

**PENINGKATAN PERCAYA DIRI MENGGUNAKAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SIMULASI
PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 MENGGALA
TAHUN AJARAN 2019/2020**

(Skripsi)

Oleh

VISTA AMBAR WULAN



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

***INCREASING SELF CONFIDENCE USING THE GROUP GUIDANCE
SERVICE WITH SIMULATION GAME TECHNIQUE AT THE 8TH
GRADE IN SMP 2 MENGGALA ACADEMIC YEAR 2019/2020***

ABSTRACT

By

Vista Ambar Wulan

The problem with this research is the low of student's self-confidence. The purpose of this research is to find out how to increase self-confidence with simulation game techniques in group counseling services of the student grade VIII in SMP 2 Menggala academic year 2019/2020. This research method is experiment. The research sub-subjects were 20 students who were divided into two groups, namely the control group and the experimental group. Data collection techniques using a scale of confidence. The results showed a change in student confidence after being given simulation game techniques in group counseling services This is indicated by an average increase of 8.04% and the results of data analysis using the Wilcoxon matched pairs test, obtained $z_{count} = -2.803 < z_{table} = 1.645$ then H_0 is rejected and H_a is accepted. The conclusion of the study is the simulation game techniques in group counseling services can be used to increase self-confidence in VIII graders of SMPN 2 Menggala in the academic year 2019/2020

Keywords: *guidance and counseling, self-confidence, simulation game techniques.*

**PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI MENGGUNAKAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SIMULASI PADA
SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 MENGGALA
TAHUN AJARAN 2019/2020**

ABSTRAK

Oleh

Vista Ambar Wulan

Masalah penelitian ini kepercayaan diri siswa yang rendah. Tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri dengan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi pada siswa kelas VIII SMPN 2 Menggala tahun pelajaran 2019/2020. Metode penelitian ini adalah *Eksperiment*. Subjek penelitian sebanyak 20 orang siswa yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala Kepercayaan Diri. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan kepercayaan diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan rata – rata 8,04% serta hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Matched Pairs Test*, diperoleh $z_{hitung} = -2.803 < z_{tabel} = 1.645$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan penelitian adalah bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas delapan SMPN 2 Menggala Tahun ajaran 2019/2020.

Kata Kunci: bimbingan dan konseling, kepercayaan diri, teknik permainan simulasi

**PENINGKATAN PERCAYA DIRI MENGGUNAKAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SIMULASI
PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 MENGGALA
TAHUN AJARAN 2019/2020**

Oleh

VISTA AMBAR WULAN

Skripsi

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

Pada

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



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

Judul Skripsi : **PENINGKATAN PERCAYA DIRI
MENGUNAKAN LAYANAN BIMBINGAN
KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SIMULASI
PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2
MENGALA TAHUN AJARAN 2019/2020**

Nama Mahasiswa : *Vista Ambar Wulan*

No. Pokok Mahasiswa : 1513052050

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Program Studi : Bimbingan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Pembimbing Utama

Pembimbing Pembantu

Shinta Mayasari
Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi.
NIP. 19800501 200812 2 002

Yohana Oktariana
Yohana Oktariana, M. Pd.
NIDN. 0206108702

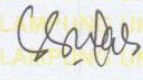
2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswandi
Dr. Riswandi, M. Pd.
NIP. 19760808 200912 1 001

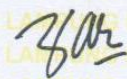
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : **Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi.**



Sekretaris : **Yohana Oktariana, M. Pd.**



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



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Patuan Raja, M. Pd.
NIP 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 18 Desember 2019

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah:

Nama : Vista Ambar Wulan

NPM : 1513052050

Prodi/Jurusan : Bimbingan Konseling/ Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

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

Apabila ternyata kelak di kemudian hari terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya di atas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Bandar Lampung, Desember 2019



Vista Ambar Wulan
NPM 1513052050

RIWAYAT HIDUP



Vista Ambar Wulan lahir di Bandar Lampung pada tanggal 21 Februari 1997, sebagai putri ketiga dari empat saudara, dari pasangan Bapak Astas Usi, S.H dan Ibu Zelpiana, M.Pd.

Penulis menempuh pendidikan formal yang diawali dari :Taman Kanak-Kanak (TK) Harapan Ibu lulus tahun 2003, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Gunung Sakti lulus pada tahun 2009, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 28 Bandar Lampung lulus tahun 2012, kemudian melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas (SMA)Negeri 10 Kota Bengkulu dan lulus tahun 2015.

Tahun 2015, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan melalui jalur Mandiri. Selanjutnya, pada tahun 2018 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Usaha Perikanan Menengah Negeri Kotaagung, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Pekon Way Gelang, Kecamatan Kotaagung Barat, Kabupaten Tanggamus, Lampung.

MOTTO

“Jika Kau Tak Suka Sesuatu, Ubahlah !
Jika Kau Tak Bisa, Maka Ubahlah Cara Pandangmu Tentangnya”
(Maya Angelova)

“Engkau Takkan Mampu Menyenangkan Semua Orang, Karena Itu,
Cukup Bagimu Memperbaiki Hubunganmu Dengan Allah,
Dan Jangan Terlalu Peduli Dengan Penilaian Manusia
(Imam Syafi’i)

“The Way Get Started Is Out Quit Talking and Begin Doing”
(Walt Disney)



Dengan Menyebut Nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji dan syukur hanya untuk Allah SWT, atas rahmat dan nikmat yang telah diberikan, serta kekuatan, kesehatan, dan kesabaran untukku dalam mengerjakan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurah kepada junjunganmu Rasulullah Muhammad SAW.

Dengan segala kerendahan hati penulis persembahkan skripsi ini kepada:

*Orangtuaku, Ibu dan Bapak tercinta
atas do'a, semangat, keringat cinta dan kasih sayang yang
senantiasa tulus mengiringi dalam setiap langkahku.*

*Ayuk, Kakak, dan Adikku tercinta yang selalu menjadi semangat
untuk lebih giat mencapai keberhasilan ku.*

*Terimakasih atas dukungan serta do'a yang senantiasa tulus
mengiringi langkah ku.*

Almamaterku tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan, FKIP Universitas Lampung. Skripsi ini berjudul “Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi S1 Bimbingan Dan Konseling Universitas Lampung, sekaligus selaku Pembahas yang telah memberikan banyak masukan dan saran-saran yang membangun dalam selesainya skripsi ini.

4. Ibu Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku dosen pembimbing I yang telah bersedia memberikan bimbingan, saran, kritikan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Yohana Oktariana, M.Pd., selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia memberikan bimbingan, saran, kritik, dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung yang telah memberikan ilmu pengetahuannya kepada penulis selama kuliah.
7. Bapak dan ibu Staf Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung, yang telah memberikan bantuan kepada penulis selama kuliah.
8. Ibu Eliyanti, S.Pd., selaku kepala sekolah SMP Negeri 2 Menggala dan ibu Rosnani, S.Pd., selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 2 Menggala, terimakasih telah berkenaan memberikan izin dan kesediaannya membantu penulis untuk melaksanakan penelitian.
9. Orangtua ku tercinta Ibu Zelpiana, M.Pd., Bapak Astas Usi, S.H (alm), dan Bapak N. Badjera Naryana, S.Kep., yang tiada henti memberikan cinta, kasih sayang, dan pengertian yang begitu berlimpah. Terimakasih atas perjuangannya terutama ibuku yang hebat. Malaikat tanpa sayap yang Allah SWT anugerahkan untukku. Semoga Allah selalu melindungi dan meridhoi setiap langkah orangtuaku dimanapun berada.
10. Ayukku Gita Cahaya Famela, S. Kom., Abang tobing, Kakakku Panca Dwi Rahandi, S.H., Mahkota Nina, Adikku Frity Noer Galih, kakak Kelvin dan

Tuan Puteri kecilku Almeera. Terimakasih atas dukungan dan do'a yang selalu kalian berikan disetiap proses yang aku jalani.

11. Sepupu-sepupu seperjulidan Ses Yusiska Oktaria dan Cueng Citra Yuliantiana. Terimakasih atas dukungan yang selalu diberikan.
12. *Sultan Musiman* ku, Della Bucin, Kiyai Intan, Sernila Halu, Anggi Super Mega, dan Devy Basing. Terimakasih untuk selalu ada. Semoga kita bisa selalu sama sampai tua tiba.
13. Sahabatku Firda Yunita. Terimakasih telah menemaniku selama proses perkuliahan.
14. Sahabatku yang jauh disana Risa Dewi Karlina dan Meti Susanti. Terimakasih atas dukungannya selama ini. Semoga kita selalu kompak walau terpisah jarak.
15. *Wacana Family* Nadya Pratiwi, Ade Putri Widya, Darmila Franika, Dian Fitria, Rocky Irfan, Uji Yoga Prastio, Resty Rahmawanti, Lulu Sekardini dan Nurdiah Septi Anggraini. Terimakasih untuk segala pengalaman yang telah kita lewati bersama.
16. Teman seperjuanganku BK 2015, terimakasih atas dukungan dan bantuan yang diberikan. Terutama BK 2015 Kelas B "*Salonpas Wisuda vs Nikah*" Terimakasih atas semangat yang tiada henti selalu diberikan.
17. Abang Rendra. *Thank you for always supporting me, beside me, and loving me.*
18. Almamaterku tercinta Universitas Lampung
19. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, Terimakasih.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap agar skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin

Bandar Lampung, Desember 2019

Penulis,

Vista Ambar Wulan

1513052050

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang dan Masalah	1
1. Latar Belakang	1
2. Identifikasi Masalah.....	6
3. Batasan Masalah	6
4. Rumusan Masalah.....	7
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
1. Tujuan Penelitian	7
2. Manfaat Penelitian	7
C. Ruang Lingkup Penelitian	8
D. Kerangka Pikir.....	9
E. Hipotesis	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Percaya Diri	12
1. Pengertian Percaya Diri	12
2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Rasa Percaya Diri.	14
3. Karkteristik Individu yang Percaya Diri	16
4. Cara Meningkatkan Rasa Percaya Diri	18
B. Bimbingan Kelompok.....	21
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	21
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	22
3. Asas –Asas Bimbingan Kelompok	23
4. Fungsi Bimbingan Kelompok	24
5. Komponen Bimbingan Kelompok	26

6. Dinamika Kelompok	27
7. Teknik – Teknik Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	28
8. Tahap – Tahap Layanan Bimbingan Kelompok	31
C. Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi	35

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
C. Subjek Penelitian	43
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	43
1. Variabel Penelitian	43
2. Definisi Operasional Variabel	44
E. Teknik Pengumpulan Data	45
F. Pengujian Instrumen Penelitian	47
1. Uji Validitas	47
2. Uji Reliabilitas	48
G. Teknik Analisis Data	48

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	50
1. Kondisi Percaya Diri pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala	50
2. Pelaksanaan Eksperimen	51
3. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	57
4. Uji Hipotesis	83
B. Pembahasan	84

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	91
B. Saran	92

DAFTAR PUSTAKA	93
-----------------------------	----

LAMPIRAN	95
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.2 Pola <i>Non-Equivalent Control Group Desain</i>	41
3.2 Norma Skoring Skala.....	46
3.3 Kriteria Percaya Diri.....	47
4.1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian.....	51
4.2 Deskripsi Kategori Kepercayaan Diri.....	58
4.3 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen	59
4.4 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol	59
4.5 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	60
4.6 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	60
4.7 Hasil <i>Posttest</i> Setiap Perlakuan.....	61
4.8 Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	61
4.9 Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	61
4.10 Hasil Uji Wilcoxon.....	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Kerangka Pikir Penelitian.....	10
4.1 Grafik Percaya Diri Kelompok Eksperimen.....	63
4.2 Grafik Percaya Diri Kelompok Kontrol	63
4.3 Grafik Perubahan Percaya Diri DDA	64
4.4 Grafik Perubahan Percaya Diri DM.....	66
4.5 Grafik Perubahan Percaya Diri MIS.....	68
4.6 Grafik Perubahan Percaya Diri NF.....	70
4.7 Grafik Perubahan Percaya Diri P.....	72
4.8 Grafik Perubahan Percaya Diri RA.....	74
4.9 Grafik Perubahan Percaya Diri RAZ.....	75
4.10 Grafik Perubahan Percaya Diri RS.....	77
4.11 Grafik Perubahan Percaya Diri RWD.....	79
4.12 Grafik Perubahan Percaya WBS.....	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Modul Bimbingan Kelompok	95
2. Skala Kepercayaan Diri.....	134
3. Hasil Uji Validitas.....	137
4. Hasil Uji Reliabilitas	140
5. Skor Percaya Diri Siswa Setiap Perlakuan	141
6. Hasil Uji Wilcoxon.....	144
7. Tabel Uji Distribusi Z.....	145
8. Surat Izin Penelitian.....	146
9. Surat Balasan Penelitian.....	147
10. Dokumentasi Penelitian.....	148

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Peserta didik usia Sekolah Menengah Pertama berada pada masa remaja, yaitu masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa remaja ini terdapat tugas perkembangan yang harus dicapai, salah satunya adalah menerima dirinya sendiri dan memiliki percaya terhadap kemampuannya sendiri. Seorang remaja harus mampu menerima dan menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan dalam dirinya dan perlu memiliki percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya agar mampu mencapai perkembangan yang optimal

Dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya menuju kedewasaan, tidak semuanya dapat dicapai dengan mudah. Kegagalan dalam mengatasi ketidakpuasan dapat mengakibatkan turunnya harga diri, dan akibat lebih lanjut dapat menjadikan remaja bersikap keras, agresif atau sebaliknya akan bersikap tidak percaya diri, pendiam, atau harga diri kurang (istilah remaja sekarang kurang PD). Salah satu masalah yang sering dihadapi oleh

remaja/siswa di sekolah dan perlu menjadi perhatian guru pembimbing adalah perasaan rendah diri atau *inferioritas*. *Inferioritas* atau rasa tidak percaya diri ini menimbulkan gejala-gejala atau sikap dan perilaku berikut: (1) peka (merasa tidak senang) terhadap kritikan orang lain, (2) sangat senang terhadap pujian atau penghargaan, (3) senang mengkritik atau mencela orang lain, (4) kurang senang berkompetisi, dan (5) cenderung senang menyendiri, pemalu, dan penakut. Sedangkan menurut Slavin (2010) di sekolah anak yang tidak percaya diri tampak dari sikap mereka yang pasif, tidak berani tampil di depan umum, tidak yakin dengan hasil pekerjaannya sendiri dan enggan melakukan sesuatu yang baru.

Siswa SMP adalah anak yang sedang menginjak masa remaja. Karakteristik ini membuat mereka tak lepas dari karakteristik remaja yang memang berada dalam masa-masa sulit, dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan berbagai macam perubahan yang ada dalam diri mereka. Amin (2010) menyatakan bahwa anak-anak pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (remaja) adalah anak-anak yang sedang mengalami pubertas, dimana pada masa itu dimulai timbulnya masa *sturnin and drag* (guncangan batin). Mereka sangat memerlukan tempat perlindungan jiwa yang mampu memberikan pengarah positif untuk perkembangan hidup selanjutnya. Oleh karena itu untuk mengarahkan mereka agar tidak terjerumus dalam krisis batin seperti ketidakpercayaan diri harus dilakukan upaya untuk membangun kekuatan psikologisnya agar mereka tumbuh dan berkembang dengan percaya diri untuk menyongsong masa depan.

Kehidupan di sekolah kadang memberi beban tersendiri bagi siswa. Sebagai remaja, siswa SMP selain sibuk berjuang untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan dalam dirinya mereka juga harus berjuang untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang harus diembannya. Menurut Olivia dan Ariani (2009), anak-anak perlu dibekali dan disiapkan agar memahami dan mampu mengembangkan karakter percaya diri yang diperlukan dalam menghadapi aneka tantangan hidup sehari-hari serta untuk menyiapkan “senjata” untuk mengatasi beban sekolah yang makin tinggi.

Sedangkan Marsudi (2003) menyatakan bahwa sebagaimana individu pada umumnya, remaja juga memiliki kebutuhan yang menuntut untuk dipenuhi. Adakalanya banyak siswa menghadapi kendala dalam pencapaian prestasi belajar, karena siswa sedang bermasalah, sehingga perlu perhatian dan penanganan khusus, agar mereka bisa berprestasi dalam belajarnya dengan baik. Oleh sebab itu tampaklah adanya hubungan yang sangat erat antara kebutuhan peserta didik untuk melakukan bimbingan dengan kegiatan belajar peserta didik. Dengan bimbingan diharapkan peserta didik memiliki rasa percaya diri.

Bimbingan memberikan layanan bantuan pada individu dalam memecahkan masalah kesulitan belajarnya sebagai peserta didik untuk mencapai keberhasilan dalam belajar. Di sekolah bimbingan dapat dilakukan oleh guru. Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, menilai, dan melatih siswa pada pendidikan anak usia dini, jalur pendidikan formal, dasar dan menengah. Maka guru tidak

hanya bertugas mengajarkan materi namun juga dituntut untuk dapat memberikan bimbingan kepada peserta didiknya di kelas.

Namun dalam prakteknya banyaknya beban materi yang diberikan kepada guru dengan keterbatasan waktu yang disediakan menyebabkan guru terlalu fokus mengajarkan materi pelajarannya. Jarang sekali guru dapat meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan kepada peserta didik. Sehingga menyebabkan peserta didik merasa kegiatan pembelajaran yang terlalu kaku. Peserta didik kurang mendapatkan informasi yang dapat meningkatkan percaya diri mereka. Peserta didik tidak mendapatkan ruang untuk mengungkapkan masalah-masalah yang mereka miliki.

Ada beberapa jenis layanan bimbingan yang digunakan guru BK. Salah satu layanan bimbingan adalah layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan baru dari guru pembimbing (konselor) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari, dan atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Oleh sebab itu sebagai pendidik, guru harus dapat mengarahkan peserta didik untuk dapat mencari jalan pemecahan masalah yang lebih tepat. Salah satunya adalah dengan melakukan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dapat dilakukan peserta didik untuk mendapatkan informasi yang bermanfaat bagi diri mereka, sebagai wadah untuk bersama-sama mengungkapkan kegelisahan

dan ketidaknyamanan yang mereka rasakan sehingga menyebabkan mereka kurang percaya diri. Sebagai bagian dari kontrol diri daripada memilih untuk melakukan hal yang mereka senangi namun tidak tepat.

Layanan bimbingan kelompok juga dapat menumbuhkan rasa kepedulian dan simpati peserta didik, karena mereka merasa memiliki masalah yang sama. Sehingga mereka tidak akan merasa sendiri melainkan hal ini akan menimbulkan perasaan nyaman dalam belajar. Kenyamanan dalam belajar ini dapat memberikan pengaruh yang baik dalam aktivitas belajar terutama dalam meningkatkan percaya diri peserta didik. Dengan percaya diri diharapkan tujuan kegiatan belajar akan dapat diperoleh.

Menurut Romlah (2001), dalam layanan bimbingan kelompok terdapat beberapa macam teknik yang biasa digunakan untuk membantu keberhasilan layanan bimbingan kelompok, antara lain diskusi, *home room*, permainan simulasi (*simulation games*), permainan peranan (*role playing*), dan sosiodrama (*sociodrama*). Diantara teknik-teknik yang ada, peneliti tertarik untuk menggunakan teknik permainan simulasi. Dengan demikian, permainan simulasi pada prinsipnya merupakan metode yang memadukan karakteristik permainan (pemain, aturan, kerjasama, kompetisi) dengan karakteristik simulasi (representasi nyata). Dalam teknik bimbingan kelompok dimaksudkan sebagai cara untuk menjelaskan sesuatu (bahan bimbingan) melalui perbuatan yang bersifat pura-pura atau melalui proses tingkah laku imitasi, atau bermain.

Berdasarkan pra-penelitian yang dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala terdapat siswa yang kurang mandiri dalam mengerjakan tugas, menghindari untuk mengungkapkan pendapatnya saat proses diskusi, kurang yakin dengan hasil pekerjaannya, serta malu untuk berinteraksi di lingkungan sekolah. Untuk itu dari uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020”.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

- a. Terdapat siswa yang kurang mandiri dalam mengerjakan tugas;
- b. Terdapat siswa yang menghindari untuk mengungkapkan pendapat saat proses diskusi;
- c. Terdapat siswa yang kurang yakin dengan hasil pekerjaannya;
- d. Terdapat siswa yang malu untuk berinteraksi di lingkungan sekolah.

3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka agar dalam penelitian ini tidak terjadi hal yang tidak diinginkan penulis membatasi masalah pada “Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020”.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut, maka masalah dalam penelitian ini adalah siswa kurang percaya diri siswa dilingkungan sekolah. Dari uraian masalah tersebut, maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah “Apakah layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi mampu meningkatkan percaya diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan percaya diri siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020.

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini berguna untuk mengembangkan konsep-konsep Ilmu Pendidikan, khususnya ilmu Bimbingan dan Konseling yang berkaitan dengan pendidikan generasi muda dalam pemberian layanan dalam bidang bimbingan kelompok bagi remaja. Bagi keilmuan bimbingan dan konseling, penelitian ini dapat menambah khasanah keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya terkait dengan pemberian layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Siswa

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan masukan bagi siswa mengenai pentingnya mempunyai percaya diri dalam belajar dan di lingkungan sekolah.

2) Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan inspirasi bagi guru daan calon guru bimbingan dan konseling.

3) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan sebagai masukan dalam upaya peningkatan percaya diri siswa di sekolah.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan referensi terhadap penelitian yang relevan.

C. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Ilmu Penelitian

Ruang lingkup ilmu penelitian dari penelitian ini adalah konsep keilmuan Bimbingan dan Konseling.

2. Ruang Lingkup Subjek

Ruang lingkup subjek dari penelitian ini adalah siswa yang memiliki percaya diri rendah pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Menggala.

3. Ruang Lingkup Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020, dengan waktu pelaksanaannya pada semester genap .

D. Kerangka Pikir

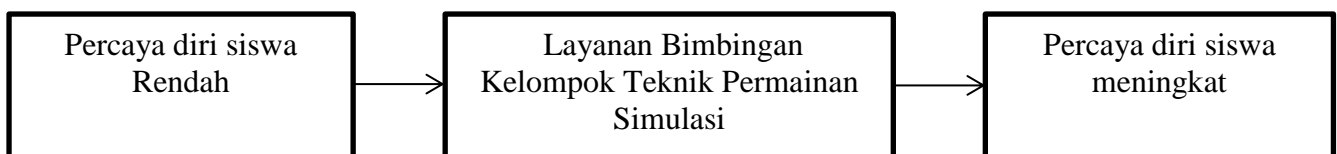
Percaya diri adalah rasa yakin terhadap kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Seseorang dapat memiliki rasa percaya diri yang baik apabila orang tersebut dapat menyampaikan pendapat kepada orang lain dan dapat menunjukkan suatu sikap yakin kepada orang lain. Percaya diri sangat bermanfaat dalam setiap keadaan. Percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku.

Orang yang kurang percaya diri tidak yakin dengan kemampuan dirinya dan tidak sanggup untuk mengembangkan kemampuannya. Orang yang kurang percaya diri akan bersikap malu - malu, canggung, tidak berani mengemukakan ide-idenya, serta ragu - ragu dalam membuat keputusan, sulit untuk menerima dirinya secara tulus dan selau membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Mengingat betapa pentingnya rasa percaya dan yakin yang harus dimiliki oleh siswa, terutama bagi siswa di Sekolah Menengah Pertama yang sudah dipersiapkan untuk memasuki dunia sosial yang lebih luas maka perlu diupayakan untuk membangun rasa percaya diri.

Salah satu upaya meningkatkan rasa percaya diri dilakukan melalui bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dipandang tepat diberikan kepada siswa yang kurang percaya diri di lingkungan nya. 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.

Bimbingan kelompok memungkinkan siswa untuk berkomunikasi dan berinteraksi. Penggunaan teknik Permainan simulasi juga secara tidak langsung melatih siswa untuk berbicara, menanggapi, mendengarkan, bertenggang rasa, bekerjasama dan menghargai sesama anggota kelompok. Jika keadaan demikian di dalam 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. Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka pikir dalam penelitian ini sebagai berikut :



Gambar 1.1 kerangka pikir penelitian

E. Hipotesis

Hipotesis diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah Layanan Bimbingan

Kelompok Teknik Permainan simulasi dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020.

Ho : $\mu_1 = \mu_2$

Ha : $\mu_1 \neq \mu_2$

Keterangan :

μ_1 : Percaya diri peserta didik sebelum memberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi

μ_2 : Percaya diri peserta didik sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya nilai t (t_{hitung}), dibandingkan dengan nilai- t dari tabel distribusi t (t_{tabel}). Cara penentuan nilai t_{tabel} didasarkan pada taraf signifikan tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = n-1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk uji yaitu :

Tolak H_0 , jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan Terima H_0 , $t_{hitung} < t_{tabel}$

Berdasarkan pengujian hipotesis yang telah diteliti, maka hipotesis statistik yang diajukan adalah :

Ho : Layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi tidak dapat digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII SMPN 2 Menggalan Tahun Ajaran 2019/2020.

Ha : Layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII SM Menggalan Tahun Ajaran 2019/2020.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian ini berjudul “Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020” maka peneliti menggunakan teori-teori yang berhubungan dengan percaya diri dan bimbingan kelompok.

A. Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

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

Menurut Lauster (2002) percaya diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.

Seseorang yang percaya diri bukan berarti seseorang itu dapat melakukan segala sesuatunya seorang diri. Sebenarnya rasa percaya diri yang tinggi untuk

menuju kepada beberapa aspek yang positif dari kehidupan orang itu sendiri. Karena ia merasa memiliki potensi kelebihan diri yaitu mampu dan percaya bahwa ia bisa dan mampu melakukan sesuatu serta didukung oleh pengalaman potensi, prestasi, dan harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Menurut Maslow (Iswidharmanjaya, 2013) percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri/eksplorasi segala kemampuan dalam diri.

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

Berdasarkan beberapa pendapat di atas penulis menyimpulkan bahwa percaya diri adalah suatu sikap positif dan suatu keyakinan yang ada pada diri seorang individu yang mendorong individu tersebut untuk dapat melakukan sesuatu dan ia merasa memiliki suatu potensi serta keyakinan bahwa bisa walaupun mungkin menurut orang lain tidak bisa. Seorang siswa yang memiliki percaya diri yang tinggi memiliki dampak positif seperti dapat menunjang prestasi di sekolah, dapat dengan mudah bersosialisasi dengan teman, guru, dan lingkungan sekitarnya karena ia tidak merasa malu dan takut, memiliki pikiran yang positif terhadap dirinya sendiri dan terhadap kemampuan yang ia miliki. Mengingat perkembangan rasa percaya diri merupakan masalah yang

kompleks karena berkaitan dengan kehidupan masa lalu siswa maka peneliti mengajak untuk memahami masalah gejala tidak percaya diri dalam belajar yang dialami oleh siswa pada masa remaja.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat penulis simpulkan bahwa adanya rasa percaya diri yang dilaksanakan dalam setiap kegiatan siswa, kegiatan tersebut akan berjalan dengan lancar serta tercapai suatu kesuksesan yang akhirnya tercapailah apa yang dicita-citakan.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Percaya Diri

Para ahli berkeyakinan bahwa percaya diri diperoleh melalui proses yang berlangsung sejak dini. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri yang paling mendasar adalah :

1. Pola asuh dan interaksi di usia dini

Sikap orangtua diterima anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. Orangtua yang menunjukkan kasih sayang, cinta dan penerimaan serta kelekatan emosional akan membangkitkan rasa percaya diri pada anak tersebut. Anak akan merasa dihargai dan dikasihi. Meskipun anak melakukan kesalahan, dari sikap orangtua anak melihat bahwa dirinya dihargai bukan tergantung pada prestasi atau perbuatan baiknya, namun karena eksistensinya. Anak akan tumbuh menjadi individu yang mampu menilai positif dirinya dan memiliki harapan yang realistis. Orangtua dan masyarakat sering kali meletakkan standar harapan yang kurang realistic terhadap anak. Sikap suka membandingkan anak, menggunjing kelemahan anak, tanpa sadar

menjatuhkan harga diri anak tersebut. Situasi ini pada akhirnya mendorong anak menjadi individu yang tidak bisa menerima kenyataan dirinya, karena merasa malu. Rasa percaya diri begitu lemah dan ketakutannya semakin besar.

2. Pola pikir yang negatif

Reaksi individu terhadap seseorang ataupun sebuah peristiwa dipengaruhi oleh cara berpikinya. Individu yang kurang percaya diri cenderung mempersepsi segala sesuatu dari sisi negatif. Ia tidak menyadari bahwa dari dalam dirinyalah semua negativisme itu berasal.

Adapun pendapat lain mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan rasa percaya diri, yaitu :

1. Aspek psikologis yang meliputi pengendalian diri, suasana hati yang dihayati, citra fisik, citra sosial (penilaian dan penerimaan lingkungan), self image (pandangan terhadap diri sendiri);
2. Aspek teknis yang meliputi keterampilan mengarahkan pikiran, keterampilan melakukan sesuatu sesuai dengan cara yang benar, dan keterampilan berpikir kreatif. (Prayitno, 2009).

Faktor-faktor pembentuk percaya diri terdiri atas aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis. Aspek psikologis erat dengan suara hati. Suara hati ini sebagai penilai kekuatan, kesanggupan, keberanian, keberartian atas segenap kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menentukan sikap maupun perbuatan orang tersebut. Suara hati merupakan parameter yang memberi dorongan dari dalam diri seseorang untuk memproses pembentukan percaya diri. Jika proses penilaian kemampuan diri menghasilkan nilai yang tinggi, maka dorongan dan pengendalian

pembentukan percaya diri menjadi kuat. Sebaliknya jika penilaian kemampuan diri negatif, maka percaya diri yang terbentuk menjadi lemah. Orang yang kurang percaya diri akan mengalami kesulitan untuk memulai berbuat sesuatu karena disebabkan tidak tahu untuk melakukan serangkaian proses kegiatan yang dilakukan. Orang tersebut belum mampu menyusun tahapan untuk melakukan suatu kegiatan hingga kegiatan dapat diwujudkan dan terselesaikan. Di sinilah pentingnya aspek keterampilan teknis, yaitu kemampuan menyusun kerangka berpikir dan keterampilan berbuat secara fokus, terarah dan terukur langkah demi langkah untuk melakukan proses kegiatan atau perbuatan.

3. Karakteristik Individu yang Percaya Diri

Menurut Lauster (2002) menguraikan ada lima karakteristik individu yang percaya diri yaitu :

- a. Optimis, adalah sifat senantiasa memiliki harapan dan berpandangan baik dalam menghadapi segala hal.
- b. Mandiri dalam mengerjakan tugas, ialah keadaan dapat berdiri sendirian tidak bergantung pada orang lain dalam mengerjakan kewajibannya sebagai siswa.
- c. Memiliki ambisi untuk maju, yaitu memiliki dorongan dan berusaha ingin mencapai sesuatu dengan tetap memiliki pertimbangan - pertimbangan yang bijaksana dan sesuai dengan akal sehat.

- d. Tidak berlebihan adalah perasaan pasti tentang kemampuan yang dimiliki, sehingga dalam menanggapi sesuatu tidak dengan cara yang berlebihan.
- e. Toleransi adalah pengertian yang dimiliki mengenai kekurangan yang ada dalam diri individu untuk menerima pendapat orang lain dan memberi kesempatan kepada orang lain.

Hakim (2002) menjelaskan ciri-ciri siswa yang memiliki rasa percaya diri:

- a. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup.
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
- h. Memiliki keahlian dan keterampilan.
- i. Memiliki kemampuan bersosialisasi dan bersikap positif.

Hakim (2002) menjelaskan ciri-ciri individu yang kurang percaya diri sebagai berikut:

- a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan.
- b. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi fisik, mental, sosial atau ekonomi.
- c. Sulit menetralkan timbulnya ketegangan di dalam situasi.

- d. Gugup dan terkadang bicara gagap.
- e. Memiliki perkembangan yang kurang baik dari masa kecil.
- f. Kurang memiliki kelebihan dalam bidang tertentu.
- g. Sering menyendiri dari kelompok.
- h. Mudah putus asa.
- i. Cenderung bergantung pada orang lain.
- j. Pernah mengalami trauma dan sering bereaksi negatif.

Penjelasan teori diatas dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan antara karakteristik siswa yang memiliki rasa percaya diri dan siswa yang tidak memiliki rasa percaya diri. Perbedaan tersebut sangat nampak terlihat dari perilaku yang ditunjukkan siswa didalam kelas maupun dilingkungan sekolah. Siswa yang memiliki rasa percaya diri tentunya mempunyai kemampuan yang baik, tenang, dan kreatif dan siswa yang kurang percaya diri cenderung mudah putus asa, cemas, dan sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam situasi tertentu.

4. Cara Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional, siswa harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya dialah yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Hakim (2002) menjelaskan ada beberapa cara untuk membangun rasa percaya diri di sekolah :

a. Memupuk keberanian untuk bertanya

Guru perlu memberikan suatu pengertian dan keyakinan kepada siswa bahwa salah satu cara yang efektif untuk mengembangkan rasa percaya adalah dengan selalu mencoba memberanikan diri untuk bertanya.

b. Peran guru yang aktif bertanya kepada siswa

Salah satu jalan yang cukup efektif untuk membangun rasa percaya diri siswa adalah dengan melalui guru yang aktif mengajukan pertanyaan secara lisan kepada siswa.

c. Melatih berdiskusi dan berdebat

Pelajaran sekolah yang diterapkan dengan metode diskusi dan perdebatan merupakan satu cara yang sangat efektif untuk membangun rasa percaya diri siswa. Jika situasi dan kondisi ini sering diciptakan maka siswa akan bisa membangun rasa percaya diri dalam tempo relative lebih cepat.

d. Mengerjakan soal di depan kelas

Setiap kali siswa mengerjakan soal di depan kelas, mereka harus memberanikan diri untuk tampil di depan orang dalam jumlah cukup besar. Di samping itu, mereka juga akan merasa tertantang untuk bisa mengerjakan soal dengan benar.

e. Bersaing dalam mencapai prestasi belajar

Setiap siswa yang mau melibatkan dirinya di dalam suatu persaingan yang sehat dan mau memenangkan persaingan secara sehat pula, haruslah berusaha keras untuk membangkitkan keberanian, semangat juang, dan rasa percaya diri yang maksimal.

f. Aktif dalam kegiatan olahraga

Jelaslah bahwa kegiatan olahraga bisa dijadikan salah satu cara untuk membangkitkan rasa percaya diri yang kuat. Lebih dari itu, pertandingan olahraga bisa mengembangkan aspek-aspek kepribadian yang tidak kalah pentingnya dengan rasa percaya diri, yaitu kejujuran, sportivitas, berjiwa besar untuk menerima kekalahan, atau sikap rendah hati ketika menjadi juara.

g. Belajar berpidato

Ketika berpidato di depan banyak orang, mau tidak mau ia harus membuat persiapan yang matang. Selain persiapan dari segi materi dan penampilan fisik, ia juga harus mempersiapkan diri secara mental, seperti mempersiapkan keberanian, semangat, dan kemauan yang keras untuk bisa menetralisasi ketegangan, dan yang terpenting rasa percaya diri.

h. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler

Siswa yang memilih bidang keterampilan yang sesuai dengan bakat dan minatnya melalui kegiatan ekstrakurikuler, rasa percaya diri bisa diperoleh melalui pergaulan atau sosialisasi yang lebih luas dan memperoleh kesempatan untuk berprestasi di bidang lain.

i. Penerapan disiplin yang konsisten

Di dalam proses penerapan disiplin yang konsisten di sekolahnya, siswa mendapat pembinaan mental dan fisik yang bermanfaat untuk menghadapi kehidupan di masa kini dan yang akan datang. Salah satu dari manfaat tersebut adalah meningkatnya rasa percaya diri.

j. Memperluas pergaulan yang sehat

Jika siswa memperluas pergaulannya berarti siswa telah menambah jumlah orang yang menjadi temannya dengan berbagai macam watak. Hal itu berarti pula siswa telah memperluas lingkungan pergaulannya dengan berbagai macam pola interaksi sosialnya.

Masih ada beberapa cara lain yang lebih efektif untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Melakukan beberapa hal seperti yang disarankan di atas, akan terbebas dari krisis percaya diri. Namun demikian, satu hal perlu diingat baik-baik adalah jangan mengalami *over confidence* atau rasa percaya diri yang berlebihan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat penulis simpulkan bahwa rasa percaya diri yang berlebihan pada umumnya tidak bersumber dari potensi diri yang ada, namun lebih didasari oleh tekanan-tekanan yang mungkin datang dari orangtua dan masyarakat (sosial), hingga tanpa sadar melandasi motivasi siswa untuk “harus” mendapat nilai yang bagus. Selain itu, persepsi yang keliru pun dapat menimbulkan asumsi yang keliru tentang diri sendiri hingga rasa percaya diri yang begitu besar tidak dilandasi oleh kemampuan yang nyata. Hal ini pun bisa didapat dari lingkungan tempat individu di besarkan, dari teman-teman (*peer group*) atau dari dirinya sendiri.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004) Menjelaskan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu

mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Prayitno (2004) juga menambahkan pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta yang efektif terdiri atas 8-10 orang, sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok dengan jumlah anggota yang efektif terdiri dari 8-10 orang dengan bertukar informasi serta membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat, dan juga membantu siswa untuk mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya, sehingga kegiatan bimbingan didalamnya menjadi berdaya guna dan berhasil guna.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Dalam melakukan segala aktivitasnya setiap manusia pasti memiliki tujuan - tujuan yang ingin dicapai, termasuk juga dengan bimbingan kelompok memiliki tujuan - tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaannya.

a. Tujuan Umum

Prayitno (2004) Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitannya, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi / berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkukung serta tidak efektif.

b. Tujuan Khusus

Hartinah (2009) Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik - topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non-verbal ditingkatkan. Tujuan bimbingan kelompok adalah agar orang yang dilayani mampu mengatur kehidupannya sendiri, memiliki pandangan sendiri dan berani menanggung sendiri efeknya, serta konsekuensi dari segala tindakannya dan untuk menunjang perkembangan intelektual dan sosial anggota kelompok.

3. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004) Dalam Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan, asas-asas tersebut yakni :

- a. Asas Kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal - hal yang tidak layak diketahui orang lain;
- b. Asas Keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu;

- c. Asas Kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok;
- d. Asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma - norma dan kebiasaan yang berlaku;
- e. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bimbingan kelompok terdapat asas - asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan pendapat, menjunjung tinggi kerahasiaan tentang yang dibicarakan dalam kelompok, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

4. Fungsi 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 percaya diri, dapat menerapkan sikap percaya diri dalam kegiatan bimbingan kelompok dan dapat menerapkan sikap percaya diri dalam interaksi sosial dimanapun. Mugiharso (2004) "Layanan bimbingan

kelompok mempunyai 3 fungsi utama yaitu: (1) fungsi pemahaman; (2) pengembangan; (3) pencegahan.

1. 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.

2. 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.

3. 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.

5. Komponen Bimbingan Kelompok

Menurut Wingkel (2004), Bimbingan adalah proses membantu orang perorang dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya, selanjutnya dinyatakan bahwa kelompok berarti kumpulan dua orang atau lebih.

a. Peran Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok merupakan pengatur lalu lintas, agar dalam bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar. Pemimpin kelompok harus mampu membaca suasana dalam kelompoknya, mampu mengarahkan pembicaraan dan mampu memberikan tanggapan kepada kelompoknya dan paling penting mampu menciptakan suasana yang harmonis dan saling terbuka dalam kelompok tersebut.

b. Peran Anggota Kelompok

Dalam suatu bimbingan kelompok tentunya harus ada kesukarelaan para anggotanya dalam mengikuti bimbingan tersebut, terjalinnya kebersamaan, rasa saling melengkapi atau membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya. Rasa saling menghargai harus terus dijaga dalam kelompok dan mampu bersikap terbuka dan mampu menjalankan asas - asas bimbingan kelompok tersebut.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan didalam bimbingan kelompok peran pemimpin dan anggota kelompok sangatlah penting. Pemimpin kelompok harus mampu membaca suasana dalam kelompoknya kegiatan bimbingan kelompok yang di dilakukan, serta anggota kelompok membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya.

6. Dinamika Kelompok

Dalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika kelompok sengaja ditumbuh kembangkan, karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Hubungan yang interpersonal inilah yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan diantara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung dan cenderung untuk membentuk hubungan yang berarti dan bermakna didalam kelompok. Dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok.

Prayitno (2004) “Dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok; artinya merupakan pengerahan secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dalam kelompok itu”. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok. Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok ini dimanfaatkan untuk mencapai tujuan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media dalam upaya membimbing anggota kelompok dalam mencapai tujuan.

Dinamika kelompok yang unik hanya dapat ditemukan dalam suatu kelompok yang benar-benar hidup. Kelompok yang hidup adalah kelompok yang dinamis, bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan. Dalam bimbingan kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok para anggota kelompok mengembangkan diri dan memperoleh keuntungan lainnya.

Arah pengembangan diri yang dimaksud terutama adalah dikembangkan kemampuan-kemampuan sosial secara umum yang selayaknya dikuasai oleh individu yang berkepribadian mantap. Keterampilan berkomunikasi secara efektif, sikap tenggang rasa, memberi dan menerima toleransi, mementingkan musyawarah untuk mencapai mufakat dengan sikap demokratis, dan memiliki rasa tanggung jawab sosial seiring dengan kemandirian yang kuat, merupakan arah pengembang pribadi yang dapat dijangkau melalui diaktifkannya dinamika kelompok itu. Dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut, benar-benar hidup, mengarah kepada tujuan yang ingin dicapai, dan membuahkan manfaat bagi masing-masing anggota kelompok, juga sangat ditentukan oleh peranan anggota kelompok.

Dalam penelitian ini, dinamika kelompok dimanfaatkan untuk meningkatkan percaya diri siswa sebagai anggota kelompok. Melalui dinamika kelompok yang berkembang, masing-masing anggota kelompok akan menyumbang baik langsung maupun tidak langsung dalam percaya diri siswa.

7. Teknik-Teknik Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang terarah, dimana selain terdapat tahapan-tahapan, di dalamnya juga terdapat teknik-teknik yang dapat dilakukan agar kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lebih baik. Penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok memiliki banyak fungsi, selain dapat lebih menfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan kelompok yang ingin dicapai tetapi juga

dapat membuat suasana yang lebih bisa membuat anggota kelompok tidak mudah jenuh.

Beberapa teknik pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menurut Romlah (2006) antara lain: teknik pemberian informasi (*ekspositori techniques*), diskusi kelompok, teknik pemecahan masalah (*problem-solving techniques*), dan teknik penciptaan suasana kekeluargaan (*homeroom*) dan permainan simulasi (*simulation games*).

Peneliti tidak akan menggunakan semua teknik pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Peneliti disini akan berusaha menggunakan teknik pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, yaitu teknik Permainan Simulasi. Alasan peneliti menggunakan teknik tersebut karena dirasa sesuai dan mampu mencapai tujuan penelitian, selain itu teknik tersebut dirasa lebih memiliki efektifitas dan efisiensi pemberian layanan. Untuk mencapai dinamika kelompok yang baik atau konstruktif tentunya dibutuhkan teknik penciptaan suasana yang menyenangkan dan akrab, sehingga anggota kelompok merasa aman dan diharapkan dapat mengungkapkan masalah-masalah yang dihadapinya, sehingga tujuan dari layanan bimbingan kelompok dapat dirasakan keberhasilannya oleh seluruh anggota kelompok.

Permainan simulasi terdiri dari 2 kata, yaitu permainan dan simulasi. Serok dan Blom (dalam Suhardita, 2011) menyebutkan bahwa bermain pada intinya bersifat sosial, melibatkan belajar dan mematuhi peraturan, pemecahan masalah, disiplin diri, kontrol emosional, dan adopsi peran-peran pemimpin dan anggota. Simulasi berasal dari bahasa inggris *simulate* yang artinya pura-

pura atau berbuat seolah-olah. Kata *simulation* artinya tiruan atau perbuatan yang pura-pura. Dengan demikian, permainan simulasi pada prinsipnya merupakan metode yang memadukan karakteristik permainan (pemain, aturan, kerjasama, kompetisi) dengan karakteristik simulasi (representasi nyata). Dalam teknik bimbingan kelompok dimaksudkan sebagai cara untuk menjelaskan sesuatu (bahan bimbingan) melalui perbuatan yang bersifat pura-pura atau melalui proses tingkah laku imitasi, atau bermain peranan mengenai suatu tingkah laku yang dilakukan seolah-olah dalam keadaan yang sebenarnya yang dikemas dengan bentuk permainan menyenangkan.

Berdasarkan uraian di atas, hakekat permainan simulasi terletak pada keterlibatan aktif pemain dan pengamat dalam situasi masalah yang secara nyata dihadapi. Permainan simulasi dalam bimbingan, memiliki ciri-ciri khusus yaitu, (1) permainan simulasi merupakan kegiatan yang menyenangkan. (2) permainan simulasi merupakan kondisi tiruan dari kondisi nyata, (3) permainan simulasi bersifat spontan dan sukarela. (4) permainan simulasi melibatkan peran aktif semua peserta (5) permainan simulasi terdapat diskusi dan refleksi dari hasil permainan yang dapat diterapkan di kondisi nyata.

Permainan Simulasi merupakan permainan yang dapat membawa peserta didik ke dalam pengalaman yang menyenangkan di kelas, sehingga menciptakan interaksi dan komunikasi yang bermanfaat dalam menciptakan hubungan sosial yang baik. Peserta didik yang pendiam dan pemalu dilatih untuk memiliki keberanian dan rasa percaya diri melalui permainan simulasi yang

dimainkan. Peserta didik yang semula kurang berani mengemukakan pendapat dapat belajar berpendapat dan memberi masukan kepada temannya. Percaya diri dapat tumbuh melalui permainan simulasi yang melibatkan keaktifan semua peserta permainan.

8. Tahap-tahap Layanan Bimbingan Kelompok

a. Tahap pertama: Pembentukan

Tahap pembentukan yaitu tahapan untuk membentuk suatu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.

TAHAP I: PEMBENTUKAN

<p>TAHAP I PEMBENTUKAN</p>

Tema:

- Pengenalan
- Pelibatan diri
- Pemasukan diri

Tujuan:	Kegiatan:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok dalam rangka bimbingan kelompok. 2. Tumbuhnya suasana kelompok. 3. Tumbuhnya minat anggota dalam mengikuti kegiatan kelompok. 4. Tumbuhnya saling mengena, percaya menerima, dan membantu diantara para anggota. 5. Tumbuhnya suasana bebas dan terbuka. 6. Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan perasaan dalam kelompok 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling. 2. Menjelaskan (a) cara-cara dan (b) asas-asas kegiatan kelompok. 3. Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri. 4. Teknik khusus. 5. Permainan penghangatan atau pengakraban.

- b. Tahap peralihan yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.

TAHAP II: PERALIHAN

TAHAP II PERALIHAN

Pembangunan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK:

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

<p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Terbentuknya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, atau malu/ saling tidak percaya untuk memasuki tahap selanjutnya. 2. Makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan. 3. Makin mantapnya minat untuk serta dalam kegiatan kelompok. 	<p>Kegiatan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya. 2. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya (Tahap III). 3. Membahas suasana yang terjadi. 4. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota. 5. Jika perlu, kembali ke berapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan).
---	--

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK

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

c. Tahap ketiga: kegiatan

Tahap kegiatan yaitu tahap ini untuk membahas topik-topik tertentu.

TAHAP III: KEGIATAN

BAGAN I

<p>TAHAP III Kegiatan Kelompok Tugas</p>
--

<p>Tema: Kegiatan Pencapaian Tujuan (Penyelesaian Tugas)</p>
--

Tujuan:	Kegiatan:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Terbahasnya suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas. 2. Ikut sertanya seluruh anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang menyangkut unsur-unsur tingkah laku, pemikiran, perasaan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok mengemukakan masalah atau topik. 2. Tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah/topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. 3. Anggota membahas masing-masing topik secara mendalam dan tuntas. 4. Kegiatan selingan.

PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK:

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan terbuka. 2. Aktif, tetapi tidak banyak bicara. |
|--|

- d. Tahap keempat: pengakhiran
Tahap pengakhiran yaitu tahap akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

TAHAP IV: PENGAKHIRAN

<p>TAHAP IV PENGAKHIRAN</p>

<p>Tema: Penilaian dan Tindak Lanjut</p>
--

Tujuan:	Kegiatan:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan. 2. Terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas. 3. Tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan telah diakhiri. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. 2. Pemimpin kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan. 3. Membahas kegiatan lanjutan. 4. Mengemukakan kesan dan harapan.

<p>PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK:</p>

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Tetap mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka. 2. Memberikan pernyataan dan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota. 3. Memberikan semangat untuk kegiatan selanjutnya. 4. Penuh rasa persahabatan dan empati. |
|---|

C. Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi

Percaya diri (*self confidence*) adalah sikap yang menunjukkan sikap yakin akan suatu hasil. Seseorang dapat memiliki percaya diri yang baik apabila orang tersebut dapat menyampaikan pendapat kepada orang lain dan dapat menunjukkan suatu sikap yakin kepada orang lain. Percaya diri dikembangkan dengan memikirkan secara mendalam sewaktu menghadapi sesuatu, bertanya pada diri sendiri apakah yang harus dilakukan dan bagaimana cara melakukannya. Percaya diri sangat bermanfaat dalam setiap keadaan. Percaya diri menyatakan seseorang bertanggung jawab atas perbuatannya.

Orang yang percaya diri biasanya mudah bergaul dengan orang lain. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin mampu, dan percaya bahwa ia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi, aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap dirinya sendiri. Menurut Maslow (2005) Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dan aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan percaya diri seseorang akan mampu mengenal dan memahami.

Berdasarkan pendapat diatas dikatakan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan menyadari kemampuan yang ada pada dirinya, menyadari bahwa dirinya memiliki bakat, keterampilan dan keahlian sehingga orang tersebut akan bertindak sesuai dengan

kapasitas yang dimilikinya. Orang yang percaya diri biasanya lebih mudah beradaptasi dilingkungannya yang baru. Orang yang percaya diri memiliki pegangan yang kuat, mampu mengembangkan motivasi, sanggup belajar dan bekerja keras untuk kemajuan, penuh keyakinan terhadap peran yang dijalannya serta ia akan bertindak mengambil kesempatan yang dihadapinya. Lain halnya dengan orang yang kurang percaya diri akan bersikap malu-malu, canggung, tidak berani mengungkapkan ide yang dimiliki, serta melihat dan menunggu kesempatan yang dihadapinya. Setiap orang pasti pernah dihinggap rasa kurang percaya diri. Orang yang kurang percaya diri akan selalu mengeluh, takut dan merasa tidak mampu melakukan sesuatu. Rasa kurang percaya diri muncul secara tiba-tiba ketika orang akan melakukan sesuatu sehingga membuatnya tidak dapat menunjukkan kemampuannya secara optimal. Alhasil, orang tersebut tidak dapat mencapai hasil sebagaimana yang diharapkannya.

Rasa kurang percaya diri sering menghinggap siswa sebagai individu yang berusia remaja di lingkungan sekolah. Siswa yang kurang percaya diri cenderung menarik diri dan kurang mengaktualisasikan kemampuan yang dimiliki. Apabila hal ini terus dibiarkan maka dapat mengganggu perkembangan dirinya. Siswa yang dalam tahap perkembangannya masih remaja cenderung lebih senang berada dalam kelompok, sehingga cara yang tepat untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa di sekolah adalah melalui layanan bimbingan kelompok.

Siswa akan dikumpulkan kedalam satu kelompok yang nantinya akan membahas dan membuat keputusan atas masalah bersama yaitu meningkatkan percaya diri. Kegiatan dalam bimbingan kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok

yang di dalamnya terdapat komunikasi dan interaksi. Anggota kelompok dilatih untuk mengemukakan pendapat, memberikan ide atau saran, menanggapi dan menciptakan dinamika kelompok dengan memanfaatkan proses kelompok untuk mengembangkan diri. Jika kondisi ini sering diciptakan maka siswa dapat berlatih untuk meningkatkan rasa percaya diri. Winkel (2004) “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”.

Adanya interaksi dan komunikasi dalam bimbingan kelompok, memberikan stimulus dan dukungan kepada anggota kelompok untuk bisa mewujudkan kemampuannya dalam hubungan dengan orang lain. Anggota melatih diri untuk berbicara di depan teman - temannya dan membina hubungan di dalam kelompok. Percaya diri tidak bisa didapatkan begitu saja dalam diri seseorang. Percaya diri dapat terbentuk karena proses belajar. Di dalam kelompok siswa juga belajar mengenal diri sendiri dan orang lain melalui interaksi dengan teman-temannya didalam kelompok. Pengetahuan akan dirinya (baik kekurangan atau kelebihan) akan meningkat apabila siswa banyak berhubungan dan berinteraksi dengan teman - temannya. Siswa menjadi tersadar bahwa dirinya kurang percaya diri dan sikap tersebut akan menghambat dirinya untuk dapat mengaktualisasikan diri.

Bimbingan kelompok dapat melatih siswa untuk berani mengungkapkan pendapat dan perasaannya, melatih untuk tampil di depan orang banyak, melatih untuk menanggapi pendapat orang lain, melatih berinteraksi dengan penuh percaya diri.

Suasana dalam bimbingan kelompok lama-kelamaan akan mempengaruhi sikap dan tingkah laku siswa. Semakin kuat hubungan yang diciptakan dalam kelompok maka semakin besar pula pengaruh kelompok terhadap diri siswa. Pengaruh itu seperti kecenderungan cara berbicara, cara bersikap dan bertingkah laku. Proses peniruan yang dilakukan oleh siswa yang dipelajari melalui proses belajar dalam suasana kelompok lama kelamaan akan menumbuhkan gambaran tentang diri siswa bagaimana harus bersikap dan bertingkah laku penuh percaya diri sehingga mendorong siswa lebih percaya diri.

Interaksi yang dinamis dikembangkan dalam proses kegiatan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai sarana untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Wingkel (2004) bahwa proses kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam kelompok dapat menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing - masing anggota kelompok. Serangkaian kegiatan ini akan dijadikan sarana individu untuk belajar perilaku baru berupa peniruan, ingatan, pemahaman sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi siswa yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri siswa di sekolah.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dirasa sesuai dan mampu mencapai tujuan penelitian, selain itu teknik tersebut dirasa lebih memiliki efektifitas dan efisiensi pemberian layanan. Untuk mencapai dinamika kelompok yang baik atau konstruktif tentunya dibutuhkan teknik penciptaan suasana yang menyenangkan dan akrab, sehingga anggota kelompok merasa aman dan diharapkan dapat mengungkapkan masalah-

masalah yang dihadapinya, sehingga tujuan dari layanan bimbingan kelompok dapat dirasakan keberhasilannya oleh seluruh anggota kelompok dan memungkinkan kepada individu untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain serta lingkungannya sehingga percaya diri siswa di sekolah meningkat.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2013) “Pendekatan ini digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen. Arikunto (2006) “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”.

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.

Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-Equivalent Control Group Design* yaitu terdapat dua kelompok yang sama-sama dilakukan *pretest* dan *posttest*. Namun hanya kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan (*treatment*). Langkah pertama dilakukan pengukuran (*pretest*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan sebanyak 4 kali dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi, namun pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan sepenuhnya seperti pada kelompok eksperimen, selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) guna efektif atau tidaknya perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti. Dengan desain penelitian sebagai berikut.

KE	O ₁	X	O ₂
KK	O ₁	-	O ₂

Tabel 3.1 Pola *Non-Equivalent Control Group Design*

Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

O₁ : Pemberian *pretest* tentang percaya diri pada kelompok eksperimen dan kelompok control sebelum di beri perlakuan (*treatment*) bimbingan kelompok teknik permainan simulasi

X : Pemberian perlakuan (*treatment*) yang diberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi

O₂ : Pemberian *posttest* tentang percaya diri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah di beri perlakuan (*treatment*) bimbingan kelompok teknik permainan simulasi

Pada penelitian ini menggunakan tahap-tahap rancangan eksperimen untuk mengetahui peningkatan percaya diri dalam belajar siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Beberapa hal yang dilakukan dalam pelaksanaan eksperimen ini adalah sebagai berikut :

1. Memberikan *Pretest* (O1)

Pre-test ini menggunakan format skala psikologi untuk mengetahui tingkat percaya diri dalam belajar siswa dan hasilnya akan menjadi data perbandingan pada *posttest*.

2. Perlakuan (X)

Perlakuan dilakukan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok yang akan diberikan selama 4 kali pertemuan dengan durasi selama 55 menit. Pada setiap akhir pertemuan peneliti akan memberikan penilaian segera (*laisseg*) untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi layanan bimbingan kelompok yang diberikan.

3. Memberikan *Posttest* (O2)

Posttest adalah pengukuran yang bertujuan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dan untuk mengetahui adanya peningkatan percaya diri siswa. *Posttest* ini tidak diberikan pada setiap akhir pertemuan tetapi setelah 4 kali pertemuan.

B. Tempat Dan Waktu Penelitian

1.Tempat Penelitian

Tempat yang akan menjadi lokasi penelitian ini adalah di SMP Negeri 2 Menggala, yang beralamat di Jalan Akasia Gunung Sakti, Kec. Menggala Kab. Tulang Bawang

2. Waktu Penelitian

Waktu dalam penelitian ini adalah pada semester genap tahun ajaran 2019/2020.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu subjek dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Subjek disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Kriteria yang dimaksud adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala dengan tingkat percaya diri pada kriteria rendah, sedang dan tinggi. Peneliti menyebarkan skala percaya diri di sekolah kepada seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala yang berjumlah 135 siswa.

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh dari skala percaya diri, maka di dapatkanlah subjek yang akan diteliti berjumlah 20 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Siswa yang dijadikan subjek penelitian bersifat heterogen yaitu siswa yang memiliki percaya diri dalam belajar yang rendah, sedang dan tinggi. Dengan format pembagian 20% siswa yang memiliki percaya diri rendah, 60% siswa yang memiliki percaya diri sedang, dan 20% siswa yang memiliki percaya diri tinggi

D. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional

1. Variabel Penelitian

Sugiyono (2015) mengatakan variabel Penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan untuk dipelajari

sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Variabel bebas (*independent*)

Disebut juga variabel stimulus, prediktor, *antecedent*. Dalam Bahasa Indonesia disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependent*/terikat (Sugiyono, 2015). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi (X).

b. Variabel terikat (*dependent*)

Sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen. Dalam Bahasa Indonesia disebut sebagai variabel terikat. Sugiyono (2016) “Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas” . Variabel terikat dalam penelitian ini adalah percaya diri (Y).

2. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Percaya diri dalam penelitian ini adalah keyakinan terhadap kemampuan diri, mandiri dalam bertindak, bertanggung jawab atas perbuatannya, dan mampu beradaptasi dengan lingkungan yang di tunjukkan dengan : optimis, mandiri, memiliki ambisi untuk maju, tidak berlebihan dan memiliki rasa toleransi.

b. Bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok dengan bertukar informasi serta membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat, dan juga membantu siswa untuk mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Adapun tahapan - tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu : tahap pembentukaan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan adalah teknik permainan simulasi.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala Percaya Diri

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur percaya diri dalam penelitian ini adalah skala percaya diri yang peneliti modifikasi berdasarkan tesis Liany Rosa Indah Dalimunthe (2017) yang berjudul “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Percaya Diri dengan Kemandirian Belajar Siswa di SMP Negeri 9 Tebing Tinggi” yang disusun berdasarkan karakteristik percaya diri yang dikemukakan Lauster (2002) yaitu:

- a. Optimis, yakni sifat yang senantiasa memiliki harapan dan berpandangan baik dalam menghadapi segala hal.
- b. Mandiri dalam mengerjakan tugas, yakni suatu keadaan dapat berdiri sendiri dan tidak bergantung kepada orang lain dalam mengerjakan kewajibannya sebagai siswa dan sebagai anak.
- c. Memiliki ambisi untuk maju, yaitu memiliki dorongan dan berusaha ingin mencapai sesuatu dengan tetap memiliki

pertimbangan – pertimbangan yang bijaksana dan sesuai akal sehat

- d. Tidak berlebihan, yakni perasaan pasti tentang kemampuan yang dimiliki sehingga dalam menggapai sesuatu tidak dengan cara bijaksana
- e. Toleransi, adalah pengertian yang dimiliki mengenai kekurangan yang ada dalam diri individu untuk menerima pendapat orang lain dan memberi kesempatan pada orang lain.

Melalui skala *likert*, maka variable yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Instrumen penelitian menggunakan skala model *likert*. Karena dalam skala *likert*, responden akan di berikan pernyataan - pernyataan dengan alternatif, yaitu: Sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), Kurang setuju (KS), setuju (S), Sangat setuju (SS), Siswa mengisi dengan memberikan tanda \surd (*check list*) sesuai kondisi yang dialami siswa terhadap pernyataan.

Jawaban	Skor Favourable	Skor Unfavourable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Kurang setuju (KS)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Tabel 3.2 Norma Skoring Skala

Kriteria skala percaya diri 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

Interval	Kriteria
165 – 225	Tinggi
105 – 164	Sedang
45 -104	Rendah

Tabel 3.3 Kriteria Percaya Diri

F. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Skala Percaya Diri Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu 47able47tic47. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah 47able47tic47 yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan. Penelitian ini menggunakan uji validitas korelasi *product moment* dengan mengikutsertakan 60 siswa dalam uji coba (*try out*) dengan jumlah item valid sebanyak 45 item dari 50 item yang diujikan. Menurut Sugiyono (2010) *instrument* yang mempunyai

validitas konstruk yaitu jika *instrument* tersebut dapat digunakan untuk mengukur gejala sesuai yang didefinisikan.

2. Uji Reliabilitas

Sugiyono (2014) “Skala Percaya Diri Reliabilitas adalah derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama, atau satu peneliti dalam waktu yang berbeda menghasilkan data yang sama, atau sekelompok data bila dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda.

Reliabilitas instrument menggunakan rumus alpha (Perhitungan komputerisasi menggunakan SPSS 23.0)) didapat reliabilitas 0,930 dengan jumlah item yang diuji 45 item dan jumlah anak yang diuji sekitar 60 anak.

G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal. Sugiyono (2015) “Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian”. Dengan analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Sugiyono (2015) menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencoba sesuatu lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* karena salah satu data yang diuji berdistribusi tidak normal.

Penelitian ini akan menguji *Pretest* dan *posttest*, dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon*. Pelaksanaan dalam uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*)

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut :

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

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*

T : Total jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N : Jumlah data sampel

Menurut Sugiyono (2011) pengambilan keputusan dapat didasarkan pada hasil uji z, yaitu: Jika $Z_{hitung} > Z_{tabel}$, maka H_a diterima (dengan taraf signifikansi 5%) Jika $Z_{hitung} < Z_{tabel}$, maka H_0 ditolak (dengan taraf signifikansi 5%).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 2 Menggala, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu;

1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa percaya diri siswa dapat meningkat melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Hal ini dengan dibuktikan dari hasil *pretest* dan *postests* yang diperoleh $Z_{output} = -2,803$. Kemudian dibandingkan dengan $z_{hitung} = -2.803 < z_{tabel} = 1,645$ maka, H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara skor percaya diri sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Terdapat perbedaan peningkatan percaya diri antara kelompok kelompok yang diberikan perlakuan dengan kelompok yang kontrol tidak diberikan perlakuan.

2. Kesimpulan Penelitian

Percaya diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Selain menggunakan bimbingan

kelompok. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perubahan perilaku siswa terhadap setiap pertemuan bimbingan kelompok yang dilakukan telah mengarah pada peningkatan percaya diri lebih baik dari sebelumnya.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan dari penelitian ini yang telah dilakukan di SMP Negeri 2 Menggala adalah:

1. Kepada Siswa

Kepada siswa agar lebih dapat meningkatkan percaya diri, dan dapat lebih aktif dalam mengikuti bimbingan kelompok maupun kegiatan bimbingan lain yang diberikan oleh guru bimbingan konseling.

2. Kepada guru bimbingan dan konseling

Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya menjadikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan simulasi sebagai program unggulan untuk meningkatkan percaya diri pada khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

3. Kepada para peneliti

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang meningkatkan percaya diri agar menggunakan uji keterbacaan item terlebih dahulu sebelum melakukan uji validitas konstruk.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, Samsul Munir. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Amzah, Jakarta.
- Asmara, T. 2018. Peningkatan Percaya Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 7: 3-6.
- Ariani L & Olivia F. 2009. *Belajar Membaca yang Menyenangkan untuk Anak Usia Dini*. Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Bandung.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Hartinah, S. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT.Rafika Aditama, Bandung.
- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Seodjarwo. Erlangga, Jakarta.
- Iswidharmanjaya, A & Agung, G. 2005. *Suatu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. PT. Alex Media Komputindo, Jakarta.
- Kumara, A. 1998. *Studi Validitas dan Reliabilitas The Test Of Self-Confidance*. Laporan Penelitian (Tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta.
- Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian* (Alih Bahasa: D.H Gulo). Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Ketigabelas. Bumi Aksara, Jakarta.
- Marsudi, L. 2003. *Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*. UNM Press, Malang.
- Mugiharso, H. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. UPT MKK UNNES, Semarang.

- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Universitas Negeri Padang, Padang
- _____ 2009. *Dasar Teori dan Praktis Pendidikan*. Grasindo, Jakarta.
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Universitas Negeri Malang Press, Malang.
- _____ 2006. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang. Universitas Negeri Malang.
- Dlimunthe, L. 2017. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Percaya Diri dengan Kemandirian Belajar Siswa di SMP Negeri 9 Tebing Tinggi. *Jurnal Psikologi*. 3: 9-12.
- Santrock, J. 2003. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Erlangga, Jakarta.
- Slavin, E Roberts. 2010. *Cooperaive Learning Teori, Riset dan Praktik cetakan VIII*. Nusa Media, Bandung.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- _____ 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta, Bandung.
- _____ 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Alfabeta, Bandung.
- _____ 2015. *Metode Penelitian Menejemen*. Alfabeta, Bandung.
- _____ 2016. *Metode Penelitian Kuanitatif Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Alfabeta, Bandung.
- Suhardita, K. 2011. Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 2: 3-12.
- Winkel, W. S. 2009. *Psikologi Pengajaran*. Gramedia, Jakarta.
- Winkel, W, S, & Sri Hastuti. 2004. *Bimbngan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi, Yogyakarta.