2007, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Tanjung Bintang diselesaikan tahun 2009 dan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Tanjung Bintang diselesaikan tahun 2013.

Pada tahun 2013 terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur SNMPTN.

Pada periode tahun 2016 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kutowinangun Kecamatan Sendang Agung, Kabupaten Lampung Tengah dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Sendang Agung Kabupaten Lampung Tengah.

## MOTTO

*“Maka adapun orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, maka Tuhan memasukkan mereka ke dalam rahmat-Nya (surga) . Demikian itulah kemenangan yang nyata”*

*(Q.S al-Jatsiyah : 30)*



## PERSEMBAHAN

*Dengan penuh rasa syukur atas terselesainya skripsi ini, kupersembahkan karya ini kepada :*

*Yang tercinta Mama Yulinas dan Papa Afrizal, yang dengan tulus mendo'akan, mendukung dan memotivasi setiap langkahku, hanya karya sederhana ini yang bisa kupersembahkan*

*Uni Yaya dan Bang Bobby yang sangat sayang dan memperdulikan kuliahku.*

*Adik Ulan dan Adik Atal tersayang*

*serta*

*Almamaterku Universitas Lampung*

## SANWACANA

*Alhamdulillahirabbil 'alamin*, puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa dalam Belajar pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tanjung Bintang Tahun Pelajaran 2016/2017” ini dapat diselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada rogram Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung. Penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini diucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr .Hi. Muhammad Fuad, M.Hum. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini., M.Si Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah., M. Si. Ketua Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling sekaligus Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan motivasi, masukan dan bimbingan demi terselesaikannya skripsi ini.

4. Ibu Ratna Widiastuti., S. Psi. M.A., Psi selaku Pembimbing Pembantu yang telah memberikan banyak masukan, bimbingan dan arahan agar skripsi ini terselesaikan dengan baik.
5. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Unila (Drs. Muswardi Rosra, M.Pd, Dr. Syaifuddin Dahlan., M.Pd., Alm Drs.Syaifudin Latief., M.Pd., Diah Utaminingsih S.Psi., M.A., Psi., Moch Johan Pratama., S.Psi., M.Psi., Psi., Ratna Widiastuti., S.Psi., M.A., Psi., Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., Yohana Oktariana, M.Pd.) terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
6. Bapak dan Ibu staf serta karyawan FKIP Unila, terimakasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan segala keperluan administrasi.
7. Kepala dan Wakil Kesiswaan SMA Negeri 1 Tanjung Bintang
8. Bapak dan Ibu Guru Bimbingan Konseling SMA Negeri 1 Tanjung Bintang, terimakasih atas kesempatan yang diberikan serta bantuan-bantuan yang telah diberikan.
9. Kedua orang tuaku yang tak henti-hentinya mencintaiku, memberikan do'a tulus, dukungan dan memotivasi setiap langkahku untuk mencapai kesuksesan.
10. Uni Yaya dan Bang Bobby yang tulus dan ikhlas membantu segala keperluan kuliahku.
11. Adik dan Keponakan tersayang yang selalu menghiburku.
12. Nenek yang menyayangiku terimakasih atas dukungannya.
13. Pak Hendra dan Ibu Epa terimakasih atas dukungan serta bantuannya selama studi ku.

14. Keluarga kos No”Ah (Lilis Marlia, Cahyani Cahyanti Putri, dan Nesisu)
15. Keluarga BK 2013, ketua angkatan (Rian Affandi), Sahabat Jamet (Tita Adelia Putri, Emma Lusiana, Sri Lestari, Risni Anjani, Tri Maulita Sari, Riska Apriyanti), Wulan Sumiar, Catur Yuli Untari, Annisa Anggrayani, Risa Rahayu, Puspita Wulandari, Siska Wiyasa, Fitri Pradita Pertiwi, Rina Intan Sari, Fitri Fidyah, Nabillah Kartiyasa, Eka Rahma Ayu, Ade Ratna Mutiara, Yuyu Zuliantini, Restu Dwi Fitria, Restu Novi Andini, Ratu Zafirah, Ella Kurniawati, Dwi Agustina Damayanti, Leni Ambar Wati, Sari Pasisa, Syari Dwi, Anggi Yulia, Hestina, Yulisa Nitami, Mala Sari, Berty Aprianti, Andini Ayu Puspita, Elistantia Alya, Lisa Sasmita, Sindy Elisvi, Riska Nur Annisa, Eka Prasetia, Yulianton Azhar Ibrahim, Romulus Akyan Naibaho, Biner Silitonga, Agusdin, Fery Adi Rusmana, Tri Sutisna, Dandi Prasetya, Dani Windarto, Akmal Syarif, Muhammad Adenin R I, bersama kalian perkuliahan kita terasa senang.
16. Keluarga KKN PPL Kutowinangun (Bil-Bil, Dinda, Bul-bul, Uwi, Gita, Rian, Ummi Kiki, Ana, dan Renny) terimakasih atas canda, tawa serta keseruannya.
17. Almamater tercinta, Universitas Lampung

Semoga Allah SWT membalas amal kebajikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat. Amiin.

Bandar Lampung, Desember 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>v</b>
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
1. Latar Belakang dan Masalah .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Pembatasan Masalah .....	7
1.4 Rumusan Masalah .....	8
2. Tujuan Dan Manfaat Penelitian.....	8
2.1 Tujuan Penelitian.....	8
2.2 Manfaat Penelitian.....	8
3. Kerangka Pemikiran .....	9
4. Hipotesisi Penelitian.....	13
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
1. Percaya Diri .....	15
1.1 Percaya Diri dalam Bimbingan Belajar .....	15
1.2 Pengertian Percaya Diri .....	18
1.3 Jenis-Jenis Kepercayaan Diri .....	21
1.4 Kondisi Anak yang Tidak Percaya Diri .....	28
1.5 Ciri-ciri Orang yang Percaya Diri .....	30
1.6 Gejala Tidak Percaya Diri .....	32
1.7 Percaya Diri dalam Belajar.....	36
2. Layanan Bimbingan Kelompok.....	38
2.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok .....	38
2.2 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok .....	41
2.3 Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok.....	43
2.4 Komponen dalam Layanan Bimbingan Kelompok .....	45
2.5 Asas-Asas Bimbingan Kelompok .....	48
2.6 Jenis-Jenis Kelompok dalam Layanan Bimbingan Kelompok.....	49
2.7 Teknik-Teknik dalam Layanan Bimbingan kelompok.....	51
2.8 Tahap-Tahap dalam Bimbingan kelompok .....	53
3. Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri .....	58
<b>III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
1. Metode Penelitian.....	64

2. Subjek Penelitian.....	67
3. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional .....	68
4. Teknik Pengumpulan Data .....	70
5. Uji Instrumen.....	74
6. Teknik Analisis Data .....	77
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
1. Hasil Penelitian .....	79
1.1 Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok.....	79
1.2 Deskripsi Data <i>Pretest</i> .....	80
1.3 Hasil Pelaksanaan Kegiatan .....	81
1.4 Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	93
1.5 Analisis Data Penelitian .....	113
1.6 Uji Hipotesis.....	115
2. Pembahasan .....	116
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
1. Kesimpulan.....	123
1.1 Kesimpulan Statistik .....	123
1.2 Kesimpulan Penelitian.....	123
2. Saran.....	123
2.1 Kepada Siswa .....	124
2.2 Kepada Guru Bimbingan Konseling .....	124
2.3 Kepada Para Peneliti Selanjutnya.....	124

## DAFTAR PUSTAKA

**DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Skala <i>Likert</i> .....	70
Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Percaya Diri.....	72
Tabel 3.3 Kriteria Percaya Diri.....	73
Tabel 4.1 Hasil <i>Pretest</i> sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok ..	81
Tabel 4.2 Hasil <i>Posttest</i> .....	93
Tabel 4.3 Perbandingan antara <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	94
Tabel 4.4 Deskripsi Masalah Anggota Kelompok.....	96
Tabel 4.5 Hasil Evaluasi .....	108

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Pola Kerangka Pikir Penelitian .....	13
Gambar 2.1 Bagan Tahap Pembentukan .....	54
Gambar 2.2 Bagan Tahap Peralihan.....	55
Gambar 2.3 Bagan Tahap Kegiatan .....	56
Gambar 2.4 Bagan Tahap Pengakhiran.....	57
Gambar 3.1 <i>One Group Pretest and Posttest Design</i> .....	65
Gambar 4.1 Grafik peningkatan Kepercayaan Diri Siswa .....	94
Gambar 4.2 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Tya .....	97
Gambar 4.3 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Rosella .....	98
Gambar 4.4 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Alvi .....	100
Gambar 4.5 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Rani.....	101
Gambar 4.6 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Anggun .....	103
Gambar 4.7 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Tri .....	104
Gambar 4.8 Grafik Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Putri .....	106



**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Skala Percaya Diri.....	127
Lampiran 2. Laporan Hasil Uji Ahli .....	129
Lampiran 3. Perhitungan Hasil Uji Ahli .....	136
Lampiran 4. Laporan Hasil Uji Coba Instrumen.....	142
Lampiran 5. Skala Percaya Diri .....	145
Lampiran 6. Pelaksanaan Kegiatan .....	148
Lampiran 7. Penjaringan Subjek .....	149
Lampiran 8. Hasil <i>Pretest</i> .....	150
Lampiran 9. Hasil <i>Posttest</i> .....	151
Lampiran 10. Uji Wilcoxon .....	152
Lampiran 11. Panduan Pelaksanaan Kegiatan .....	153
Lampiran 12. Tabel Distribusi z.....	176
Lampiran 13. Persentase Peningkatan masing-masing Subjek .....	178
Lampiran 14. Dokumentasi.....	180

## **I. PENDAHULUAN**

### **1. Latar Belakang dan Masalah**

#### **1.1 Latar Belakang dan Masalah**

Pendidikan adalah proses pembudayaan dan pemberdayaan manusia yang sedang berkembang menuju kepribadian mandiri untuk dapat membangun dirinya sendiri dan masyarakat. Menurut UU No. 20 Tahun 2003 pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Dengan kata lain pendidikan merupakan bimbingan atau pertolongan yang diberikan oleh orang dewasa kepada perkembangan anak untuk mencapai kedewasaannya dengan tujuan agar anak cukup baik dalam melaksanakan tugas hidupnya sendiri.

Pendidikan sekolah berfungsi untuk membangun kesadaran yang berada pada tataran sopan santun, beradab, dan bermoral pada diri peserta didik dimana hal itu sudah menjadi tugas semua orang. Sistem

pendidikan yang kuat dalam sekolah akan mewujudkan standar mutu lulusan berbasis kompetensi. Jadi, sekolah diharapkan meluluskan peserta didik yang bermutu untuk memasuki dunia luar.

Menurut Sarwono (2006) ada 3 tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa yaitu, remaja awal (*early adolescence*), remaja madya (*middle adolescence*), dan remaja akhir (*late adolescence*). Pada tahap madya berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “*narastic*”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis, dan sebagainya.

Remaja adalah masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa. Perubahan yang terjadi di masa remaja akan mempengaruhi perilaku individu di masa dewasanya. Pada masa remaja inilah siswa harus memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk melangkah karena aspek kepercayaan diri ini merupakan aspek yang sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian siswa. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh setiap siswa, karena aspek kepercayaan diri ini

mempengaruhi dalam setiap proses belajarnya, baik dalam belajar di kelas, di rumah atau di manapun.

Untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional maka siswa harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya siswa sendiri yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang dialaminya. Mengenali kelebihan dan kelemahan yang terdapat pada diri sendiri merupakan cara yang efektif untuk mengetahui seberapa besar kepercayaan diri siswa, dengan begitu kelebihan yang diketahui akan bermanfaat bagi orang lain dan juga kelemahan yang diketahui akan menjadi tolak ukur dalam melakukan tindakan agar sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh siswa.

Dari hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 1 Tanjung Bintang diperoleh hasil yang beragam. Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada guru bimbingan konseling di sekolah, terdapat banyak siswa yang sering mencontek pada saat ulangan, ini disebabkan oleh beberapa macam hal seperti terlalu gemetar saat ulangan, kurangnya memanfaatkan waktu belajar di rumah, dan menyepelkan ujian. Selain itu juga terdapat siswa yang sulit berkomunikasi dengan orang lain maupun lingkungan, seperti gugup jika bertanya didalam kelas, gugup saat berkomunikasi dengan teman

dan guru, dan tidak berani menyampaikan pendapatnya pada saat diskusi kelas.

Selain wawancara peneliti juga melakukan observasi di kelas X IPS, terdapat beberapa siswa yang sering bercanda ketika kegiatan belajar mengajar, pada saat guru menerangkan materi terdapat beberapa siswa yang kurang memperhatikan dan sibuk bermain hape di tangannya, lalu ada siswa yang sibuk mengobrol dengan teman sebangkunya pada saat guru menerangkan materi pelajaran, terdapat siswa yang tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru, terdapat siswa yang kurang fokus dalam menjalani kegiatan diskusi kelompok, dan terdapat siswa yang terlihat pendiam.

Menurut Yamani (2016), fenomena mencontek banyak sekali terjadi dalam sekolah terutama pada saat siswa menghadapi ulangan. Saat mengikuti ujian, tidak semua siswa mampu menyiapkan diri. Kalau tidak siap, mereka biasanya melakukan berbagai trik agar bisa menyontek jawaban dari soal yang diujikan. Berbagai cara pun dilakukan siswa agar mereka bisa menjawab soal ujian secara tidak jujur. Mencontek ini diakibatkan oleh perasaan para siswa yang tidak percaya diri untuk menjawab pertanyaan.

Menurut Rakhmat (2008), percaya diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri/ kepercayaan diri merupakan aspek kepribadia manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah akan timbul pada manusia.

Menurut Hakim (2002 : 6), kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Menurut Lindenfield (1997: 3) “bahwa orang yang percaya diri ialah orang yang merasa puas dengan dirinya”. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri lahir dari kesadaran jika seorang individu memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan tercapai.

Sikap seseorang yang menunjukkan dirinya tidak percaya diri, antara lain di dalam berbuat sesuatu, terutama dalam melakukan sesuatu yang penting dan penuh tantangan, selalu dihinggapi keraguan-raguan,

mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil di depan orang banyak, dan gejala kejiwaan lainnya yang menghambatnya untuk melakukan sesuatu.

Berdasarkan pemaparan uraian di atas, dalam upaya memberikan bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa peneliti akan meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi komunikasi antara individu satu dengan yang lainnya sehingga individu dapat mengungkapkan pendapat, sikap, serta tindakan yang diinginkan. Selain itu para anggota bimbingan kelompok akan berinteraksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok dibutuhkan untuk menciptakan rasa kepercayaan diri, solidaritas dan juga keterbukaan terutama dalam membahas topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok dapat terbentuk sebagai jiwa yang mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, maka para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman dirinya dan pemahaman akan topik yang dibahas yakni yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa.

Dari uraian di atas maka penulis termotivasi untuk melakukan penelitian tentang meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tanjung Bintang melalui layanan bimbingan kelompok

dengan judul “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri dalam Belajar pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Tanjung Bintang Tahun Pelajaran 2016/2017”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara guru BK dan Guru mata pelajaran, di ditemukan masalah yang terjadi pada siswa kelas X IPSSMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran 2016/2017, yaitu:

1.2.1 Siswa gemetar saat menempuh ujian semester

1.2.2 Siswa tidak berani mengajukan pertanyaan saat kegiatan belajar mengajar

1.2.3 Siswa tidak berani menyampaikan pendapatnya kepada guru

1.2.4 Siswa tidak bersedia tampil di depan kelas

1.2.5 Siswa gugup jika berbicara didepan kelas

1.2.6 Siswa tidak berani maju menyampaikan hasil PR

1.2.7 Siswa gugup saat berkomunikasi dengan orang lain

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulis hanya membatasi masalah dengan mengkaji “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri dalam Belajar Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Tanjung Bintang Tahun Pelajaran 2016/2017”



#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan permasalahan utama yaitu “apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran 2016/2017 ?”.

### **2. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **2.1 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian yaitu meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam belajar dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran 2016/2017.

#### **2.2 Manfaat Penelitian**

##### **2.2.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran ilmiah dan menambah pengetahuan baru bagi penulis, menjadi dasar bahan kajian untuk penelitian lebih lanjut tentang permasalahan yang terkait, dan memperkaya kajian tentang penggunaan layanan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan percaya diri dalam belajar pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran

2016/2017 yang nantinya dapat dijadikan pedoman dalam penelitian yang akan datang.

### 2.2.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi siswa.

Melalui penelitian ini diharapkan siswa dapat mempunyai percaya diri dalam menghadapi segala hal agar dapat berkomunikasi dengan baik yang akan bermanfaat untuk kehidupannya ke depan.

#### b. Bagi konselor

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan konselor dalam usaha membantu siswa menjadi pribadi yang lebih percaya diri dalam berkomunikasi dalam lingkungan dan antar pribadi.

## 3. Kerangka Pemikiran

Percaya diri merupakan keyakinan yang ada didalam diri seseorang untuk menanggapi berbagai stimulus dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki. Rasa percaya diri merupakan hal yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan individu. Setiap individu mempunyai hak untuk menikmati kebahagiaan dan kepuasan atas apa yang telah dicapainya, namun akan sulit dilakukan jika individu memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Dariyo (2007) berpendapat bahwa percaya diri ialah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Percaya diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk memahami dirinya sendiri, dengan memahami potensi yang ada dalam dirinya, siswa mampu untuk menunjukkan potensi yang dimilikinya kepada orang lain.

Menurut Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005:87), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya akan kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Awal mula percaya diri timbul yakni dari dalam diri individu tersebut, selain itu percaya diri juga sangat membutuhkan hubungan dengan orang lain disekitarnya. Ditambahkan pula rasa percaya diri tiap anggota keluarga mempengaruhi anggota lainnya dalam keluarga tersebut. Dalam hal ini dapat dikatakan rasa percaya diri individu muncul karena adanya rasa aman, penerimaan keadaan diri, dan adanya hubungan dengan orang lain serta lingkungan yang memberikan penilaian dan dukungan. Dukungan yang ada serta adanya penerimaan keluarga dan lingkungan mempengaruhi rasa kepercayaan diri.

Kurangnya rasa percaya diri pada siswa tersebut tidak dapat dibiarkan begitu saja karena akan memberikan dampak yang begitu besar dan berkelanjutan bagi siswa yang memiliki rasa kurang percaya diri, selain itu juga akan berpengaruh bagi perkembangan siswa maka perlu penanganan sejak dari awal. Maka dari itu rasa kepercayaan diri harus ditingkatkan.

Untuk mengatasi rasa percaya diri yang rendah perlu dilakukan penanganan yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Salah satu upaya meningkatkan rasa percaya diri dilakukan melalui bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dipandang tepat diberikan kepada siswa yang kurang percaya diri di lingkungannya. Siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, menanggapi, mendengarkan, dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok. Kegiatan ini menjadi sarana pengembangan diri dalam rangka belajar berkomunikasi secara positif dan efektif dalam kelompok kecil.

Menurut pendapat Soonstegard (2004:100) pengalaman kelompok mencoba menghilangkan kesombongan dan kegelisahan yang dimiliki orang tentang status. Ini membantu membebaskan anggota kelompok dari gerakan vertikal dimana dia selalu mengukur diri terhadap orang lain. Proses kelompok adalah menghasilkan nilai sosial yang bermanfaat, kooperatif, dan berguna untuk kehidupan yang lebih demokratis.

Menurut pendapat di atas pengalaman didalam kelompok dapat menghilangkan kecemasan individu. Pengalaman kelompok juga membantu membebaskan anggotanya dari keadaan yang stagnan dan

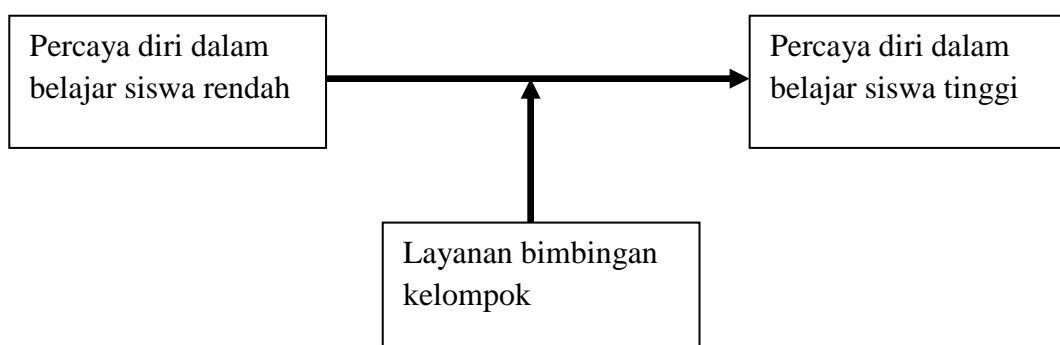
menyadarkan anggotanya untuk membuat perubahan yang bermakna. Artinya pemimpin kelompok membantu siswa untuk menyadarkan bahwa ia memiliki potensi yang dimiliki, potensi tersebut dapat dikembangkan kearah positif untuk menjadi pribadi yang baik. Misalnya siswa yang tidak yakin akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas, tugas pemimpin kelompok ialah menghilangkan rasa yang dialami siswa tersebut dan menggantinya dengan rasa yakin atas kemampuannya dalam mengerjakan tugas.

Proses kelompok yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam bimbingan kelompok dapat menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama kelompok guna mencapai tujuan yang ditetapkan (Winkel 1991:451).

Bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bimbingan dari nara sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan. (Sukardi, 2008:48)

Pendapat tersebut menyatakan bahwa dalam bimbingan kelompok memungkinkan siswa untuk berkomunikasi dan berinteraksi. Secara tidak langsung didalam kelompok siswa dilatih berbicara, menanggapi, mendengarkan, bertenggang rasa dan saling menghargai. Jika keadaan demikian didalam bimbingan kelompok dapat terus dilakukan maka memungkinkan siswa untuk bisa melatih diri untuk mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya sehingga melalui bimbingan kelompok rasa percaya diri yang dimiliki siswa dapat meningkat.

**Gambar 1.1 Pola Kerangka Pikir Penelitian**



#### **4. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis diartikan sebagai kesimpulan sementara pada suatu penelitian. Dugaan sementara atau kesimpulan sementara pada penelitian “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Tanjung Bintang Tahun Pelajaran 2016/2017”. Berdasarkan konsep hipotesis penelitian maka hipotesis statistik yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ho : Percaya diri dalam belajar tidak dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XISMA Negeri 1 Tanjung Bintang Tahun Pelajaran 2016/2017

Ha : Percaya diri dalam belajar dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XISMA Negeri 1 Tanjung Bintang Tahun Pelajaran 2016/2017.

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **1. Percaya Diri**

#### **1.1 Percaya Diri dalam Bimbingan Belajar**

Prayitno (2004:76) bahwa bimbingan belajar merupakan seperangkat usahabantuan kepada peserta didik agar dapat membuat pilihan, mengadakanpenyesuaian, dan memecahkan masalah pendidikan danpengajaran tau belajaryang dihadapi. Dengan demikian bimbingan belajar adalah upaya gurupembimbing membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan belajar saatproses belajar sedang berlangsung.

Menurut Sukardi (2008:62) layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didikmengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, materi yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajar, sertaberbagai tujuan dan kegiatan belajar, serta berbagai aspek tujuandankegiatan belajar lainnya, sesuai dengan perkembangan ilmu,teknologi, dan kesenian.

Menurut Marsudi (Prayitno, 2004:78) menjelaskan bahwa layanan bimbingan belajar yang bertujuan membantu siswa dalam mencapai keberhasilan secara optimal. Melalui bimbingan belajar maka siswa



dapat secara terbuka memahami dan menerima latihan serta kekurangannya, memahami faktor – faktor penyebab dan memahami pula bagaimana mengatasi kesulitannya.

Berdasarkan beberapa pengertian layanan bimbingan belajar di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan belajar adalah seperangkat usaha bantuan kepada peserta didik dalam mengadakan penyesuaian diri belajar dan memecahkan masalah-masalah belajar dengan cara mengembangkan belajar yang kondusif dengan tujuan membantu siswa mencapai keberhasilan belajar dan mengembangkan semua potensi siswa secara optimal dengan cara memberikan motivasi untuk belajar melalui kebiasaan-kebiasaan kegiatan belajar yang positif dan efektif sesuai dengan kemampuan, minat, dan kesempatan yang ada untuk mencapai tujuan pendidikan.

Bentuk layanan bimbingan belajar yang diberikan kepada siswa adalah layanan bimbingan yang disesuaikan dengan masalah belajar yang dihadapi oleh siswa. Dengan melihat spesifikasi masalah yang dihadapi oleh siswa, maka guru pembimbing dapat merumuskan program layanan bimbingan belajar kepada siswa.

Menurut Tohirin (2007:131) beberapa bentuk layanan bimbingan belajar yang dapat diberikan kepada siswa adalah sebagai berikut:

- a. Orientasi kepada siswa
- b. Pemberian informasi tentang cara belajar yang tepat selama mengikutipembelajaran
- c. Bantuan dalam memilih jurusan atau program studi yang sesuai
- d. Layanan pengumpulan data
- e. Bantuan dalam mengatasi kesulitan-kesulitan belajar
- f. Bantuan dalam hal membentuk kelompok-kelompok belajar danmengatur kegiatan-kegiatan belajar kelompok.

Pendapat di atas mengandung artian bahwa bentuk layanan bimbingan belajar yang akan diberikan kepada siswa adalah dalam bentuk pengenalan tentang sekolah dan kurikulum belajarnya, cara belajar yang baik sehingga dapat memilih jurusan yang sesuai dengan bakat, minat dan kemampuannya, sehingga siswa dapat mengatasi permasalahan belajarnya.

Saat kegiatan belajar sedang berlangsung terdapat beberapa siswa yang menunjukkan perilaku kurangnya percaya diri dalam belajar pada siswa, sehingga peneliti tertarik untuk membantu guru bimbingan dan konseling untuk membantu meningkatkan percaya diri dalam belajar siswa. Layanan bimbingan belajar akan diberikan dalam bentuk kelompok dengan memberikan materi yang berkaitan dengan percaya diri dalam belajar dan memberikan kegiatan – kegiatan yang dapat melatih siswa untuk lebih mampu mengekspresikan diri dan mampu menghadapi kendala dalam menyelesaikan tugas belajar. Maka dari itu, peneliti menggunakan

kegiatan yang relevan dengan tujuan yang ingin dicapai yaitu meningkatkan percayadiri siswa dalam belajar, yaitu bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk melatih diri mereka menjadi lebih percaya diri di dalam belajar.

## **1.2 Pengertian Percaya Diri**

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong individu dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar individu dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam interaksinya, individu mendapat umpan balik yang dapat berupa hadiah dan hukuman. Kepercayaan diri di definisikan sebagai suatu keyakinan individu untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri adalah individu yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri sering di identikkan dengan kemandirian meski demikian individu yang kepercayaan dirinya tinggi pada umumnya lebih mudah untuk terlibat secara pribadi dengan individu lain yang akan lebih berhasil dalam menjalin hubungan secara interpersonal.

Menurut Lindenfield (1997: 3) “bahwa orang yang percaya diri ialah orang yang merasa puas dengan dirinya”. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun

harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri lahir dari kesadaran jika seorang individu memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan tercapai.

Menurut Hakim (2002 : 6) “kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya”. Individu yang percaya diri akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Individu juga merasa optimis dalam melakukan segala aktivitasnya sehingga dapat mengoptimalkan kelebihan-kelebihannya serta dapat membuat tujuan hidup yang realistis bagi dirinya, artinya individu itu menetapkan tujuan hidup yang tidak terlalu tinggi baginya sehingga dapat mencapai tujuan hidup yang ia tentukan. Individu yang dapat mencapai tujuan hidupnya akan merasamampu untuk melakukan sesuatu dalam dirinya sendiri.

Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Adanya rasa percaya diri seseorang akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya. Perasaan yakin akan kemampuan yang dimiliki akan sangat mempengaruhi seseorang dalam mencapai tujuan hidupnya. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian

tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Kepercayaan diri adalah juga kunci motivasi diri. Orang yang termotivasi memiliki pengaruh dan menciptakan kesan pertama yang selalu diingat.

Menurut Mastuti (2008: 13) “kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya”. Individu yang memiliki sikap positif seperti yang dikemukakan oleh ahli tersebut nantinya akan mempunyai rasa optimis di dalam melakukan segala hal, serta mempunyai harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Rasa percaya diri merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa. Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang untuk meyakini terhadap segala aspek-aspek kelebihan dalam dirinya, merasa mampu untuk melakukan sesuatu, memiliki penilaian positif terhadap dirinya ataupun situasi yang dihadapinya, serta memiliki rasa optimis dalam mencapai tujuan hidupnya. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian individu yang berfungsi mendorong individu dalam meraih kesuksesan melalui hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya untuk berperilaku sesuai dengan yang

diharapkan, bekerja secara efektif serta dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab.

Menurut beberapa pendapat diatas maka penulis dapat menyimpulkan bahwa percaya diri adalah suatu keyakinan dalam diri dengan kemampuan untuk mencapai suatu tujuan dalam hidup. Seseorang tidak akan pernah menjadi orang yang benarbenar percaya diri, karena rasa percaya diri itu muncul hanya berkaitan dengan keterampilan tertentu yang ia miliki. Orang yang kurang percaya pada kemampuannya dan percaya dirinya memiliki konsep diri negatif, karena itu sering menutup diri. Bahwasanya percaya diri adalah keyakinan diri seseorang akan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki yang telah ada pada dirinya sehingga dapat membantu memandang dengan positif akan dirinya. Adanya rasa percaya diri yang tinggi akan membuat individu merasa optimis, dan dari rasa optimis ini akan mempunyai pengaruh yang besar bagi perkembangan kepribadian dan kehidupan yang dijalaninya.

### **1.3 Jenis - Jenis Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri bersumber dari dalam diri individu dan dari luar/tingkah laku individu. Oleh karena itu kepercayaan diri dapat dibagi menjadi beberapa bagian. Menurut Lindenfield (1997:4) mengemukakan bahwa: Hasil analisis tentang percaya diri ada dua percaya diri yang berbeda yaitu percaya diri batin dan percaya diri

lahir. Percaya diri batin adalah percaya diri yang memberi pada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Percaya diri lahir adalah percaya diri yang memungkinkan kita untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan pada dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita. Berikut penjelasan mengenai kepercayaan diri batin dan lahir:

a. Kepercayaan Diri Batin

Kepercayaan diri batin ialah kepercayaan diri yang tumbuh dari dalam diriseseorang dan sebagai acuan pada tindakan yang akan dilakukan dalam berbagai situasi. Menurut Lindenfeld (1997: 4-7) “ada empat ciri utama yang khas pada orang yang mempunyai percaya diri batin yang sehat. Keempat ciri itu adalah cinta diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, berfikir positif”.

1. Cinta diri

Anak yang mencintai diri sendiri adalah anak yang percaya pada diri mereka sendiri dan peduli tentang diri sendiri karena perilaku dan gaya hidup mereka untuk memelihara diri. Manfaat dari anak yang memiliki unsur percaya diri batin adalah anak dapat mempertahankan kecenderungan untuk menghargai segala kebutuhannya baik kebutuhan jasmani maupun rohani yang setara dengan kebutuhan orang lain. Dengan demikian maka anak akan merasa dapat berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya dan tidak akan menyiksa diri sendiri dengan rasa bersalah setiap kali menginginkan sesuatu atau mendapatkan

sesuatu. Kepercayaan diri batin ini akan membuat anak merasa senang bila diperhatikan orang lain, menjadi bangga atas sifat-sifat mereka yang baik dan tidak akan membuang waktu dan tenaga untuk memikirkan kekurangan – kekurangan diri sendiri.

## 2. Pemahaman diri

Anak yang memiliki kepercayaan diri batin akan sadar diri, mereka tidak akan terus menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur akan memikirkan perasaan, pikiran dan perilaku mereka, dan selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan sangat menyadari kekuatan diri mereka untuk mengembangkan kemampuan mereka sepenuhnya. Anak akan mengenal kelemahan dan keterbatasan mereka, sehingga mereka tidak akan mengulangi kesalahan dan membiarkan diri mereka mengalami kegagalan berulang kali. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan tumbuh dengan kesadaran yang mantap tentang identitas diri sendiri sehingga mereka lebih mampu dan puas menjadi diri sendiri, mereka punya pengertian yang sehat dan akan selalu terbuka untuk menerima umpan balik dari orang lain dan bersedia mendapat bantuan dan pelajaran dari orang lain.

## 3. Tujuan yang jelas

Anak yang percaya diri adalah anak yang selalu tahu tujuan hidupnya, hal tersebut disebabkan karena mereka mempunyai



pemikiran yang jelas dan mereka tahu mengapa mereka melakukan suatu tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang mereka harapkan. Unsur-unsur yang dapat memperkuat kepercayaan diri anak dengan tujuan yang jelas yaitu dengan cara anak membiasakan diri menentukan sendiri tujuan yang dapat mereka capai dan tidak harus bergantung pada orang lain, memiliki motivasi yang kuat, dan belajar menilai diri sendiri. Dengan demikian maka anak akan memiliki kepercayaan diri dengan tujuan yang jelas dalam kehidupannya. Anak akan menjadi tau arah tujuan dan keputusan yang akan diambil untuk mencapai tujuannya.

#### 4. Berfikir positif

Orang-orang yang percaya diri biasanya adalah orang-orang yang menyenangkan, karena orang-orang tersebut dapat melihat kehidupan dari sisi lain dengan kekuatan batin. Dengan berfikir positif maka anak akan memandang orang lain dari sisi yang positifnya, anak akan percaya bahwa semua masalah dapat diselesaikan dan tidak akan memandang masa lalu tetapi masa depan, anak mau bekerja dan menghabiskan waktu dan energi untuk belajar karena mereka percaya bahwa diri mereka mampu untuk mencapai tujuan mereka.

#### b. Kepercayaan Diri Lahiriah

Kepercayaan diri lahiriah ialah kepercayaan diri seseorang yang akan dilaksanakan dalam berbagai situasi dan didorong dari dalam

oleh kepercayaan diri batin. Percaya diri tidak hanya dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Namun dipandang perlu oleh seseorang untuk memberikan kesan percaya diri pada dunia luar. Berkenaan dengan hal tersebut maka individu yang bersangkutan perlu mengembangkan keterampilan yang meliputi bidang komunikasi, ketegasan, penampilan diri dan pengendalian perasaan. Menurut Lindenfield (1997:7-11), adapun manfaat dari ketrampilan tersebut adalah komunikasi, penampilan diri, pengendalian perasaan, berikut penjelasannya:

#### 1. Komunikasi

Komunikasi ialah kemampuan mendasar untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan baik disituasi apapun dan dimanapun. Dengan memiliki dasar yang baik dalam bidang ketrampilan berkomunikasi anak akan dapat mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian, bisa berbicara dengan segala usia dan dari segala latar belakang, mengerti kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dari percakapan biasa ke yang lebih mendalam, menggunakan komunikasi non-verbal secara efektif, membaca dan memanfaatkan bahasa tubuh orang lain, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih dan dapat berbicara didepan umum tanpa rasa takut.

## 2. Ketegasan

Ketegasan merupakan kekuatan untuk menentukan posisi seseorang di mata orang lain. Jika anak memiliki ketegasan maka mereka akan mendapatkan keberhasilan dalam hidup dan hubungan sosialnya. Otomatis rasa percaya diri mereka akan bertambah karena mereka akan mendapatkan cara melakukan kompromi yang dapat diterima dengan baik, memberi dan menerima kritik yang membangun, dan mengajukan keluhan secara efektif.

## 3. Penampilan Diri

Penampilan diri yang dimaksudkan adalah pakaian dan gaya hidup yang digunakan oleh seseorang yang sesuai dengan kepribadiannya. Keterampilan penampilan diri akan mengajarkan pada seseorang betapa pentingnya, tampil sebagai orang yang percaya diri. Hal ini memungkinkan seseorang untuk memilih gaya pakaian dan warna yang cocok untuk berbagai peran dan peristiwa sesuai dengan kepribadian, serta menyadari dampak gaya hidupnya (misalnya mobil dan rumah) terhadap pendapat orang lain mengenai dirinya.

## 4. Pengendalian Perasaan

Pengendalian perasaan ialah kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol atau mengendalikan emosi atau perasaan dalam situasi apapun. Perasaan yang tidak dikelola dengan baik dapat membentuk suatu kekuatan besar yang tak terduga. Dalam hidup

sehari-hari seseorang perlu mengendalikan perasaan agar hati tidak memerintah pikiran. Dengan mengetahui cara mengendalikan diri, seseorang dapat lebih percaya diri, berani menghadapi tantangan dan resiko karena bisa mengatasi rasa takut, khawatir dan frustrasi, dapat menghadapi kesedihan secara wajar, membiarkan diri bertindak secara spontan karena yakin tidak akan lepas kendali, serta mencari pengalaman dan hubungan yang memberi kesenangan, cinta, dan kebahagiaan, karena individu tidak mudah terbenam dalam hawa nafsu amarahnya. Kepercayaan diri lahiriah merupakan tindakan atau tingkah laku wujud kepercayaan diri yang dapat dilihat oleh orang lain. Siswa yang ikut serta dalam penelitian harus memiliki kepercayaan diri lahiriah tersebut agar dapat dilihat wujud peningkatan kepercayaan diri setelah mengikuti kegiatan penelitian.

Siswa harus dapat memperbaiki beberapa keterampilan yang ada yaitu komunikasi, ketegasan, penampilan diri dan pengendalian perasaan. Bertambahnya kemampuan siswa dalam keterampilan tersebut maka secara otomatis kepercayaan diri siswa tersebut juga akan bertambah. Perlu diketahui keterampilan tersebut sangat penting untuk menunjang keberhasilan siswa demi meningkatkan rasa percaya dirinya.

#### 1.4 Kondisi Anak yang Tidak Percaya Diri

Berbagai macam pendapat para ahli mengenai kondisi anak yang tidak percaya diri. Menurut Santrock (2003: 338) mengemukakan bahwa indikator perilaku tidak percaya diri antara lain ; melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau menghindari kontak fisik; merendahkan diri sendiri secara verbal, depresiasi diri; berbicara terlalu keras secara tiba-tiba, atau dengan nada suara yang datar, dan tidak mengekspresikan pandangan atau pendapat, terutama ketika ditanya.

Sedangkan menurut Hakim (2005: 8-9), orang yang mengalami gejala tidak percaya diri mempunyai ciri-ciri yang tampak, antara lain:

- a. mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu; memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial. atau ekonomi;
- b. sulit menetralisasi timbulnya ketegangan didalam suatu situasi;
- c. gugup dan terkadang bicara gagap;
- d. memiliki latar belakang pendidikan keluarga kurang baik;
- e. memiliki perkembangan yang kurang baik sejak masa kecil;
- f. kurang memiliki kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memilih kelebihan tertentu;
- g. sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya; mudah putus asa;
- h. cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatakan masalah;

- i. pernah mengalami trauma;
- j. sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

Menurut Mastuti (2008: 14-15), individu yang kurang percaya diri, ada beberapa ciri atau karakteristiknya seperti :

- a. berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok;
- b. menyimpan rasa takut terhadap penolakan; sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri)
- c. memandang rendah kemampuan diri sendiri;
- d. takut gagal sehingga menghindari segala risiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil;
- e. selalu menempatkan/memosisikan diri sebagai yang terakhir;
- f. mempunyai external locus of control (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak yang selalu ragu atau kurang percaya diri biasanya selalu memandang negatif tentang dirinya sendiri. Selalu ada kekurangan di dalam dirinya dibandingkan dengan orang lain. Anak yang ragu terhadap kemampuan diri sendiri / tidak percaya diri biasanya kurang dapat

berbicara atau menyampaikan pesan kepada orang lain karena salah satu faktor penyebab tidak percaya diri datang dari kemampuan berkomunikasi secara verbal, dengan berbicara. Jika anak sulit berkomunikasi secara verbal, kemungkinan yang didapat anak yakni kurang percaya diri terhadap pemikirannya dan yang jelas tidak berani mengungkapkan perasaannya. Anak memiliki kelemahan tersebut akan sulit mengambil keputusannya karena sifatnya ragu-ragu terhadap diri sendiri.

### **1.5 Ciri-Ciri Orang yang Percaya Diri**

Ciri-ciri dan proses pembentukan kepercayaan diri menurut Hakim (2002) ialah:

- 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. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- e. Memiliki kecerdasan yang cukup
- f. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
- g. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing
- h. Memiliki kemampuan bersosialisasi
- i. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik

- j. memiliki pengalaman hidup yang menimpa mentalnya menjadi lebih kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup
- k. selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah di dalam menghadapi persoalan hidup. Dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.

Menurut Fatimah (2006: 149), ciri-ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional adalah sebagai berikut:

- a. percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain; tidak terdorong untuk menunjukkan sikap hanya setujusajademi diterima oleh orang lain atau kelompok;
- b. berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain serta berani menjadi diri sendiri;
- c. punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil);
- d. memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung atau mengharapkan bantuan orang lain;
- e. memandang segala sesuatu dari sisi yang baik terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya;



- f. memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat dirinya dan situasi yang terjadi.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri yakni orang yang mampu percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, yakin pada kemampuan diri, mandiri, bekerja kooperatif dalam kelompok, tidak mudah terpengaruh hal negatif dari orang lain, mempunyai pengendalian diri yang baik dan mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri dan oranglain. Siswa yang memiliki hal tersebut mempunyai cara berfikir yang rasional sehingga ia mampu mengespresikan apa yang harusnya ia lakukan, seperti halnya dalam belajar ia merasa yakin dan mampu untuk mengerjakan tugas atau ujian tanpa menyontek teman yang lain.

### **1.6 Gejala Tidak Percaya Diri**

Dikalangan remaja, terutama mereka yang berusia antara SLTP dan SLTA, terdapat berbagai macam perilaku yang jika diteliti lebih jauh merupakan pencerminan adanya gejala rasa tidak percaya diri. Menurut hakim (2002:72-88) berikut berbagai macam perilaku gejala anak yang tidak percaya diri:

- a. Takut menghadapi ulangan. Gejala ini bisa dilihat pada saat guru memberi informasi tentang jadwal tes atau ulangan yang

akan dilakukan dalam waktu dekat. Menghadapi hal ini, biasanya tidak sedikit siswa yang mengeluh dan meminta jadwal ulangan ditangguhkan. Setelah guru menyetujui untuk menunda jadwal ulangan, mereka akan bersorak gembira.

- b. Menarik perhatian dengan kurang wajar. Jika memperhatikan situasi belajar dikelas, tentu kita pernah melihat siswa-siswa tertentu yang bertingkah laku sok berlebihan untuk menarik perhatian teman-temannya. Misalnya dengan mengeluarkan berbagai perkataan dan melakukan berbagai ulah untuk membuat teman-temannya tertawa saat sedang belajar. Pada umumnya, perbuatan seperti itu dilakukan oleh siswa yang memiliki berbagai kekurangan dalam prestasi, penampilan ekonomi, dan sebagainya. Mereka ibaratnya seperti kekurangan modal dan tidak percaya diri untuk menarik perhatian dengan cara yang wajar. Sebagai kompensasinya, mereka menunjukkan eksistensinya dengan cara seperti itu.
- c. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat. Salah satu gejala yang umumnya sering terlihat adalah pada saat seorang guru memberi kesempatan untuk bertanya, yang terjadi adalah jarang siswa yang berani bertanya sekalipun mereka belum mengerti pelajaran yang baru dijelaskan. Begitu pula dalam menyatakan pendapat. Setiap kali guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menyatakan pendapat, jarang siswa yang

memiliki inisiatif dan keberanian untuk menyatakan pendapatnya.

- d. Groggi saat tampil didepan kelas. Jika seorang guru memerintahkan siswa satu persatu tampil didepan kelas untuk mengerjakan suatu tugas, seperti mengerjakan soal, bernyanyi, atau berpidato, biasanya akan tampak jelas perbedaan antara siswa yang memiliki rasa percaya diri dan siswa yang tidak percaya diri. Pada saat seorang siswa yang tidak percaya diri tampil di depan kelas biasanya akan tampak gejala, antara lain bicara gagap-gagap, muka agak pucat, tubuh menjadi banjir dengan keringat, tidak berani menatap teman-teman yang sedang dihadapinya, dan gemetar.
- e. Timbulnya rasa malu yang berlebihan. Remaja sering mengalami berbagai hambatan untuk bisa tampil penuh percaya diri dan menujukka eksistensi, hambatan ini terkait dengan berbagai kelemahan diri yang sedang berada di dalam situasi serba salah, yaitu sebagai individu yang bukan lagi anak-anak dan bukan lagi orang dewasa. Salah satu akibatnya adalah timbul gejala rasa malu yang berlebihan dan sering dikompensasikan dalam bentuk tingkah laku yang justru mencerminkan tingkah laku agresif, nakal, sikap tidak sopan, dan sebagainya.
- f. Tumbuhnya sikap pengecut. Rasa tidak percaya diri pada remaja juga sering diwujudkan dalam bentuk sikap pengecut.

Pada saat ini gejala sikap pengecut banyak sekali menjangkiti remaja dibanyak tempat, terutama mereka yang sedang menjalani pendidikan di SLTP dan SLTA. Gejala sikap pengecut bisa dilihat pada remaja yang ingin menunjukkan keberadaannya sebagai jagoan yang suka berkelahi seperti dalam film. Akan tetapi, karena rasa percaya diri yang rendah hal ini diwujudkan dengan cara berkelahi main keroyokan.

- g. Sering mencontek saat menghadapi tes. Gejala tidak percaya diri juga sering dan banyak menjangkiti para remaja ketika mereka menghadapi tes di sekolah/ timbulnya rasa cemas, gugup. Grogi, atau keluar keringat dingin adalah beberapa contoh gejala tersebut. Padahal, banyak diantara mereka sudah belajar dengan cukup rajin. Gejala lainnya yang juga sering terjadi ialah sebelum dimulai anak sudah meminta tolong pada temannya agar mau duduk didekatnya dan memberi contekan. Pada saat tes berlangsung, tidak sedikit para remaja yang membuat curang dengan berbagai cara antara lain dengan melihat buku catatan atau melihat lembaran tes temannya.
- h. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi. Timbulnya rasa cemas ketika menghadapi perubahan situasi, merupakan salah satu indikasi adanya tidak percaya diri pada remaja. Perubahan situasi tersebut antara lain menghadapi lingkungan baru, menghadapi orang-orang yang baru dikenal, timbulnya suasana persaingan di sekolah, masuk ke lingkungan yang

ramai, atau berhadapan dengan orang yang status sosialnya lebih tinggi.

Banyak sekali gejala tidak percaya diri didalam diri remaja, gejala tersebut menyebabkan banyak siswa terhambat dalam proses belajarnya. Gejala tersebut diantaranya ialah: takut menghadapi ulangan, menarik perhatian dengan kurang wajar, tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat, grogi saat tampil didepan kelas, timbulnya rasa malu yang berlebihan, tumbuhnya sikap pengecut, sering mencontek saat menghadapi tes, mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi.

### **1.7 Percaya Diri dalam Belajar**

Dalam kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun dilingkungan masyarakat percaya diri merupakan hal yang penting yang harus dimiliki oleh setiap individu. Sebab, percaya diri dapat memberikan manfaat yang sangat besar bagi seorang individu atau seorang siswa. Menurut Lina dan Klara (2010:28-35) percaya diri dapat menumbuhkan semangat yang berguna untuk kehidupan, dapat diuraikan yaitu; berfikir positif; mandiri (tidak bergantung dengan orang lain); berprestasi; optimis; kreatif; mudah bergaul.

Hakim (2002:122) menjelaskan bahwa rasa percaya diri siswa disekolah bisa dibangun melalui berbagai macam bentuk kegiatan sebagai berikut:

- a. Memupuk keberanian untuk bertanya
- b. Peran guru/pendidik yang aktif bertanya kepada siswa
- c. Melatih berdiskusi dan berdebat
- d. Mengerjakan soal didepan kelas
- e. Bersaing dalam mencapai prestasi
- f. Belajar berpidato
- g. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler

Dari pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa manfaat dari percaya diri dalam belajar siswa sangatlah berperan dalam kehidupan sehari-hari, yang dari manfaatnya dapat membantu siswa untuk dapat menjadikan dirinya bagai manusia yang dapat berdiri sendiri atau dapat dikatakan sebagai orang yang mandiri, dapat berfikir positif dalam setiap permasalahan yang sedang dihadapi, berfikir optimis, dapat berprestasi dengan sehat dan bertanggung jawab, kreatif dalam berfikir dan bertindak, dan mudah dalam bergaul dengan masyarakat luas, dimana hal – hal tersebut dapat dilatih didalam kegiatan bimbingan kelompok.

## **2. Layanan Bimbingan Kelompok**

### **2.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengemaskan aspek-aspek positif ketika akan meningkatkan rasa percaya diri yang rendah, karena dalam bimbingan kelompok siswa akan diajak untuk merasakan senang dan mendapatkan informasi dalam menyelesaikan masalah dirinya terutama rasa percaya diri yang rendah.

Bimbingan kelompok adalah kegiatan yang diberikan kepada kelompok individu yang mengalami masalah. Bimbingan kelompok pada dasarnya tidak mementingkan hasil berupa simpulan-simpulan (misalnya pada kegiatan diskusi), yang penting dalam bimbingan kelompok adalah apakah individu yang bersangkutan telah memperoleh sesuatu yang berguna bagi perkembangan dirinya berkat keikutsertaannya dalam dinamika kelompok yang berkembang dalam kegiatan bimbingan kelompok (Hartinah, 2009: 6-7)

Siswa dapat memanfaatkan dinamika kelompok semaksimal mungkin pada layanan bimbingan kelompok untuk memecahkan masalahnya. Siswa dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan reaksi siswa yang lainnya untuk memecahkan masalah.

Sedangkan menurut Prayitno (2004:1), mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan:

“Layanan konseling yang diberikan secara kelompok dengan mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal umum yang berguna bagi perkembangan pribadi dan/atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok”

Bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan. (Sukardi, 2002:48)

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas pengertian tentang bimbingan kelompok di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan konseling yang dilakukan secara kelompok dengan membentuk dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Bimbingan kelompok dapat memberikan pencegahan terhadap timbulnya masalah pada siswa dalam mengembangkan potensinya, sehingga dapat membantu siswa untuk mencapai perkembangan yang optimal.

Bimbingan kelompok dapat memberikan kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan konseli. Dimana dalam bimbingan kelompok ini siswa boleh mempergunakan interaksi kelompok untuk



meningkatkan pengertian dan penerimaan nilai-nilai, cita-cita atau tujuan serta sikap tingkah laku nyata.

Bimbingan kelompok dalam pelaksanaannya merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan secara kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Bimbingan kelompok juga dapat dimaksudkan untuk meningkatkan pemahaman tentang kenyataan, aturan-aturan dalam kehidupan dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan tugas, serta meraih masa depan dalam studi, karir, ataupun kehidupan. Aktivitas kelompok itu sendiri dapat diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman lingkungan, penyesuaian diri serta pengembangan diri.

Layanan Bimbingan Kelompok, mengajak siswa bersama-sama mengemukakan pendapat tentang topik-topik yang dibicarakan dan mengembangkan bersama permasalahan yang dibicarakan pada kelompok. Sehingga terjadi komunikasi antara individu di dalam kelompoknya kemudian siswa dapat mengembangkan sikap dan tindakan yang diinginkan dapat terungkap di kelompok.

Anggota yang secara langsung terlibat dan menjalani dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok juga akan dapat mencapai tujuan ganda, yaitu mendapat kesempatan untuk mengembangkan diri untuk memperoleh kemampuan- kemampuan sosial seperti

kemampuan beradaptasi, dan segi lain diperoleh berbagai informasi, wawasan, pemahaman, nilai dan sikap, serta berbagai alternatif yang akan memperkaya pengalaman yang dapat mereka pratikkan dalam kehidupan sehari-hari.

## **2.2 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok**

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mempunyai tujuan-tujuan tertentu bagi perkembangan siswa. Tujuan layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berinteraksi dalam masyarakat. Siswa juga dilatih dalam layanan bimbingan kelompok dengan pembahasan topik agar siswa dapat mengemukakan pendapatnya, menghormati pendapat orang lain, dan dalam pembahasan topik siswa dapat menambah wawasan yang nantinya dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Prayitno (2004:2-3), tujuan dalam bimbingan kelompok terdapat tujuan umum dan tujuan khusus yaitu sebagai berikut:

- a. Tujuan Umum. Tujuan umum bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Selain tujuan tersebut yaitu untuk mengentaskan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok.
- b. Tujuan Khusus. Tujuan khusus bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung

permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta dan ditentukan oleh pemimpin kelompok. Secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk:

- a. Melatih untuk mengemukakan pendapat dihadapan anggotanya
- b. Melatih siswa dapat bersikap terbuka dalam kelompok
- c. Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama anggota dalam kelompok.
- d. Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok
- e. Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dan bertoleransi dengan orang lain
- f. Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial
- g. Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain
- h. Melatih siswa untuk mengadakan kerja sama dalam situasi kelompok dan dapat menumbuhkan daya kreatif siswa”

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok adalah pengembangan diri individu agar dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi dan menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normative serta aspek – aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat

mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki dalam berinteraksi.

### **2.3 Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok**

Secara umum fungsi bimbingan kelompok adalah sebagai media pemberian informasi yang ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan untuk mengembangkan potensi siswa. Fungsi layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah agar siswa dapat lebih memahami segala sesuatu yang berkaitan dengan kepercayaan diri, dapat menerapkan sikap percaya diri dalam kegiatan bimbingan kelompok dan dapat menerapkan sikap percaya diri dalam interaksi sosial dimanapun.

Layanan bimbingan kelompok mempunyai 3 fungsi utama yaitu: (1) fungsi pemahaman; (2) pengembangan; (3) pencegahan (Mugiharso, 2006:66). Dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Fungsi Pemahaman. Dengan fungsi ini memungkinkan pihak-pihak yang berkepentingan dengan peningkatan perkembangan dan kehidupan konseli, memahami berbagai hal yang esensial berkenaan dengan perkembangan dan kehidupan konseli. Pemahaman yang sangat perlu dihasilkan oleh pelaksanaan layanan bimbingan kelompok adalah pemahaman tentang diri konseli beserta permasalahannya baik oleh konseli sendiri maupun oleh konselor, termasuk juga pemahaman tentang lingkungan diri konseli.

- b. Fungsi Pengembangan. Fungsi ini berarti bahwa layanan bimbingan kelompok yang diberikan dapat membantu para konseli dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan. Dalam fungsi ini hal-hal yang dipandang positif dijaga agar tetap baik dan mantap sehingga konseli dapat memelihara dan mengembangkan berbagai potensi dan kondisi yang positif dalam rangka perkembangan dirinya secara mantab dan berkelanjutan.
- c. Fungsi Pencegahan. Layanan bimbingan kelompok dapat berfungsi pencegahan, artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam fungsi pencegahan ini layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

Fungsi didalam layanan bimbingan kelompok sebagai media pemberian informasi kepada siswa dengan tujuan mencega timbulnya masalah serta untuk dapat mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa. Terdapat 3 fungsi didalam bimbingan kelompok yakni fungsi pemahaman, fungsi pengembangan, dan fungsi pencegehan dalam layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh peneliti. Fungsi pemahaman memberikan informasi kepada siswa betapa pentingnya jika diri mempunyai percaya tinggi yang sesuai guna untuk membantu

masalah belajarnya. Fungsi pengembangan diarahkan kepada siswa untuk memelihara dan mengembangkan kemampuan percaya diri yang dimilikinya. Terakhir fungsi pencegahan, fungsi ini bertujuan untuk mencegah berbagai hal yang memungkinkan timbulnya masalah pada siswa.

#### **2.4 Komponen dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok akan tercipta apabila memperhatikan komponen-komponen pendukung dalam pelaksanaan bimbingan kelompok.

##### **a. Suasana kelompok**

Menurut Hartinah (2009:12), suasana kelompok yaitu antar hubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok, dapat menjadi wahana dimana masing-masing anggota kelompok tersebut secara perseorangan dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan masalahnya tersebut.

Suasana kelompok menentukan juga keberhasilan di dalam bimbingan kelompok, kesan pertama yang diciptakan oleh anggota kelompok termasuk pemimpin kelompok menjadi sangat penting untuk kelanjutan proses bimbingan kelompok. Tugas pemimping kelompoklah yang menjadikan suasana di dalam bimbingan kelompok menjadi hangat.

b. Anggota Kelompok

Menurut Hartinah (2009:86), keanggotaan 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 menjadi dasar untuk terlaksananya kegiatan layanan bimbingan kelompok, semua anggota kelompok memiliki peranannya masing-masing di dalam kegiatan. Jadi diharapkan kepada semua anggota kelompok dapat dengan baik melaksanakan peranannya.

2.4.3. Pemimpin Kelompok

Hangatnya suasana atau kakunya komunikasi yang terjadi juga tergantung pada peranan pemimpin kelompok. Oleh karena itu pemimpin kelompok memiliki peran penting dalam rangka membawa para anggotanya menuju suasana yang mendukung tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Sebagaimana yang dikemukakan Prayitno (2004:35-36) bahwa peranan pemimpin kelompok ialah :

- a. Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok.

- b. Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok.
- c. Jika kelompok itu tampaknya kurang menjurus kearah yang dimaksudkan maka pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan itu.
- d. Pemimpin kelompok perlu memberikan tanggapan (umpan balik) mengenai berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
- e. Sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya, juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok

Campur tangan pemimpin kelompok meliputi hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun yang mengenai proses kegiatan bimbingan itu sendiri. Pemimpin kelompok juga berperan dalam memberikan umpan balik kepada anggota kelompok agar dapat aktif dalam menyampaikan pendapat. Pemimpin kelompok harus dapat mengendalikan isi pembahasan dan juga mengarahkan proses layanan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok berpengaruh dalam tahap pemusatan perhatian anggota kelompok agar anggota kelompok fokus terhadap topik pembahasan dalam kegiatan layanan bimbingan



kelompok. Pemimpin kelompok juga harus dapat menciptakan suasana yang nyaman bagi semua anggota kelompok.

### **2.5 Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok**

Demi tujuan yang diharapkan di dalam bimbingan kelompok memiliki asas-asas untuk memperlancar kegiatan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2004:13-15) asas yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu:

- a. Asas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirahasiakannya dan dipikirkannya, tidak merasa takut, malu atau ragu-ragu, dan bebas berbicara tentang apa saja, baik tentang dirinya, sekolah, pergaulan dan keluarga
- b. Asas kesukarelaan, yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh-suruh atau malu-malu atau dipaksa oleh teman yang lain atau oleh pemimpin kelompok.
- c. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok
- d. Asas kenormatifan, yaitu semua yang dicarakan 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-norma dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku.

- e. 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 layakdiketahui oleh orang lain. Asas kerahasiaan termasuk asas terakhir karena topik (pokok bahasan) permasalahan dalam bimbingan kelompok bersifat umum.

Terdapat 5 asas yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok, asas-asas tersebut harus diterapkan pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Kelima asas tersebut ialah: asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, dan asas kerahasiaan. Penting bagi konselor untuk memperkenalkan 5 asas ini kepada konseli agar tercapainya tujuan pelaksanaannya pelayanan bimbingan konseling yakni menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa.

## **2.6 Jenis-Jenis Kelompok dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Sebelum melaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok, terlebih dahulu membentuk kelompok-kelompok siswa sesuai dengan kebutuhan atau permasalahan yang akan diungkap dalam proses

layanan bimbingan kelompok agar kegiatan layanan yang dilakukan dapat terlaksana dengan baik.

Menurut Hartinah (2009:13) “dalam rangka bimbingan kelompok, terdapat dua jenis kelompok yang dapat dikembangkan, yaitu kelompokbebas dan kelompok tugas.

- a. Kelompok bebas memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada seluruh anggota kelompok untuk menentukan arah dan isi kegiatan kelompok tersebut. Menentukan arah dan isi kegiatan sudah ditetapkan sebelumnya.
- b. Kelompok tugas, pada dasarnya kelompok tugas diberi tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, baik pekerjaan tersebut ditugaskan oleh pihak diluar kelompok tersebut maupun tumbuh didalam kelompok itu sendiri sebagai hasil dari kegiatan-kegiatan kelompok tersebut sebelumnya.

Pembentukan kelompok dilakukan setelah melakukan pretest dengan memberikan skala percaya diri kepada siswa siswa yang kurang memiliki rasa percaya diri. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kelompok tugas, siswa diberi tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, pekerjaan tersebut ialah segala sesuatu tentang percaya diri.

## 2.7 Teknik-teknik dalam Layanan Bimbingan Kelompok

Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti yang disebutkan oleh Romlah (2003) “beberapa teknik yang biasa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu, antara lain: pemberian informasi, diskusi kelompok, pemecahan masalah, permainan peranan, permainan simulasi, karyawisata, penciptaan suasana keluarga.”

Penelitian ini menggunakan beberapa dari teknik diatas antara lain:

- a. Teknik Pemberian Informasi. Teknik pemberian informasi disebut juga dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Keuntungan teknik pemberian informasi antara lain adalah:
  - a. Dapat melayani banyak orang
  - b. Tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien
  - c. Tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas
  - d. Mudah dilaksanakan dibanding dengan teknik lain
- b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan, dibawah pimpinan. Dalam pelaksanaan diskusi ada tiga langkah yaitu:

- a. Perencanaan, pada tahap ini fasilitator melaksanakan lima macam hal, yaitu: merumuskan tujuan diskusi,

menentukan jenis diskusi, melihat pengalaman dan perkembangan siswa, memperhitungkan waktu yang tersedia untuk kegiatan diskusi, mengemukakan hasil yang diharapkan dari diskusi misalnya kesimpulan atau pemecahan masalah.

- b. Pelaksanaan, pada tahap ini fasilitator memberikan tugas yang harus didiskusikan dan memberitahu cara melaporkan tugas, serta menunjuk pengamat diskusi jika diperlukan.
- c. Penilaian, pada tahap penilaian fasilitator meminta pengamat melaporkan hasil pengamatannya, memberikan komentar mengenai proses diskusi, dan membicarakan kepada kelompok.

Penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga membuat suasana yang terbangun dalam kegiatan bimbingan kelompok agar lebih bergairah dan tidak cepat membuat siswa jenuh mengikutinya sehingga tujuan bimbingan kelompok dapat tercapai sesuai dengan harapan. Teknik yang dipakai ialah teknik pemberian informasi dan teknik diskusi kelompok.

## 2.8 Tahap – Tahap Layanan Bimbingan Kelompok

Dengan didukung oleh tahap-tahap yang ada di dalam bimbingan kelompok akan berguna untuk memenuhi tujuan utama di laksanakannya kegiatan layanan bimbingan kelompok ini. Agar kegiatan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan efektif dan efisien maka perlu dilaksanakan tahap-tahap kegiatan dengan baik.

Menurut Hartinah (2009:132), pada umumnya, terdapat empat tahap perkembangan, yaitu tahap pembentukan, peralihan, pelaksanaan kegiatan, dan pengakhiran. Berikut penjelasannya:

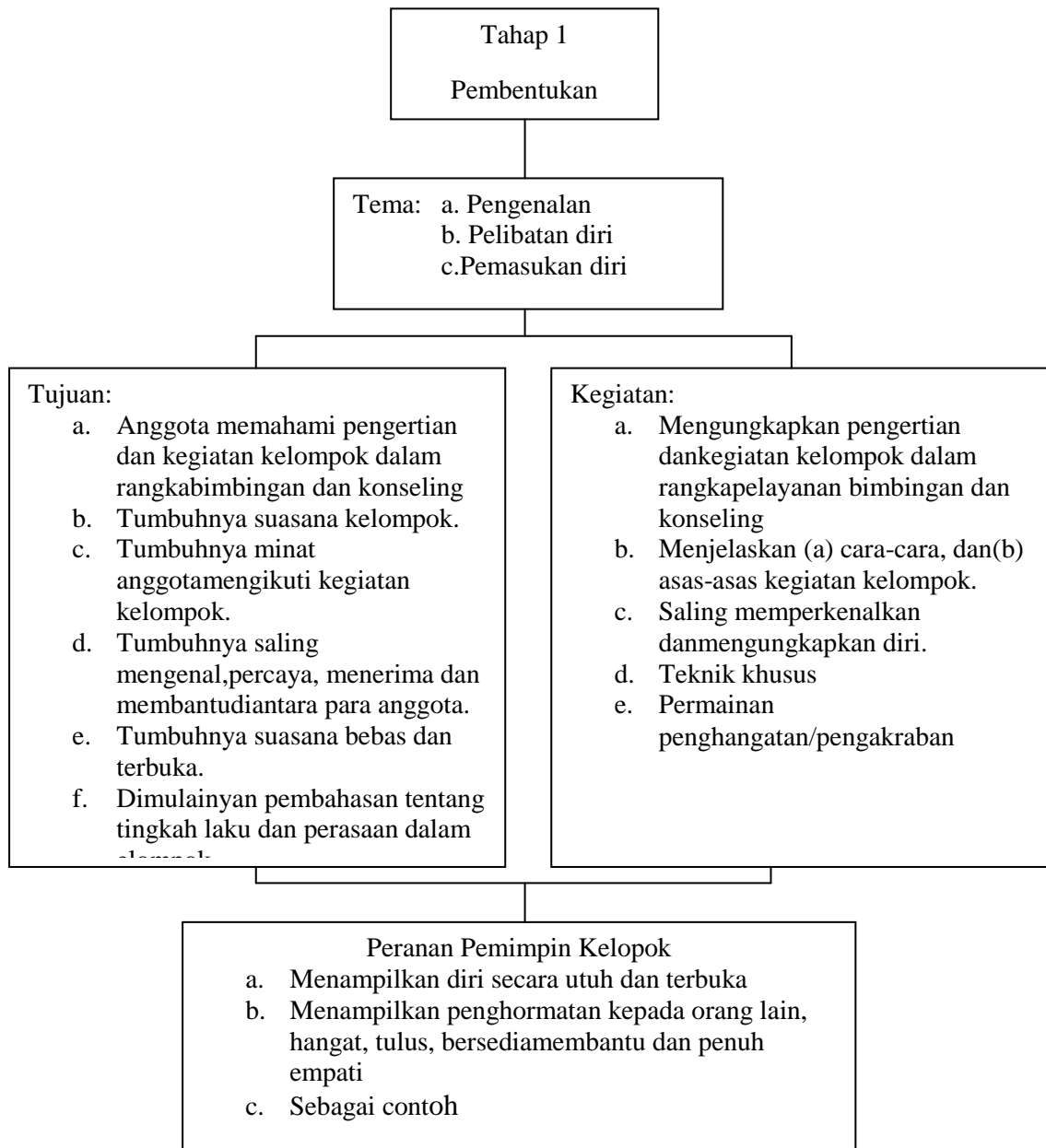
### a. Tahap Pembentukan

Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri, penjelasan pengertian dan tujuan yang ingin di capai dalam kelompok oleh pemimpin kelompok

Menurut Hartinah (2009:132-135), 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
- b. Terbangunnya kesadaran
- c. Keaktifan pemimpin kelompok
- d. Beberapa teknik pada tahap awal
- e. Pola keseluruhan

**Gambar 2.1 Bagan Tahap Pembentukan**

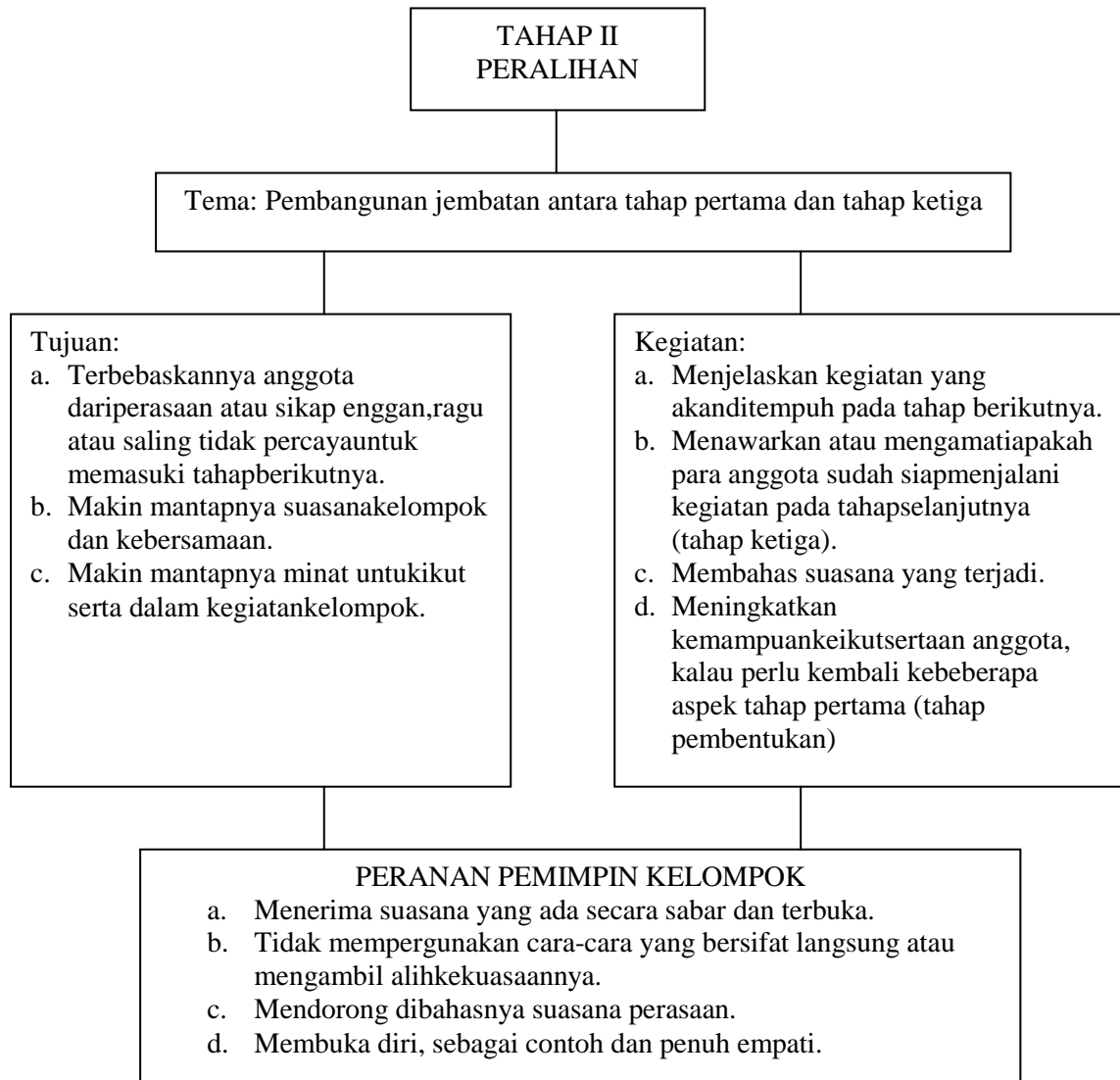


**b. Tahap Peralihan**

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok harus berperan aktif membawa susana, keseriusan dan keyakinan anggota kelompokdalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Berikut gambar 2.2 pada tahap peralihan:

**Gambar 2.2 Bagan Tahap Peralihan**



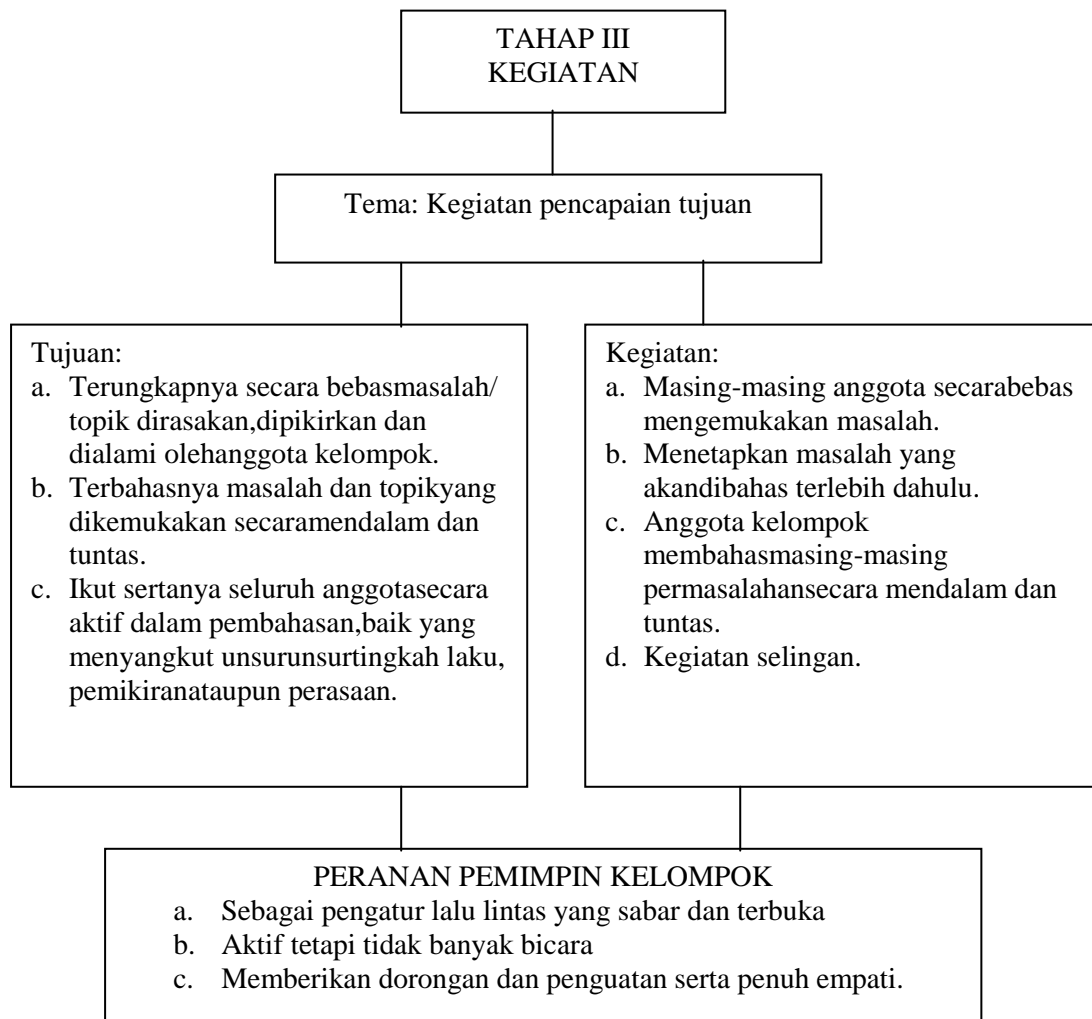
c. Pembahasan atau Tahap Inti

Tahap inti merupakan tahap pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok. pada tahap inti ini merupakan tahap dimana pelaksanaan kegiatan layanan.

Berikut gambar 2.3 pada tahap kegiatan:



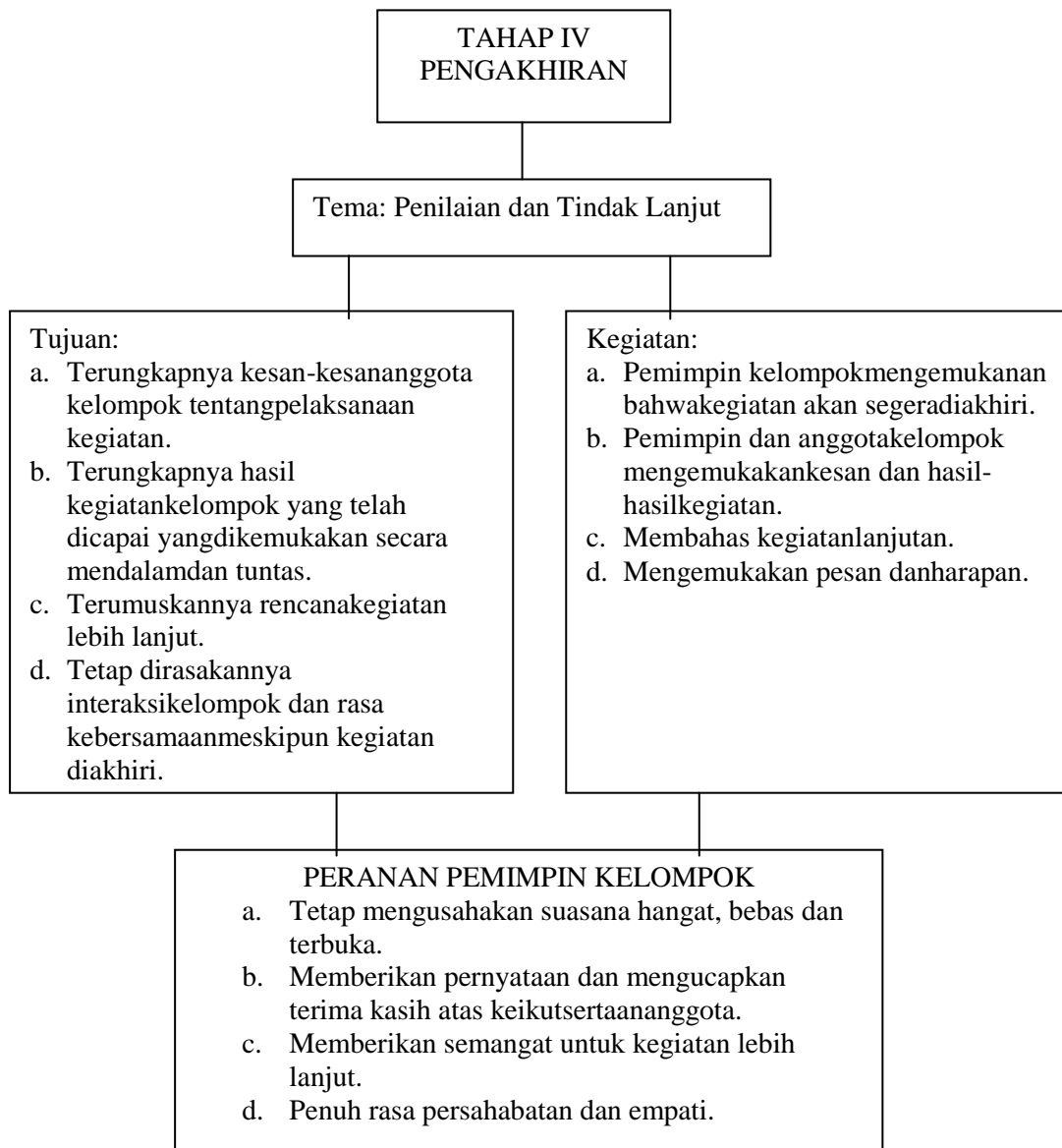
**Gambar 2.3 Bagan Tahap Kegiatan**



d. Tahap pengakhiran

Dalam tahap pengakhiran merupakan akhir dari seluruh kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini anggota kelompok mengungkapkan kesan dan pesan dan evaluasi akhir terhadap kegiatan bimbingan kelompok. berikut gambar 2.4 pada tahap pengakhiran:

**Gambar 2.4 Bagan Tahap Pengakhiran**



Dari berbagai gambar tahapan layanan bimbingan kelompok dapat disimpulkan pada saat tahap pembentukan umumnya para anggota saling memperkenalkan diri, penjelasan pengertian dan tujuan yang ingin di capai dalam kelompok oleh pemimpin kelompok. Pada tahap peralihan pemimpin kelompok harus berperan aktif membawa suasana, keseriusan dan keyakinan anggota kelompok dalam mengikuti

kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap inti/kegiatan pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok. Pada tahap pengakhiran anggota kelompok mengungkapkan kesan dan pesan dan evaluasi akhir terhadap kegiatan bimbingan kelompok.

### **3. Keterkatian Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri dalam Belajar**

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Seseorang dapat melihat individu melalui gejala – gejala atau indikator yang timbul atau tampak pada tingkah lakunya. Percaya diri dapat ditingkatkan melalui berbagai layanan yang diberikan kepada individu, seperti layanan konseling kelompok, konseling sebaya, konseling individu, dan bimbingan kelompok.

Menurut Fatimah (2006:149) kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Sedangkan menurut Hakim (2002:6) rasa percaya diri dapat dikatakan sebagai seatu keyakinan seorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Dariyo (2007) berpendapat bahwa percaya diri ialah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Percaya diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk memahami dirinya sendiri, dengan memahami potensi yang ada dalam dirinya, siswa mampu untuk menunjukkan potensi yang dimilikinya kepada orang lain.

Menurut Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005:87), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya akan kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Rasa percaya diri siswa sangat diperlukan untuk menunjang kegiatan belajarnya disekolah. Menurut Hakim (2002:137) ditinjau dari segi sosialisasi dapat dikatakan bahwa sekolah memegang peran lebih penting jika dibandingkan dengan keluarga yang jumlah individunya lebih terbatas. Beberapa contoh rasa tidak percaya diri yang ditunjukkan oleh siswa disekolah adalah takut menghadapi ulangan, menarik perhatian dengan kurang wajar, grogi saat tampil didepan kelas, dan timbul rasa malu yang berlebihan.

Bentuk-bentuk rasa tidak percaya diri yang sering terjadi pada siswa tersebut dapat menghambat siswa untuk mengembangkan potensi mereka disekolah, bahkan dapat berdampak buruk dalam prestasi belajar mereka disekolah. siswa tidak dapat mengembangkan rasa percaya diri mereka tanpa adanya dukungan dari orang-orang disekitar mereka. Dukungan-dukungan tersebut bisa didapat dari orang-orang di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Lingkungan sekolah berperan penting dalam mengembangkan rasa percaya diri siswa, orang-orang dalam lingkungan sekolah tersebut adalah teman-teman dan para dewan guru. Teman sebaya sangat berperan besar dalam mengembangkan rasa percaya diri siswa karena dalam kelompok teman sebaya adanya interaksi yang membuat siswa bersikap positif seperti solidaritas kelompok teman.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa akan mendapatkan informasi mengenai materi yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa. Materi tersebut telah dipersiapkan oleh praktikan dengan harapan topik pembicaraan dalam kegiatan bimbingan kelompok tidak melenceng jauh dan dapat terarah dengan baik. Selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung siswa tidak hanya menjadi anggota yang pasif tetapi diharapkan juga untuk turut aktif dalam membahas topik atau materi yang disampaikan. Penentuan topik ini juga nantinya disesuaikan dengan

usia dan tingkat pemahaman siswa sehingga benar-benar tepat sasaran yakni mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Menurut Sukardi (2002: 48), bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Prayitno (2004) mengartikan bahwa bimbingan kelompok sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik.

Menurut pendapat Soonstegard (2004:100) pengalaman kelompok mencoba menghilangkan kesombongan dan kegelisahan yang dimiliki orang tentang status. Ini membantu membebaskan anggota kelompok dari gerakan vertikal dimana dia selalu mengukur diri terhadap orang lain. Proses kelompok adalah menghasilkan nilai sosial yang bermanfaat, kooperatif, dan berguna untuk kehidupan yang lebih demokratis.

Menurut pendapat diatas pengalaman didalam kelompok dapat menghilangkan kecemasan individu. Pengalaman kelompok juga membantu membebaskan anggotanya dari keadaan yang stagnan dan menyadarkan anggotanya untuk membuat perubahan yang bermakna. Artinya pemimpin kelompok membantu siswa untuk menyadarkan bahwa ia memiliki potensi yang dimiliki, potensi tersebut dapat dikembangkan kearah positif untuk menjadi pribadi yang baik. Misalnya siswa yang tidak yakin akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas, tugas pemimpin kelompok ialah menghilangkan rasa yang dialami siswa tersebut dan menggantinya dengan rasa yakin atas kemampuannya dalam mengerjakan tugas.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi komunikasi antara individu satu dengan yang lainnya sehingga individu dapat mengungkapkan pendapat, sikap, serta tindakan yang diinginkan. Selain itu para anggota bimbingan kelompok akan berinteraksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok dibutuhkan untuk menciptakan rasa percaya diri, solidaritas dan juga keterbukaan terutama dalam membahas topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok dapat terbentuk sebagai jiwa yang mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, maka para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman dirinya dan pemahaman akan topik yang dibahas yakni yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri siswa.

Layanan bimbingan kelompok dengan jumlah anggota kelompok yang tidak terlalu banyak dapat memungkinkan pemimpin kelompok untuk melakukan pendekatan secara personal untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut. Dalam kegiatan bimbingan kelompok inilah pemimpin kelompok dapat membuat anggotanya lebih berani mengungkapkan pendapatnya secara langsung dan percaya diri, saling menukar informasi melalui pendapat dari teman – temannya, membahas masalah - masalah yang dialami secara bersama.

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka bentuk kegiatan bimbingan kelompok dianggap efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri. Dalam kegiatan bimbingan kelompok ini peneliti membentuk dinamika siswa dengan memberikan topik tugas dan topik bebas untuk memberikan informasi mengenai kepercayaan diri sehingga dengan kegiatan bimbingan kelompok ini siswa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.



### **III. METODOLOGI PENELITIAN**

Suatu penelitian tidak terlepas dari metode penelitian. Hal ini dikarenakan di dalam metode penelitian dijelaskan mengenai tata cara penelitian yang akan dilakukan yang berhubungan dengan teknik dan prosedur penelitian. Dalam bab ini akan dijelaskan tentang jenis penelitian, desain penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel penelitian, metode dan alat pengumpulan data, penyusunan instrumen, validitas dan reliabilitas data, serta teknik analisis data.

#### **1. Metode Penelitian**

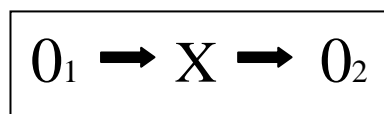
Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen. “Eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu” (Arikunto 2006: 3). Menurut Hadi (2004: 427) “penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetes, mengecek atau membuktikan suatu hipotesis, ada tidaknya pengaruh dari suatu tritmen atau perlakuan”. Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok merupakan faktor yang diduga dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa, sehingga setelah mendapatkan treatment atau perlakuan, kepercayaan diri siswa akan meningkat. Eksperimen dilakukan

dengan maksud untuk menilai hubungan sebab akibat suatu perlakuan. Peneliti dengan sengaja membuat suatu kegiatan atau keadaan kemudian diteliti bagaimana akibatnya melalui eksperimen ini.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experimental design* dengan menggunakan *one group pre-test and post test design*. Jadi tidak ada kelompok kontrol dan hanya menggunakan kelompok eksperimen. Metode *one group pretest and post test design* berarti sampel diberikan skala penilaian sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Makna dari desain *pre test and post test one group design* adalah desain yang dilakukan dua kali penelitian yaitu sebelum eksperimen (*pre-test*) dan sesudah eksperimen (*post test*).

Dalam penelitian ini subyek dikenakan dua kali pengukuran. Pengukuran pertama dilakukan untuk mengukur kepercayaan diri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok (O1) yang disebut *pre-test* dan pengukuran kedua untuk mengukur tingkat kepercayaan diri sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok (O2) yang disebut *post test*. Menurut Arikunto (2006:85) perbedaan antara O1 dan O2 yakni  $O_2 - O_1$  diasumsikan merupakan efek dari *treatment* atau eksperimen.

**Gambar 3.1 One Group Pretest and Posttest Design**



### **Desain penelitian *one group pre-test and post test design***

Keterangan :

O1 : Pengukuran (*pre-test*/skala penilaian awal), untuk mengukur kepercayaan diri siswa sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok.

X : Pelaksanaan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Tanjung Bintang

O2 : pengukuran (*post test*/skala penilaian akhir), untuk mengukur kepercayaan diri siswa setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok.

Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen yaitu :

- 1.1 Melakukan *pre-test* dengan menggunakan skala kepercayaan diri untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Hasil *pre-test* ini akan menjadi bahan perbandingan dengan *post-test* yang akan dilakukan setelah pemberian perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok.
- 1.2 Memberikan perlakuan (*treatment*) yaitu berupa layanan bimbingan kelompok. Layanan ini diberikan menggunakan topik tugas yang diberikan selama 5 kali pertemuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Materi ini diberikan atas untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam setiap aspek kepercayaan diri seperti bangga atas sifat baik yang dimiliki, siswa dapat memahami diri sendiri, memiliki motivasi yang kuat, terbuka dengan orang lain,

membina rasa persahabatan, dan upaya untuk mengatasi rasa tidak percaya diri tersebut.

- 1.3 Memberikan *posttest*, tujuannya untuk membandingkan dari sebelum pemberian tritmen dan sesudah pemberian tritmen apakah percaya diri siswa dalam belajar naik atau tidak.

## **2. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian merupakan sumber data untuk menjawab masalah. Arikunto (2006) mengemukakan bahwa subjek penelitian merupakan subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti atau sasaran peneliti. Penelitian subjek ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dalam penelitian. Adapun cara penetapan subjek penelitian adalah sebagai berikut :

1. Pemberian skala likert kepada seluruh siswa kelas X IPS SMA Negeri 1 Tanjung Bintang Lampung Selatan,
2. Menghitung skor hasil pengisian skala yang telah dilakukan,
3. Selanjutnya mengkonfirmasi skor yang diperoleh siswa dengan tiga kriteria yaitu tinggi, sedang dan rendah. Setelah dikonfirmasi dengan tiga kriteria tersebut, diperoleh siswa dengan kriteria rendah.
4. Siswa yang memiliki kriteria rendah tersebut yang menjadi subjek penelitian.

Alasan peneliti menggunakan subjek penelitian adalah karena penelitian ini merupakan aplikasi untuk meningkatkan percaya diri dalam belajar siswa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dan hasil dari

proses layanan ini tidak dapat digeneralisasikan antara subjek yang satu dan tidak dapat mewakili subjek yang lain karena setiap individu berbeda.

Untuk menjaring subyek penelitian, diberikan skala percaya diri pada siswa kelas X IPS 1,2, dan 3 dengan Jumlah 60 siswa, kemudian peneliti melakukan penjaringan subjek (*pretest*) menggunakan skala percaya diri yang telah diuji validitasnya oleh beberapa dosen ahli di program studi Bimbingan dan Konseling Unila, agar peneliti mendapatkan siswa yang percaya dirinya rendah sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Selanjutnya subjek yang telah dijaring akan diberikan *treatment* atau perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Setelah melakukan *pretest* peneliti mendapatkan 7 siswa yang sesuai dengan kriteria perilaku asertif rendah dan akan dijadikan subjek penelitian untuk diberikan layanan bimbingan kelompok agar percaya diri mereka dapat meningkat sesuai dengan target yang ingin dicapai.

### **3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel**

#### **3.1 Variabel Penelitian**

Variabel merupakan subjek suatu penelitian atau apa yang menjadi perhatian suatu penelitian. Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode eksperimen. Menurut Hatch dan Fardhy (dalam Sugiyono,2008) secara teoritis variabel didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lainnya atau satu objek dengan objek lainnya. Variable

penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan pendapat tersebut, maka variable dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok dan percaya diri.

### 3.2 Definisi Operasional Variabel

Layanan Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan di dalam bimbingan konseling yang mengutamakan dinamika kelompok. Dengan adanya dinamika didalam bimbingan kelompok maka suasana kelompok akan terasa lebih hidup, berarti setiap anggota kelompok berhak untuk menyatakan pendapatnya masing-masing. Bimbingan kelompok merupakan media informasi kepada siswa dengan tujuan mencegah timbulnya masalah serta untuk dapat mengembang potensi yang dimiliki siswa.

Percaya diri merupakan sikap positif yang ada pada diri individu, memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuan yang individu miliki. Jika seseorang mempunyai keyakinan pada dirinya, maka ia mampu untuk dapat mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Dengan demikian yang dimaksud percaya diri dalam penelitian ini yaitu percaya akan kemampuan yang dimiliki, optimis,, berfikir positif, mampu mengendalikan diri, dapat menerima dan menghadapi penolakan, dan realistis.

Indikator Percaya Diri dalam penelitian ini ialah: Percaya akan kompetensi atau kemampuan yang dimiliki; Perilaku yang ditampilkan

tidak mudah terpengaruh oleh orang lain; Berfikir positif; Punya pengendalian diri yang baik; Memandang keberhasilan atau kegagalan bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah; Memandang segala sesuatu dari sisi yang baik terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi diluar dirinya; Memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan, guna mencapai objektivitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah menyebarkan skala percaya diri dalam belajar.

Daftar pertanyaan yang berkaitan dengan permasalahan penelitian. Skala dalam penulisan ini digunakan untuk mengungkapkan data tentang masalah siswa menyangkut kepercayaan diri. Adapun kategori jawaban yang direncanakan dalam instrumen percaya diri dengan menggunakan *Sumated Rating Scale* model *Likert* sebagai berikut:

**Tabel 3.1 Alternatif jawaban skala likert**

NO	<b>Pernyataanfavorable</b>		NO	<b>PernyataanUnfavorable</b>	
	Jawaban	Nilai		Jawaban	Nilai
1	SS	4	1	SS	1
2	S	3	2	S	2
3	TS	2	4	TS	3
4	STS	1	5	STS	4

Skala *likert* ini disusun dalam bentuk *chek-list*. Di mana dalam skala *Likert*, responden akan diberikan pernyataan-pernyataan dengan beberapa alternatif jawaban yang dianggap oleh responden sangat tepat. Alternatif jawaban yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari alternatif, yaitu: sangat sesuai(SS), sesuai(S), tidak sesuai(TS), sangat tidak sesuai (STS).

Peneliti mengambil indikator percaya diri dari ciri-ciri atau karakteristik menurut Fatimah (2006:149) indikator tersebut ialah:

- a. Percaya akan kompetensi atau kemampuan yang dimiliki
- b. Perilaku yang ditampilkan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain
- c. Berfikir positif
- d. Punya pengendalian diri yang baik
- e. Memandang keberhasilan atau kegagalan bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah
- f. Memandang segala sesuatu dari sisi yang baik terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi diluar dirinya
- g. Memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri

Lebih jelasnya akan disajikan kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian skala percaya diri sebagai berikut:



Tabel 3.2 Kisi-Kisi Skala Percaya Diri

Variabel	Indikator	Deskriptor	No. Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
Percaya Diri	1. Giat dalam belajar	1.1. Yakin akan kemampuan diri	1,2	3,4	4
		1.2. Menyadari bakat dan prestasi	5,6	7	3
	2. Tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar dalam belajar	2.1. Berani menjadi diri sendiri	8,9	10,11	4
		2.2. Mampu melaksanakan tanggung jawab	12,14	13	3
	3. Berfikir positif dalam hal belajar	3.1. Berprasangka baik terhadap orang lain	16	15	2
		3.2. Menghargai diri secara positif	17,18	19,20	4
		3.3. Mempunyai pandangan bahwa segala sesuatu merupakan berkah/hikmah	21,22	23,24	4
	4. Mempunyai pengendalian diri yang baik dalam belajar	4.1. Dapat mengendalikan sikap saat menghadapi suatu persoalan	25	26	2
		4.2. Memiliki kemampuan mengendalikan emosi (regulasi emosi)	27	28,29	3
	5. Tidak mudah putus asa dalam belajar	5.1. Memandang keberhasilan atau kegagalan bergantung pada usaha yang dilakukan	30	31	2
		5.2. Memiliki sikap tidak mudah menyerah	32	33	2
	6. Menganggap belajar merupakan hal yang penting	6.1. Bersikap tenang saat proses belajar mengajar	34,35	36	3
		6.2. Memiliki sikap optimis	37	38,39	3
	7. Memiliki harapan yang realistis dalam belajar	7.1. Mempunyai target sesuai kemampuan	40,41	46	3
7.2. Dapat menerima kegagalan		42,43	44,45	4	

Pada skala percaya diri ini dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

- $i$  : interval  
 NT : nilai tertinggi  
 NR : nilai terendah  
 K : jumlah kategori

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat percaya diri dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan tingkat percaya diri yang rendah pada siswa.

Jadi, interval untuk menentukan kriteria percaya diri siswa adalah :

$$i = \frac{NT - NR}{K} = \frac{(46 \times 4) - (46 \times 1)}{3} = \frac{184 - 46}{3} = 46$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas maka diperoleh kriteria percayadiri siswa yang tertera pada tabel berikut ini :

**Tabel 3.3 Kriteria Percaya Diri**

<b>Interval</b>	<b>Kriteria</b>
138-184	Tinggi
92-137	Sedang
46-91	Rendah

## 5. Uji Instrumen

Teknik pengolahan data yang digunakan untuk menilai kemampuan instrumen penelitian. “syarat yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel” (Arikunto, 2006:156)

“Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur” (Sugiono, 2007:267)

“instrumen yang reliabel berarti instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama dan akan menghasilkan data yang sama” (Sugiono, 2007:267)

### 5.1 Uji Validitas

Instrumen pokok pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala. Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas konten. Validitas konten adalah derajat dimana sebuah tes mengukur cakupan substansi yang ingin diukur. Validitas isi (konten) ditentukan dengan pertimbangan para ahli (Sukardi, 2011:123)

Untuk menguji validitas konstruk, dapat digunakan pendapat dari para ahli (*Judgement experts*), dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu. Para ahli diminta pendapatnya mengenai instrumen yang disusun. (Sugiono, 2010:177). Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu Redi Eka Andriyanto, Moch Johan Pratama, dan Yohana Oktariana.

Untuk menghitung koefisien validitas isi, penulis menggunakan formula Aiken's V yang didasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak orang terhadap suatu item. Penilaian dilakukan dengan cara

memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan 4 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan). Rumus dari Aiken's V adalah sebagai berikut :

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

Keterangan :

**n** : Jumlah panel penilai (expert)

**lo** : Angka penilaian validitas terendah ( dalam hal ini = 1)

**c** : Angka penilaian validitas tertinggi ( dalam hal ini = 4)

**r** : Angka yang diberikan seorang penilai

**s** :  $r - lo$

Semakin mendekati angka 1,00 perhitungan dengan rumus Aiken's V diinterpretasikan memiliki validitas yang tinggi.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan rumus Aiken's V pernyataan dengan kriteria besarnya 0,66, maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli dari 64 pernyataan setelah dihitung koefisien validitas isi terdapat 57 pernyataan yang dinyatakan valid dan sisanya 7 pernyataan yang tidak valid. Pernyataan yang tidak valid yaitu nomor 15, 19, 29, 33, 37, 41, 56. Pernyataan yang tidak valid akan dihilangkan karena sudah terdapat item yang mewakili untuk mengungkapkan aspek percaya diri.

## 5.2 Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini uji reliabilitas dilakukan secara *internal consistency* dihitung dengan menggunakan program SPSS (*Statistical*

*Package for Social Science*). Tingkat reliabilitas alat ukur berupa skala percaya diri dapat dilihat dengan menggunakan rumus *alpha*:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_t}{S_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reabilitas instrumen  
 $k$  = Banyaknya butir pertanyaan  
 $\sum S_t^2$  = Jumlah varian butir  
 $S_t^2$  = Varian total

Untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteriareliabilitas menurut Koestoro dan Basrowi (2006:244) sebagai berikut:

0,8 – 1,000 = sangat tinggi  
 0,6 – 0,799 = tinggi  
 0,4 – 0,599 = cukup tinggi  
 0,2 – 0,399 = rendah  
 < 0,200 = sangat rendah

Berdasarkan hasil pengelolaan data skala yang telah diketahui berkontribusi maka selanjutnya dihitung reliabilitasnya dan diketahui hasilnya 0,967. Hal tersebut berarti bahwa reliabilitas dari skala tersebut sangat tinggi karena reliabilitasnya antara 0,8 – 1,000 dikatakan memiliki reliabilitas yang tinggi. Dari 57 pernyataan terdapat 11 pernyataan yang gugur, artinya hanya 46 item yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat percaya diri siswa dalam belajar.

## 6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data digunakan untuk membuktikan hipotesis dalam suatu penelitian. Penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari sebuah perlakuan, dengan melakukan sesuatu dan mengamati dampak dari sebuah perlakuan tersebut, Arikunto (2006). Maka dengan begitu pendekatan yang efektif adalah dengan membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon*. Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* karena subjek penelitian kurang dari 25, dan berdistribusi tidak normal (Sudjana, 2005:450). Di dalam uji *wilcoxon*, bukan hanya tanda-tanda positif dan negative dari selisih skor pretest dan posttest yang diperhatikan, tetapi juga besarnya selisih atau beda antara skor pretest dengan posttest. Misalkan skor pretest adalah X dan skor posttest adalah Y, selanjutnya akan diselisihkan antara pretest dan posttest ( $X - Y_1, X_2 - Y_2$ , hingga  $X_n - Y_n$ ).

Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa. Dengan uji *wilcoxon* ini akan diketahui perbedaan antara *pretest* dan *posttest*.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Sudjana, 2002:96):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*

- T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*  
N : Jumlah data sampel

Berdasarkan table (lampiran 10), peneliti dapat menentukan kaidah keputusan terhadap hipotesis dalam penelitian ini dengan cara membandingkan statistik hitung ( $Z_{hitung}$  diperoleh -2,366) dengan statistic table ( $Z_{tabel}$  diperoleh 1.645).

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  diterima, karena  $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$  artinya percaya diri siswa dalam belajar kelas X SMA Negeri 1 Tanjung Bintang Tahun ajaran 2016/2017 dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Tanjung Bintang, maka dapat diambil kesimpulan yaitu:

#### 1.1 Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa dalam belajar meningkat melalui layanan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh yang dianalisis dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

#### 1.2 Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 1 Tanjung Bintang tahun pelajaran 2016/2017. Hal ini ditunjukkan dari perubahan perilaku siswa dalam setiap pertemuan pada kegiatan bimbingan kelompok.

### 2. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Tanjung Bintang adalah:



### **2.1 Kepada Siswa**

Siswa diharapkan mampu menunjukkan penerimaan terhadap apapun keadaan teman disekitarnya agar tidak ada teman yang merasa dijauhi, siswa tidak perlu takut dalam mengemukakan pendapat, karena jika kita menyampaikan dengan baik, maka percayalah bahwa orang lain akan mampu menerima pendapat kita.

### **2.2 Kepada Guru Bimbingan Konseling**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa, maka Guru pembimbing hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok secara rutin untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

### **2.3 Kepada Para Peneliti Selanjutnya**

Para peneliti hendaknya melakukan penelitian dengan teliti dan mencatat secara detail mengenai perubahan perilaku siswa, gunakan alat bantu rekaman video atau rekaman suara pada setiap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk menjaga akurasinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, H. 1991. *Psikologi Sosial*. Jakarta:Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:Rineka Cipta
- Dariyo, A. 2007. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Jakarta:Ghalia Indonesia
- Depdiknas. 2003. *Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung:Pustaka Setia
- Hadi, S. 2004. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Hartinah, S. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama.
- Koestoro, B dan Basrowi. 2006. *Strategi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Surabaya: Yayasan Kampusina
- Lina dan Klara. 2010. *Panduan Menjadi Remaja Percaya Diri*. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Lindenfield, G. 1997. *Mendidik anak agar percaya diri*. Jakarta : Arcan
- Lautser. 2002. *Tes Kepribadian (terjemahan Cecelia, G Sumekto)*. Yokyakarta: Kanisius
- Mastuti. 2008. *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: Hi-Fest Publising.
- Mugiarso, H, dkk. 2006. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press
- Prayitno. 1995 . *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Padang : Ghalia Indonesia

- Prayitno. 2004. *Layanan Konseling*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
- Rakhmat, H.S. 2003. *Bimbingan Konseling Pola 17*. Yogyakarta: UCY Press
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga
- Sarwono, J. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Soonstegard M.A dan Jamen R.B. 2004. *Adlerian Group Conseling and Therapy Step-by-step*. New York: Brunner-Routledge.  
<https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=7id=F1KSAgAAQBAJ70i=fnd&pg=PP1&dq=adlerian+adlerian+group+counseling+and+therapy=false>  
diakses 19 November 2017.
- Sudjana. 2005. *Metode Statitiska Edisi ke-6*. Bandung: Tarsito.
- Sugiono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi, D.K. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Thantaway. 2005. *Kamus Istilah Bimbingan dan Konseling*.  
<http://ilmupsikologi.com> diakses 18 November 2017
- Tohirin, 2007, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Winkel, W.S. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PTGrasindo
- Yamani. 2016. Beginilah cara menyontek siswa saat ujian. Kamu pernah pakai yang mana?. Banjarmasinpost.co.id. 12 Mei  
<http://banjarmasin.tribunnews.com/2016/05/12/beginilah-cara-menyontek-siswa-saat-ujian-kamu-pernah-pakai-yang-mana> Diakses pada Kamis, 3 November 2016 pukul 07.12 malam.