

**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN  
MENGUNAKAN INFORMASI PENGALAMAN BELAJAR  
MELALUI KONSELING SEBAYA PADA SISWA  
KELAS X DI SMAN 8 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN AJARAN 2019/2020**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**RANI ARDIYA NASTITI**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2021**

## ABSTRAK

### MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN MENGUNAKAN INFORMASI PENGALAMAN BELAJAR MELALUI KONSELING SEBAYA PADA SISWA KELAS X DI SMAN 8 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2019/2020

Oleh

Rani Ardiya Nastiti

Masalah penelitian ini adalah kepercayaan diri yang rendah. Penelitian ini bertujuan mengetahui penggunaan konseling sebaya dengan menggunakan informasi pengalaman belajar untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa pada siswa SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020. Metode penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan menggunakan *time series design*. Subyek penelitian dipilih sebanyak 5 siswa yang memiliki kepercayaan diri dalam pembelajaran yang rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling sebaya dengan menggunakan informasi pengalaman belajar dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji *wilcoxon* menggunakan SPSS 23.0 diperoleh  $z_{hitung} = -2,023 \leq z_{tabel} = 1,645$ . Hasil analisis tersebut menunjukkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulan penelitian adalah konseling sebaya dengan menggunakan informasi pengalaman belajar dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020.

**Kata kunci:** informasi pengalaman belajar, konseling sebaya, kepercayaan diri.

## **ABSTRACT**

### **IMPROVING STUDENT'S CONFIDENCE BY USING LEARNING EXPERIENCE INFORMATION THROUGH PEER COUNSELING AT SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG STUDENTS 2019/2020 ACADEMIC YEAR**

**By**

Rani Ardiya Nastiti

*The problem of this research is low self confidence in learning. This study aims to determine the use of peer counseling by using learning experience information to increase confidence of SMA Negeri 8 Bandar Lampung student in the 2019/2020 academic year. This research method is quasi-experimental using the time series design. The research subjects were chosen as many as 5 students who have low self confidence in learning. The data collection technique uses a self-confidence scale. The result showed that peer counseling by using learning experience information can be used to increase students self confidence. This is indicated by the results of the Wilcoxon test using SPSS 23.0 obtained  $z_{count} = -2.023 \leq z_{table} = 1,645$ . The results of the analysis show that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. The conclusion of the study is that peer counseling by using learning experience information can be used to increase the confidence of SMA Negeri 8 Bandar Lampung students for the 2019/2020 acadmic year.*

**Keywords:** *learning experience information, peer counseling, self confidence.*

**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN  
MENGUNAKAN INFORMASI PENGALAMAN BELAJAR  
MELALUI KONSELING SEBAYA PADA SISWA  
KELAS X DI SMAN 8 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN AJARAN 2019/2020**

**Oleh  
Rani Ardiya Nastiti**

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN  
FAKULTAS KEGURUAN & ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG**

Judul Skripsi

: **MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA  
DENGAN MENGGUNAKAN INFORMASI  
PENGALAMAN BELAJAR MELALUI KONSELING  
SEBAYA PADA SISWA KELAS X DI SMAN 8 BANDAR  
LAMPUNG TAHUN AJARAN 2019/2020**

Nama Mahasiswa

: *Rani Ardiya Nastiti*

No. Pokok Mahasiswa

: 1513052076

Program Studi

: S-1 Bimbingan dan Konseling

Jurusan

: Ilmu Pendidikan

Fakultas

: Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

**Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.**  
NIP 19790714200312 2 001

**Yohana Oktariana, M.Pd.**  
NIK 231304871006201

**2. Ketua Jurusan**

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

**MENGESAHKAN**

**1. Tim Penguji**

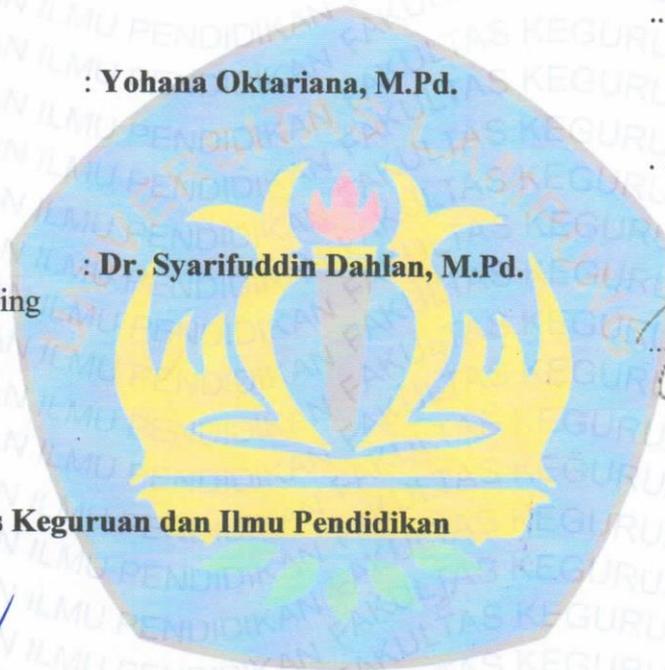
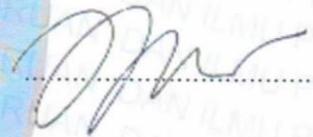
**Ketua : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.**



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



**Penguji  
Bukan Pendamping : Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.**



**2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



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

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 26 April 2021

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rani Ardiya Nastiti  
NPM : 1513052076  
Program Studi : S1 Bimbingan dan  
Konseling Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas  
Lampung

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul "Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa Kelas X Di Sman 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020 " tidak terdapat karya oranglain yang dan asli hasil penelitian saya kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Apabila di kemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 26 April 2021

Yang membuat pernyataan,



**Rani Ardiya Nastiti**  
NPM 1513052076

## RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Pesawaran pada tanggal 15 juni 1997 dari pasangan Bapak Bagiyo Wiryo Sastro dan Ibu Yani Purwati. Penulis beralamat di Bagelen Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran.

Berikut pendidikan formal yang pernah ditempuh

1. TK Pertiwi, Kecamatan Gedong Tataan, Pesawaran (2002-2003),
2. SD Negeri 7 Gedong Tataan, Pesawaran (2007-2009),
3. SMP Negeri 1 Pesawaran, Pesawaran (2009-2012), dan
4. SMA Negeri 1 Gadingrejo, Pringsewu (2012-2015).

Penulis diterima sebagai mahasiswa di S1 Program Studi Bimbingan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur mandiri pada tahun 2015.

## MOTTO

“You’re Always One Decision Away From a Totally Different Life”  
(Unknown)

## **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.*

*Dengan segala kerendahan hati penulis persembahkan skripsi ini kepada:*

*Kedua orangtuaku yang selalu berkorban, membimbing, selalu memberikan semangat, rela menjadi pendengar yang baik dan mendakan setiap waktu untuk menyelesaikan skripsi ini.*

*Kakak- kakakku yang selalu memberikan bantuan dan memotivasikku ketika aku dalam kesulitan, selalu memberikan hiburan, serta doa.*

*Untuk sahabat-sahabat terbaikku, terimakasih untuk semua kebahagiaan dan keceriaan yang telah kalian berikan.*

*Untuk diriku yang telah berhasil menyelesaikan skripsi ini, kamu hebat*

*Almamaterku tercinta*

## SANWACANA

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam karena atas rahmatnya dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa Kelas X Di SMAN 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020 ”. Penyusunan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi tingkat sarjana kependidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Terselesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang telah setulus tulusnya kepada:

1. Bapak Prof Karomani, M.Si., Rektor Universitas Lampung
2. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Riswandi, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S. Psi, M.A, Psi., selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Lampung sekaligus Pembimbing Utama

5. yang telah memberikan bimbingan, saran dan masukan serta mengarahkan dengan kesabaran demi terselesaikannya skripsi ini
6. Ibu Yohana Oktarina, M. Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Dosen Pembantu yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan, masukan, motivasi dan mengarahkan demi terselesaikannya skripsi ini.
7. Bapak Dr. Syarifuddin Dahlan. M.Pd. selaku Dosen Pembahas yang telah banyak memberikan masukan dan perbaikan selama ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA, terimakasih atas segala ilmu pengetahuan yang telah diberikan selama proses perkuliahan, semoga apa yang Bapak dan Ibu berikan akan sangat bermanfaat bagi saya di masa depan.
9. Bapak dan Ibu Staf Adminitrasi FKIP UNILA, terimakasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
10. Motivasi dan semangat terbesarku, kedua orang tuaku tercinta Bapak Bagiyo dan Ibu Yani Purwati terima kasih atas cinta, kasih sayang, dan didikannya yang selalu menjadikan penulis kuat. Terimakasih juga atas jerih payah, doa, dan motivasinya untuk menyelesaikan skripsi ini. Aku sayang kalian..
11. Kakakku tersayang Dhanang Agung dan Scholastika Ery yang selalu memberi hiburan, selalu memotivasiku dan selalu mengajarkanku dengan sabar dan ikhlas.
12. Kepala sekolah Ibu Dra. Hj. Zusmizawati MM, Ibu Gusri Mulyani, S.Pd., selaku koordinator dan guru-guru bimbingan dan konseling yang turut

membantu untuk terlibat dalam pelaksanaan penelitian. Seluruh dewan guru dan staf tata usaha serta siswa-siswi SMA Negeri 8 Bandar Lampung yang telah membantu dalam melaksanakan penelitian ini

13. Keluarga Suka Agung Baratku, keluarga yang penuh keceriaan, teman hidup 45 hari selama KKN dan PPL (Ragil, Zulaikah, Anita, Septa, Rhirik, Azel, Citra, Faqih dan Ilham) Terimakasih sudah memberikan pengalaman serta pelajaran yang amat sangat berharga, terimakasih juga sudah memberikan yang terbaik, menjadi contoh satu sama lain dan saling mendukung untuk cepat menyelesaikan skripsi ini.
14. Partner pergunjinganku yang aku banggakan, Martha Shinta Damai, Alvimo Mute, Berliana Situmorang dan Siska Ranida Sari. Terima kasih untuk selalu membantu dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsiku
15. Jayanti squad teman satu kosan yang aku sayangi, Ishmah Nurhidayati, Indah Sabiela, Erin Apriani dan Firna Lizi yang selalu membantu dalam keadaan apapun dan menyemangati aku untuk menyelesaikan skripsiku.
16. Teman seperjuanganku BK 2015, Terimakasih atas dukungan dan bantuan yang diberikan. Teruntuk grup kelasku BK kelas B “Salonpas wisuda vs
17. nikah” Terimakasih atas semangat yang tiada henti selalu diberikan satu sama
18. lain, kekompakkan dan hiburan yang selalu dilontarkan.
19. Teman-teman yang selalu mendukungku dari SMA, Bella Intan Ayu Safitri dan Amin Toto Haryono. Terima kasih telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
20. Almamaterku tercinta Universitas Lampung Akhir kata penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan, namun penulis berharap

agar skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua.

Bandar Lampung, 16 Oktober 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rani' followed by a stylized flourish.

Rani Ardiya Nastiti  
NPM 1513052076

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	x
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang dan Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	8
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
G. Kerangka Pikir .....	9
H. Hipotesis.....	11
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kepercayaan Diri .....	13
1. Pengertian Percaya Diri .....	13
2. Ciri-Ciri Individu dengan Kepercayaan Diri .....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan diri .....	15
4. Aspek-Aspek Percaya Diri .....	18
5. Proses Terbentuknya Percaya Diri.....	20
6. Membangun Rasa Percaya Diri Siswa .....	21
B. Konseling Sebaya.....	22
1. Pengertian Konseling Sebaya.....	22
2. Tujuan Konseling Sebaya.....	23
3. Manfaat Konseling Sebaya .....	24
4. Prinsip Konseling Sebaya.....	25
5. Tahap Konseling Sebaya .....	26
6. Fungsi Konseling Sebaya .....	29
7. Keterampilan Dasar Konseling Sebaya.....	30
8. Teknik Informasi.....	32
9. Penyampaian Teknik Informasi .....	32

C. Penggunaan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa.....	35
<b>III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	39
1. Tempat Penelitian .....	39
2. Waktu Penelitian.....	39
B. Metode Penelitian .....	39
C. Prosedur Eksperimen .....	41
D. Subyek Penelitian.....	44
E. Variabel Penelitian .....	44
F. Definisi Operasional .....	45
G. Teknik Pengumpulan Data .....	46
H. Uji Persyaratan Instrumen .....	50
I. Teknik Analisis Data .....	54
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Pelaksanaan Eksperimen .....	56
B. Deskripsi Data .....	65
a. Hasil <i>Pretest</i> .....	66
b. Hasil <i>Posttest</i> .....	67
c. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	68
C. Pengujian Hipotesis .....	84
D. Pembahasan .....	86
E. Keterbatasan Penelitian .....	94
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	96
B. Saran .....	97
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>99</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>102</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rancangan Kegiatan Konseling Sebaya .....	43
2. Kategori Jawaban Skala Kepercayaan Diri Siswa .....	47
3. Kriteria Kepercayaan Diri Siswa .....	48
4. Skor Penilaian Instrumen Penelitian .....	48
5. Kisi-Kisi Skala Kepercayaan Diri .....	48
6. Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	56
7. Data Calon Konselor Sebaya.....	57
8. Kriteria Kepercayaan Diri Siswa .....	66
9. Data <i>Pretest</i> (Penjaringan Subjek).....	66
10. Data <i>Posttest</i> (Perlakuan Secara Keseluruhan) .....	67
11. Hasil <i>Posttest</i> tiap perlakuan .....	68
12. Skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> subyek penelitian.....	69
13. Tabel hasil laporan konselor terhadap konseli .....	80
14. Hasil analisis Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> .....	85

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pikir Penelitish .....	11
2. Desain Eksperimen Penelitian .....	41
3. Peningkatan Akhir Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran .....	69
3. Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Pembelajaran IAA.....	70
4. Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Pembelajaran HS .....	72
5. Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Pembelajaran DO .....	74
6. Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Pembelajaran SR .....	76
7. Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Pembelajaran RTA.....	78

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Panduan Pelaksanaan Konseling Sebaya.....	103
2. Skala Kepercayaan Diri Dalam Pembelajaran .....	129
3. Formulir Pendaftaran Konseling Sebaya .....	132
4. Surat Kesiapan siswa Menjadi Konselor Sebaya .....	134
5. Daftar Hadir Pelatihan Konselor Sebaya .....	136
6. Laporan pelaksanaan Konseling Sebaya .....	138
7. Hasil Uji Ahli Validitas .....	143
8. Hasil Perhitungan <i>Aiken's V</i> .....	148
9. Hasil Uji Realibilitas.....	151
10. Hasil Uji Konstruksi .....	154
11. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> .....	156
12. Tabel Distribusi Z .....	157
13. Surat Izin Penelitian.....	158
14. Surat Pelaksanaan Penelitian.....	159
15. Dokumentasi Penelitian.....	162

## **I.Pendahuluan**

### **A. Latar Belakang**

Manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa ingin berinteraksi dengan manusia lainnya. Ketika seorang anak masuk dalam lingkungan sekolah, maka anak berperan sebagai siswa. Siswa memiliki kepercayaan diri yang baik akan mudah bersosialisasi dengan baik dan lancar dalam memperoleh pemahaman tentang ilmu pengetahuan yang diberikan dalam sekolah. “Pendidikan adalah proses pembudayaan dan pemberdayaan manusia yang sedang berkembang menuju kepribadian mandiri untuk dapat membangun dirinya sendiri dan masyarakat. Konsekuensinya pendidikan harus mampu menyentuh dan mengendalikan berbagai aspek perkembangan manusia” (Wibowo, 2002).

Dapat dijelaskan bahwa dalam rangka mewujudkan manusia Indonesia yang cakap serta berilmu dapat dikembangkan melalui kegiatan sekolah yaitu kegiatan kokurikuler, intrakurikuler, dan ekstrakurikuler, disamping itu bimbingan konseling dan teman sebaya juga ikut andil di dalamnya, yakni membimbing siswa meraih pengembangan diri yang optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan tuntutan lingkungan yang positif.

Kepercayaan diri adalah salah satu unsur kepribadian yang memiliki peran yang penting bagi kehidupan individu. Kepercayaan diri merupakan modal

dasar yang paling utama dalam diri seseorang untuk bisa mengaktualisasikan diri. Rasa percaya diri dapat diartikan bahwa individu tersebut mampu, sanggup, dan yakin pada dirinya bahwa dapat mencapai suatu prestasi yang diinginkannya.

Dengan memiliki kepercayaan diri, siswa dapat mengembangkan potensi, bakat, dan minat yang dimiliki sehingga dapat meraih prestasi dan kesuksesan. Kepercayaan diri siswa berkontribusi dalam tercapainya siswa, siswa yang memiliki kepercayaan diri akan menjadi siswa yang aktif dikelas, tidak malu bertanya pada guru dan mudah bersosialisasi dengan teman-temannya. Hal tersebut memaksimalkan potensi yang dimiliki sehingga lebih siap untuk menapaki jenjang yang lebih tinggi. Sebaliknya siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, mereka tidak mampu mengembangkan bakat, minat dan potensi yang dimilikinya, sulit bersosialisasi dengan teman-temannya dan menjadi siswa yang pasif.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain: orangtua, masyarakat, teman sebaya, dan konsep diri (Mastuti dan Aswi, 2008). Faktor luar yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, lingkungan sekolah, teman sebaya, dan media massa (Iswidharmanjaya & Agung, 2004). Berdasarkan pernyataan diatas, dapat disimpulkan jika kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam, yaitu konsep diri, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang

berasal dari luar, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, lingkungan sekolah, teman sebaya, dan media masa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020 diperoleh data tentang permasalahan yang sering terjadi pada siswa adalah rendahnya percaya diri. Siswa menunjukkan perilaku tidak percaya diri seperti tidak berani bicara di depan kelas, ada siswa yang tidak berani mengungkapkan pendapatnya, ada siswa yang takut bertanya kepada guru, ada siswa yang selalu bergantung pada orang lain dalam menyelesaikan masalahnya, dan ada siswa yang sulit berkomunikasi pada saat diskusi kelompok.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah perlu dilakukan upaya untuk membangun rasa percaya diri siswa. Upaya untuk membangun rasa percaya diri pada siswa dapat dilakukan dengan mengadakan kegiatan konseling dengan teman sebaya. Teman sebaya memiliki peranan penting sebagai lingkungan sosial dan diri siswa. Disini peran guru bimbingan dan konseling dipandang sangat penting mengingat fungsinya yang sangat strategis, fungsi tersebut adalah mendampingi siswa yang tengah memasuki tahapan remaja dan melewati masa masa kritis pubertas yang ditandai dengan perubahan fungsi biologis fisik dan psikologis dengan berbagai akibat bawaan yang menyertainya. (Sarlito, 2012) menyiasati pemberian layanan bimbingan dan konseling dengan memanfaatkan teman sebaya sebagai sarana untuk dapat memberikan bantuan kepada teman sesama sebaya; dengan pelatihan dan pendampingan sehingga diharapkan tujuan

bantuan untuk menyelesaikan masalah dapat terentaskan dengan memanfaatkan hubungan antar remaja yang lebih akrab dan terbuka karena ada kecenderungan siswa dalam mengungkapkan segenap informasi dan permasalahannya kepada rekan sebaya yang disukai akan lebih lancar dibandingkan dengan orang yang lebih dewasa termasuk guru bimbingan dan konselingnya sekalipun.

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Puji Triani yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) di SMA Negeri 9 Bandar Lampung” bertujuan untuk melihat adakah rasa percaya diri dengan menggunakan layanan konseling sebaya pada siswa kelas XII IPA 1 di SMAN 9 Bandar Lampung. Data hasil penelitian berdasarkan hasil angket sosiometri masih ada siswa yang terindikasi memiliki kepercayaan diri yang kurang optimal, dari 32 siswa kelas XII IPA 1 terdapat 2 orang siswa yang tidak memiliki pemilih untuk kategori teman yang disukai untuk *sharing/curhat*. Dengan adanya data tersebut dinilai perlu untuk membantu siswa dalam menangani masalah tersebut. Hasil yang di peroleh adalah dengan penggunaan konseling sebaya dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa disekolah pada siswa kelas XII IPA 1 SMAN 9 Bandar Lampung.

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut, maka peneliti ingin mengadakan penelitian tentang penggunaan konseling sebaya (*peer counseling*) untuk meningkatkan meningkatkan kepercayaan diri dalam pembelajaran siswa kelas X di SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020. Adapun maksud dari penggunaan di sini adalah untuk memperkirakan sejauh mana usaha

tersebut mencapai tujuan yang diharapkan ataupun menimbulkan dampak tertentu baik positif maupun negatif terhadap konseli yang memperoleh layanan konseling sebaya

## **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi Masalah Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah

1. Terdapat siswa yang tidak berani bicara di depan kelas
2. Terdapat siswa yang tidak berani mengungkapkan pendapatnya
3. Terdapat siswa yang terbiasa mencontek
4. Terdapat siswa yang selalu bergantung pada orang lain dalam menyelesaikan masalahnya
5. Terdapat siswa yang mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi dalam pembelajaran

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang diajukan, untuk lebih efektif, penulis membatasi masalah mengenai penggunaan layanan konseling sebaya (*peer counseling*) untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam pembelajaran pada siswa di kelas X SMAN 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020.

## **D. Rumusan Masalah**

Membantu siswa (konseli) meningkatkan percaya dirinya merupakan salah satu pelayanan bimbingan pribadi di sekolah. Sukardi (2008) menyatakan secara umum tujuan penyelenggaraan bantuan pelayanan bimbingan dan konseling

adalah berupaya membantu siswa menemukan pribadinya, dalam hal mengenai kekuatan dan kelemahan dirinya, serta menerima dirinya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut. Untuk mencapai tujuan tersebut, bidang bimbingan mencakup seluruh upaya bantuan yang meliputi bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir.

Percaya diri merupakan aspek yang sangat penting bagi seseorang untuk dapat mengembangkan potensinya. Jika seseorang memiliki bekal percaya diri yang baik, maka individu tersebut akan dapat mengembangkan potensinya dengan mantap. Namun jika seseorang memiliki percaya diri rendah, maka individu tersebut cenderung menutup diri, mudah frustrasi ketika menghadapi kesulitan, canggung dalam menghadapi orang, dan sulit menerima realita dirinya. Dengan percaya diri saat maju didepan kelas, dapat meningkatkan keberanian siswa dalam menjawab pertanyaan. Selain itu dapat meningkatkan komunikasi dengan baik, memiliki ketegasan, mempunyai penampilan diri yang baik, dan mampu mengendalikan perasaan.

Masalah kepercayaan diri pada siswa menjadi prioritas yang harus dibangun. Siswa yang tak memiliki hambatan pun biasanya memiliki rasa kurang percaya diri. Apalagi pada siswa yang memiliki kekurangan fisik dan mental. Rasa percaya diri rendah kadang kala muncul secara tiba-tiba pada seseorang ketika melakukan sesuatu sehingga orang tersebut tidak mampu menunjukkan atau mengeluarkan kemampuan sesungguhnya secara optimal. Gambaran mengenai orang yang kurang percaya diri antara lain pesimis, ragu-ragu dan takut dalam

menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan dan membandingkan diri dengan orang lain (Maslow dalam Iswidharmanjaya & Agung, 2004). Rasa percaya diri siswa yang rendah jika dibiarkan akan menghambat aktualisasi dalam kehidupannya, terutama dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan juga akan menimbulkan masalah lain yang lebih kompleks.

Berdasarkan penegasan isu pokok penelitian yang dikemukakan di atas, pada penelitian ini dibuat dengan judul **Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa Kelas X**. Dengan melihat hubungan antar remaja yang lebih dinamis guru Bimbingan Konseling dapat mensiasati pemberian layanan Bimbingan dan Konseling dengan memanfaatkan teman sebayanya sebagai sarana untuk dapat memberikan bantuan kepada teman sesama sebayanya dengan pelatihan dan pendampingan sehingga diharapkan tujuan bantuan untuk menyelesaikan masalah dapat terentaskan dengan memanfaatkan hubungan antar remaja/sebaya yang lebih akrab dan terbuka karena ada kecenderungan siswa dalam mengungkapkan segenap informasi dan permasalahannya kepada rekan sebayanya yang disukai akan mengalir dengan deras dibandingkan dengan orang yang lebih dewasa termasuk guru bimbingan dan konselingsnya sekalipun.

Pertanyaan pokok pada penelitian ini adalah: Apakah konseling sebaya dapat membantu siswa untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam pembelajaran?

## **E. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah penggunaan Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa Kelas X tahun ajaran 2019/2020.

### **2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan kajian konseling di sekolah terutama terkait dengan Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa

#### **b. Manfaat Praktis**

##### 1) Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan bisa membantu Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa Kelas X tahun ajaran 2019/2020.

##### 2) Bagi Guru Sekolah

Bagi guru bimbingan dan konseling, agar memiliki progresif dalam inovasi pelayanan bimbingan yang tepat bagi permasalahan remaja, khususnya bidang pribadi sosial.

##### 3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan masukan, bahan pertimbangan, maupun referensi terhadap hal yang berkaitan dengan informasi pengalaman belajar, konseling sebaya dan kepercayaan diri.

## **F. Ruang Lingkup Penelitian**

### **1. Ruang Lingkup Objek penelitian**

Ruang Lingkup Objek penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan menggunakan informasi pengalaman belajar melalui konseling sebaya pada siswa.

### **2. Ruang lingkup subjek penelitian**

Ruang lingkup subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

### **3. Ruang Lingkup tempat dan waktu penelitian**

Penelitian di lakukan di Sekolah Menengah Atas kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.

## **G. Kerangka Pikir**

Kepercayaan diri merupakan unsur terpenting yang harus dimiliki oleh siswa dalam menjalani aktivitas. Percaya diri merupakan kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif dan menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Percaya diri sangat bermanfaat dalam berbagai keadaan. Percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku.

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja. Ada proses pembentukan percaya diri dalam diri individu yaitu

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelamahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau sulit menyesuaikan diri.
4. Pengalaman di dalam menjalani aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya (Hakim, 2006)

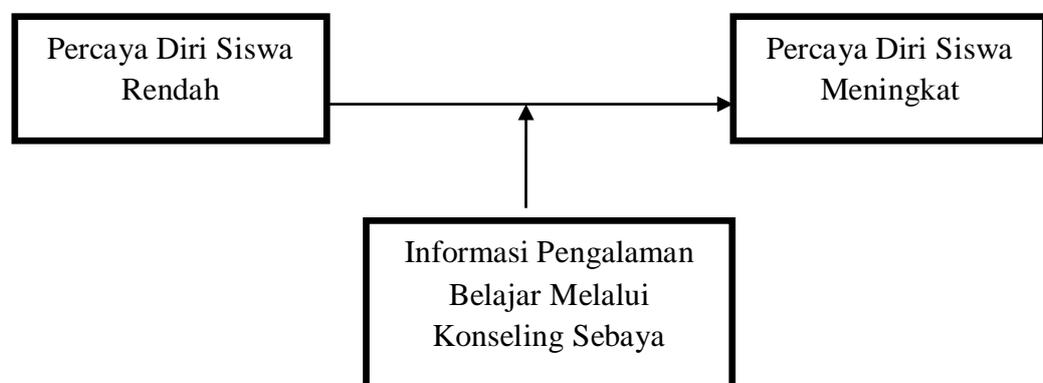
Melalui proses tersebut akan tumbuh individu yang memiliki kepercayaan diri yang kuat. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan berusaha sebaik mungkin untuk mengeksplorasi semua kemampuan yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki percaya diri akan menyadari kemampuan yang ada pada dirinya, mengetahui bahwa dirinya memiliki bakat dan keterampilan.

Pada kenyataannya banyak siswa disekolah memiliki percaya diri yang rendah. Siswa yang kepercayaan dirinya rendah akan sulit untuk mengembangkan potensi. Ciri siswa yang memiliki percaya diri yang rendah ialah terbiasa mencontek, bicara tidak lancar di depan kelas, memiliki rasa takut yang berlebihan dan tidak berani menyatakan pendapat.

Rasa percaya diri sangat penting untuk dimiliki oleh siswa untuk itu perlu adanya upaya untuk membangun rasa percaya diri. Upaya meningkatkan percaya diri dapat dilakukan melalui layanan konseling sebaya.

Kegiatan konseling sebaya memungkinkan siswa akan saling berkomunikasi dan berinteraksi. Siswa akan konseling dengan sebayanya. Dengan konseling dengan teman sebayanya diharapkan siswa mau bercerita apa saja hal yang membuat dia kurang nyaman atau hal yang membuat siswa kurang percaya diri. Keadaan yang demikian, jika dapat dilakukan maka akan memungkinkan siswa untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya sehingga rasa percaya diri siswa dapat meningkat.

Secara sederhana dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian

## H. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, yang diajukan oleh peneliti dan dijabarkan dari landasan atau kajian teori dan masih harus diuji kebenarannya melalui data empiris yang terkumpul.

Maka dapat dirumuskan hipotesis penelitiannya adalah “ Kepercayaan diri dalam pembelajaran pada siswa dapat ditingkatkan melalui layanan konseling sebaya”

Hipotesis statistik dapat dirumuskan sebagai berikut :

$H_0: O_1 = O_2$  :Tidak terdapat perbedaan skor rasa percaya diri dalam pembelajaran pada siswa sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan informasi pengalaman belajar melalui konseling sebaya dikelas X SMAN 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.

$H_a: O_1 \neq O_2$  :Terdapat perbedaan skor rasa percaya diri dalam pembelajaran pada siswa sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan informasi pengalaman belajar melalui konseling sebaya dikelas X SMAN 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

Penelitian ini berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Menggunakan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Pada Siswa Kelas X di SMAN 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020”. Dengan demikian dalam penelitian ini diperlukan teori-teori yang mendukung variabel yang akan diteliti. Dengan demikian akan dibahas mengenai : Kepercayaan Diri dan Layanan Konseling Sebaya. Teknik Informasi.

### **A. Kepercayaan Diri**

#### **1. Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri biasanya menganggap bahwa dirinya mampu melakukan segala sesuatu yang dihadapinya dengan kemampuan yang dimilikinya.

Kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain (Ghufron dan Risnawita, 2010). Sedangkan Hakim (2005) mengatakan

bahwa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai kepercayaan diri, peneliti menyimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah karakteristik pribadi seseorang yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri dan mampu mengembangkan serta mengolah dirinya sebagai pribadi yang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik serta merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

## **2. Ciri – Ciri Individu dengan Kepercayaan Diri**

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri:

1. Mengetahui dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya.
2. Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai.
3. Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakhadirannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri.
4. Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang menghinggapinya.
5. Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya.
6. Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya.
7. Berpikir positif
8. Maju terus tanpa harus menoleh kebelakang (Komara, 2016)

Lalu menurut pendapat Menurut Lauster (2003) Orang yang mempunyai rasa percaya diri antara lain memiliki ciri – ciri sebagai berikut:

- a. Tidak perlu dorongan orang lain
- b. Tidak pemalu
- c. Yakin dengan pendapat sendiri
- d. Tidak mementingkan diri
- e. Cukup toleran
- f. Cukup ambisius
- g. Tidak berlebihan
- h. Optimis
- i. Mampu bekerja secara efektif
- j. Bertanggung jawab atas pekerjaannya.

Beberapa pendapat ahli mengenai ciri-ciri kepercayaan diri terdapat berbagai kesamaan. Dapat disimpulkan orang yang percaya diri adalah orang yang yakin pada kemampuan dirinya sendiri. Beberapa ciri-ciri kepercayaan diri diatas dapat dijadikan sebagai tolak ukur penelitian dalam menilai anak didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi atau rendah.

### **3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri**

Menurut Ghufron dan Risnawita (2010). Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berikut ini adalah faktor-faktor tersebut :

#### **a. Konsep Diri**

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam

suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang. Pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah.

Penjelasan di atas menyebutkan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman, dan tingkat pendidikan. Dengan 4 poin di atas faktor-faktor dalam yang mempengaruhi kepercayaan diri dapat dikatakan semuanya berawal dari dalam diri lalu diikuti oleh lingkungan yang membentuk kepercayaan diri.

---

Selain itu dukungan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, sekolah, masyarakat, dan teman sebaya juga merupakan faktor yang menentukan dalam terwujudnya kepercayaan diri (Hapasari dan Primastuti, 2014). Menurut pendapat lainnya kepercayaan diri dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, yaitu :

1. Faktor internal yaitu konsep diri seseorang, yakni kesadaran seseorang akan keadaan yang membawa pengaruh besar dalam penentuan tingkah laku seseorang. Terbentuknya konsep diri ini berdasarkan persepsi mengenai sikap-sikap lain terhadap seseorang dan atas dasar pengalaman terhadap lingkungan keluarga. Rasa percaya diri akan timbul dan berkembang sesuai dengan kesadaran akan keyakinan dan kemampuan diri untuk menerima dan memahami orang lain sebagai hubungan interaksi yang saling mendukung, baik keluarga atau dalam pergaulan dengan lingkungan sosial.
2. Faktor eksternalnya yaitu lingkungan keluarga dimana lingkungan keluarga akan memberikan pembentukan awal terhadap pola kepribadian seseorang. Selain itu lingkungan formal atau sekolah, dimana sekolah adalah tempat kedua untuk senantiasa mempraktikkan rasa percaya diri seseorang atau siswa yang didapat dari lingkungan keluarga kepada teman-temannya dan kelompok bermain. Besar kemungkinan kepercayaan diri seseorang juga akan berpengaruh pada motivasi belajar siswa untuk mampu berprestasi baik dalam bidang akademik maupun dalam bidang non akademik (Komara, 2016).

Berdasarkan penjelasan di atas kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh dua faktor yang sangat penting dan saling berkaitan dalam membentuk kepercayaan diri seseorang, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu konsep diri seseorang dan faktor eksternalnya adalah faktor dari luar diri yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan kelompok bermain.

#### **4. Aspek – Aspek Percaya Diri**

Menurut Lauster (2003) orang yang memiliki rasa percaya diri yang positif adalah yang di sebutkan sebagai berikut :

##### **1. Keyakinan kemampuan diri**

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya yang mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya. Sehingga dengan keyakinan yang dia miliki dapat menimbulkan kepercayaan diri apa adanya.

##### **2. Optimis**

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya sehingga dengan mempunyai sikap yang optimis akan memberikan pikiran – pikiran yang positif pada dirinya.

##### **3. Objektif**

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki sikap objektif akan

berarti orang tersebut memiliki kejujuran dalam hidupnya. Jadi individu akan menilai suatu hal apapun melihat dengan apa mestinya.

#### 4. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya, jadi sikap ini memberikan dampak positif bagi diri.

#### 5. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, suatu hal, dan kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat di terima oleh akal dan dapat di terima akal dan sesuai dengan kenyataan. Dengan pemikiran yang rasional dan realistis dapat meningkatkan karakter – karakter positif yang dapat mengubah cara pandang seseorang menjadi positif pula.

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah sifat yang dimiliki seseorang yang memiliki aspek-aspek keyakinan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Pendapat lain menjabarkan aspek- aspek kepercayaan diri dalam lima bentuk yaitu:

- a. Memiliki kompetensi, seperti percaya pada kemampuan diri dan menjadi diri sendiri.
- b. Yakin mampu bahwa dia bisa karena pengalaman, seperti emosi stabil dan cara pandang positif.
- c. Yakin mampu bahwa dia bisa karena potensi aktual, seperti tidak konformis. Yakin mampu bahwa dia bisa karena prestasi.

- d. Yakin mampu bahwa dia bisa karena harapan yang realistis terhadap diri sendiri, seperti memiliki harapan yang realistik dan mendapatkan saran (Fatimah, 2016).

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa dalam kepercayaan diri terdapat aspek-aspek yang harus di perhatikan yang memiliki peranan penting untuk membentuk kepercayaan diri siswa yang positif yaitu memiliki keyakinan terhadap aspek kelebihan yang dimiliki sehingga keyakinan tersebut membuatnya mampu untuk bisa mencapai segala tujuan didalam hidupnya.

## **5. Proses Terbentuknya Percaya Diri**

Percaya diri merupakan optimisme dan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk mengembangkan diri dan menyelesaikan masalah dengan situasi serta merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Menurut Hakim (2005) terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkannya keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.

- d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Penjelasan di atas menyebutkan bahwa rasa percaya diri dapat terbentuk melalui berbagai proses seperti perkembangan yang melahirkan kelebihan, pemahaman terhadap kelebihan yang dimiliki, pemahaman dan reaksi positif terhadap kelemahan yang dimiliki dan pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan.

## **6. Membangun Rasa Percaya Diri Siswa**

Rasa percaya diri siswa di sekolah bisa dibangun melalui berbagai macam bentuk kegiatan sebagai berikut :

- a. Memupuk keberanian untuk bertanya
- b. Peran guru yang aktif bertanya pada siswa
- c. Melatih berdiskusi dan berdebat
- d. Mengerjakan soal di depan kelas
- e. Bersaing dalam mencapai prestasi belajar
- f. Aktif dalam kegiatan pertandingan olahraga
- g. Belajar berpidato
- h. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler
- i. Mengikuti kegiatan seni vokal
- j. Penerapan disiplin yang konsisten
- k. Aktif dalam setia kegiatan bermain musik
- l. Ikut serta di dalam organisasi sekolah
- m. Menjadi ketua kelas

- n. Menjadi pemimpin upacara
- o. Memperluas pergaulan yang sehat (Hakim, 2005)

Kegiatan di atas merupakan hal-hal yang dapat siswa lakukan untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Dengan berbagai macam kegiatan tersebut diharapkan siswa mampu membangun rasa percaya diri.

## **B. Konseling Sebaya**

### **1. Pengertian Konseling Sebaya (*Peer Counseling*)**

Salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat dimanfaatkan disekolah adalah konseling teman sebaya (*peer counseling*). Konseling adalah suatu aktivitas profesional berjangka waktu pendek, bercirikan komunikasi antar pribadi, berlandaskan pandangan teoritis dan berpedoman pada norma etika dan hukum tertentu, yang memusatkan usaha pada bantuan psikologis kepada seseorang yang pada dasarnya bermental sehat agar dapat mengatasi beraneka ragam masalah berkaitan dengan proses perkembangannya dan situasi kehidupannya (Gladding, 2009).

Teman sebaya adalah anak-anak atau remaja dengan tingkat usia /tingkat kedewasaan yang sama. Teman sebaya atau *peer* adalah anak-anak dengan tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama (Santrock, 2003)

Layanan konseling sebaya adalah aktivitas memperhatikan dan saling membantu secara interpersonal di antara sesama peserta didik yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari di sekolah, dengan menggunakan keterampilan mendengar aktif, empati, dan keterampilan pemecahan masalah

(*problem solving*), dalam kedudukan yang setara (*equal*) antara teman sebaya tersebut (Hunainah, 2011)

Pendapat lain mengatakan konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya (Erhamwilda, 2015).

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya menggunakan keterampilan mendengar aktif, empati, dan keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*), yang telah diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman sebayanya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.

## **2. Tujuan Konseling Sebaya**

Tujuan konseling sebaya adalah :

- a. Dapat membantu konselor dalam menangani siswa yang bermasalah
- b. Membantu beberapa siswa yang sulit terbuka dengan konselor dalam menghadapi masalahnya
- c. Membantu konselor dalam menuntaskan bimbingan dan konseling bagi setiap siswa (Wahid, 2013)

Dapat disimpulkan jika tujuan dari konseling sebaya adalah membantu teman sebaya dengan saling mempercayai untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapinya

### **3. Manfaat Konseling Sebaya**

Meurut Triani (2017), konseling sebaya memiliki manfaat yaitu :

- a. manfaat yang diperoleh bagi Bimbingan dan Konseling disekolah antara lain adalah membantu guru pembimbing dalam mengamati perkembangan siswa didik, dan optimalisasi layanan Bimbingan dan Konseling disekolah.
- b. manfaat bagi siswa adalah mampu mengeksplorasi dan mengekspresikan kemampuan dan keterampilanya komunikasi yang lebih baik dalam pergaulan sesama sebayanya. Selain itu konseling sebaya diyakini lebih efektif dalam mengeksplorasi secara mendalam perasaan konseli dan perilaku konseli sehari-hari. Setidaknya konseling sebaya didalam prosesnya terjadi apa yang disebut *hearing* (mendengarkan). Sehingga hal ini akan membuat semacam terapi psikologis secara sederhana

Berdasarkan uraian diatas manfaat konseling sebaya dapat dibagi menjadi dua bagian utama, yaitu manfaat bagi Bimbingan dan Konseling disekolah dan manfaat bagi siswa yang berperan aktif didalam konseling sebaya. Setelah mengetahui manfaat konseling sebaya, diharapkan pihak sekolah memfasilitasi kegiatan konseling sebaya dalam rangka mengoptimalisasi layanan bimbingan dan konseling disekolah.

#### 4. Prinsip-Prinsip dalam Konseling Sebaya

Kontak-kontak yang terjadi dalam konseling teman sebaya dilakukan dengan memegang prinsip-prinsip sebagai berikut:

- a. informasi (termasuk masalah) yang dibahas dalam sesi-sesi konseling sebaya adalah rahasia. Dengan demikian, apa yang dibahas dalam kelompok haruslah menjadi rahasia kelompok, dan apa yang dibahas oleh sepasang teman, menjadi rahasia bersama yang tidak boleh dibagikan kepada orang lain.
- b. harapan, hak-hak, nilai-nilai dan keyakinan-keyakinan “konseli” dihormati.
- c. tidak ada penilaian (*judgment*) dalam sesi konseling sebaya.
- d. pemberian informasi dapat menjadi bagian dari konseling sebaya, sedangkan pemberian nasihat tidak.
- e. teman yang dibantu bebas untuk membuat pilihan, dan kapan akan mengakhiri sesi.
- f. konseling teman sebaya dilakukan atas dasar kesetaraan (*equality*).
- g. setiap saat konseli membutuhkan dukungan yang tidak dapat dipenuhi melalui konseling sebaya, dia dialih tangankan kepada konselor ahli, lembaga, atau organisasi yang lebih tepat.
- h. kapanpun membutuhkan, konseli memperoleh informasi yang jelas tentang konseling sebaya, tujuan, proses, dan teknik yang digunakan dalam konseling sebaya sebelum mereka memanfaatkan layanan tersebut (Triani, 2017).

Berdasarkan uraian diatas prinsip konseling sebaya adalah dilakukan atas

dasar kesetaraan yang bisa menjaga kerahasiaan, menghormati konseli, tidak menghakimi konseli, konseli mengambil keputusan akhir dan bertanggung jawab atas keputusannya sendiri. Jika konseli membutuhkan dukungan yang tidak dapat dipenuhi melalui konseling sebaya, dia dialihtangankan kepada konselor ahli

## **5. Tahap–Tahap Konseling Sebaya**

Konseling sebaya memerlukan keterampilan komunikasi untuk memfasilitasi eksplorasi dan pembuatan keputusan. Konselor sebaya merupakan tenaga non profesional, yang berperan sebagai model bagi teman sebaya lainnya. Konselor sebaya adalah para siswa yang memberikan bantuan kepada siswa lain di bawah bimbingan konselor ahli. Menurut Suwarjo ada tiga tahap konseling sebaya, sebagai berikut:

### **a. Pemilihan calon konselor sebaya**

Pemilihan calon konselor sebaya didasarkan pada karakteristik personal seperti sifat ramah, memiliki jiwa altruis (suka menolong orang lain), dapat dipercaya, toleran terhadap perbedaan sistem nilai, energik dan dapat diterima orang lain, memiliki emosi yang stabil dan memiliki prestasi belajar yang cukup baik. Pemilihan calon konselor sebaya, dapat dilakukan dengan membagikan formulir kesediaan untuk menjadi calon konselor sebaya kepada siswa di sekolah. Teknis pemilihan calon konselor sebaya dapat dilakukan dengan mengumpulkan para siswa yang tertarik dan telah memenuhi beberapa kriteria yang telah dikemukakan. Pemenuhan kriteria calon konselor sebaya dapat diketahui melalui pengamatan langsung, wawancara dan penelusuran dokumen yang tersedia di sekolah.

Selanjutnya peneliti mengajukan beberapa pertanyaan untuk membangkitkan ketertarikan para siswa menjadi calon konselor sebaya.

Pemilihan calon konselor sebaya, selain melibatkan guru bimbingan & konseling di sekolah dalam melakukan pengamatan langsung, wawancara dan penelusuran dokumen, juga melibatkan siswa dengan cara mendengarkan usulan dari para siswa dan cara menggunakan teknik sosiometri.

b. Pembekalan calon konselor sebaya

Siswa yang terpilih sebagai calon konselor sebaya dikumpulkan, dan diminta menyerahkan formulir kesediaan mengikuti pembekalan calon konselor sebaya yang telah disetujui orang tua. Pihak sekolah seperti kepala sekolah, guru pembimbing (guru BK) dan wali kelas serta orang tua siswa perlu diberi informasi tentang program pembekalan tersebut sehingga mereka dapat memberikan dorongan kepada peserta dan memberi dukungan pada program pembekalan dan pelaksanaan konseling teman sebaya di sekolah tersebut.

Pembekalan ini tidak dimaksudkan untuk menghasilkan personal guna menggantikan fungsi dan peran konselor ahli. Dua keterampilan dasar konseling yang harus dimiliki calon konselor sebaya adalah keterampilan mendengarkan dengan baik (tanpa menilai) dan keterampilan berempati sangatlah penting, sebab dengan dua keterampilan dasar tersebut akan mampu mendorong temannya untuk menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi, dengan cara menggali pikiran dan perasaan seperti kecemasan, ketidakpuasan, ketakutan dan sebagainya.

c. Pengorganisasian pelaksanaan konseling sebaya

Setelah proses pelatihan berakhir, konselor teman sebaya didorong untuk dapat mengaplikasikan hasil-hasil pelatihan. Konseling teman sebaya dapat berlangsung secara individual maupun secara kelompok. Perlu ditandakan bahwa interaksi "konseling" teman sebaya lebih banyak bersifat spontan dan informal. Spontan dalam artian interaksi tersebut dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, tidak perlu menunda. Meskipun demikian prinsip-prinsip kerahasiaan tetap ditegakkan. Sedangkan bersifat informal karena interaksi antar teman sebaya dibangun atas dasar kesetaraan, tanpa prosedur dan struktur yang kaku. Ketika kegiatan konseling teman sebaya telah berjalan, hal yang perlu terus dilakukan konselor adalah melakukan pendampingan, pembinaan serta peningkatan kemampuan para konselor sebaya. Pertemuan secara periodik (dua minggu sekali) perlu dilakukan untuk menyelenggarakan "konferensi kasus". Konferensi kasus dapat menjadi wahana diskusi saling tukar pengalaman dan saling memberi umpan balik diantara sesama konselor sebaya tentang kinerja masing-masing dalam memberikan bantuan kepada teman sebaya.

Sedangkan menurut (Hunainah, 2011) mengemukakan pendapat beberapa langkah dalam pelaksanaan konseling sebaya diantaranya:

- a. Memberikan kesempatan kepada calon konselor sebaya untuk mempraktekkan layanan konseling yang telah dibekali oleh konselor profesional
- b. Melakukan monitoring kepada teman (sebagai konseli) berupa pertemuan atau tatap muka secara langsung secara periodik, artinya

mempunyai jadwal tersendiri misalnya dalam seminggu tiga kali pertemuan.

- c. Mendiskusikan kembali kepada konselor ahli yang berperan penting dalam proses konseling.

Berdasarkan penjelasan diatas konseling sebaya memiliki tiga tahap yaitu yang pertama adalah pemilihan konselor sebaya, pembekalan calon konselor sebaya dan pengorganisasian konseling sebaya.

## **6. Fungsi Konseling Sebaya**

Menurut Wahid (2013) konseling sebaya memiliki beberapa fungsi yaitu:

- a. membantu remaja yang lain menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialaminya.
- b. membantu remaja yang lain untuk berkembang menjadi suatu pribadi yang sehat dan efektif.
- c. membantu remaja yang lain supaya mampu melakukan perubahan-perubahan positif dalam hidupnya.
- d. membantu remaja yang lain supaya mampu mengambil keputusan-keputusan tertentu untuk memperbaiki kualitas hidupnya.
- e. konseling sebaya akan memudahkan remaja untuk mengoptimalkan kemampuan refleksi diri dan menyelami aspek-aspek psiko-sosial yang sangat bermanfaat untuk memahami kehidupan pribadinya sendiri dan kehidupan pribadi yang akan dibantunya.

## 7. Keterampilan Dasar Konseling Sebaya

Menurut Tindall dalam Suwarjo (2008) keterampilan yang selayaknya dimiliki konselor sebaya yaitu berupa perhatian, empati, merangkum, *Question*, *genuiness*, *asertif*, dan *Confrontation*, dan *problem solving*..:

### a. Keterampilan Memberi Perhatian (*Attending*)

Keterampilan ini dapat diperlihatkan melalui sikap tubuh dan ekspresi wajah. Ketika konseli berbicara, maka konselor merespon secara verbal maupun non verbal, contohnya dengan tersenyum. Konselor benar-benar merespon yang telah disampaikan oleh konseli.

### b. Keterampilan Empati (*Emphatizing*)

Keterampilan ini merupakan cara memperhatikan dan mendengarkan keluhan dari konseli, konselor dapat menembus depresi (aspek perasaan) dan pengalaman yang melatar belakanginya (aspek pengalaman) serta mampu menyampaikan pemahamannya kepada konseli.

### c. Keterampilan Merangkum (*Summarizing*)

Konselor hendaknya merangkum pembicaraan bersama konseli sehingga konselor bisa memberikan gambaran kilas balik pembicaraan yang telah dilakukan dan membantu konseli menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan.

### d. Keterampilan Bertanya (*Questioning*)

Keterampilan ini akan membantu seorang konselor untuk membuka percakapan, membantu konseli menunjukkan permasalahannya dengan tepat dan membantu mengeksplorasi aspek aspek masalahnya.

### e. Keterampilan Keaslian (*Genuineness*)

Keterampilan ini adalah bagaimana konselor berbagi dengan menggunakan perasaan perasaanya secara jujur sehingga akan meningkatkan hubungan antara konselor dan konseli

f. Keterampilan Berperilaku Asertif (*Assertiveness*)

Merupakan corak perilaku yang mengungkapkan pikiran, perasaan, kehendak dan kepentingan secara jujur dan terus terang yang dapat diterima dan sesuai dengan sopan santun tanpa melanggar hak hak diri pribadi dan orang lain, ia tidak mau harga dirinya dilanggar, demikian pula ia tidak mau melanggar harga diri orang lain.

g. Keterampilan Mengkonfrontasi (*Confrontation*)

Suatu teknik konseling yang menantang konseli untuk melihat adanya diskrepansi atau inkonsistensi antara perkataan dan bahasa badan (perbuatan), ide awal dengan ide berikutnya, senyuman, dengan kepedihan, dan sebagainya.

h. Keterampilan Menyelesaikan Masalah (*Problem Solving*)

Satu teknik yang juga dimiliki oleh konselor yakni menjadi pecemah masalah dan penawar solusi. Konselor ahli perlu memberikan bimbingan kepada konselor sebaya untuk memberikan tawaran solusi kepada konseli.

Berdasarkan uraian diatas pelatihan yang diberikan untuk konselor sebaya bertujuan agar konselor sebaya lancar dan tidak kaku dalam menanggapi masalah yang dihadapi oleh konseli dalam proses konseling dan juga agar konseli merasa nyaman untuk bercerita dengan konselor dengan tanpa adanya paksaan.

## 8. Teknik Informasi

Dari berbagai layanan bimbingan dan konseling yang ada, dalam penelitian ini menggunakan Teknik informasi. Menurut Prayitno (2006) teknik informasi adalah: “kegiatan memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki”. Sedangkan menurut Winkel (2006) menyatakan bahwa: “Pemberian informasi (*information*) sebagai salah satu komponen dalam program bimbingan, yang sekaligus menjadi salah satu layanan bimbingan”.

Menurut Prayitno dan Amti (2008) menyatakan bahwa layanan informasi bermaksud memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa Teknik informasi merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan dapat menyelesaikan permasalahan dari siswa untuk mengatasi permasalahan kurang percaya diri. Digunakannya layanan informasi, karena dengan cara memberikan layanan informasi inilah maka peserta didik dapat antusias dan termotivasi dalam menyelesaikan permasalahannya.

## 9. Penyampaian Teknik Informasi

Layanan informasi dapat diselenggarakan secara langsung dan terbuka oleh guru pembimbing kepada seluruh siswa di sekolah dan madrasah. Berbagai

teknik dan media yang bervariasi serta fleksibel dapat digunakan melalui format klasikal dan individual. Format yang digunakan tentu tergantung jenis informasi dan karakteristik peserta layanan.

Menurut Prayitno (2009) menjelaskan bahwa cara penyampaian informasi yang paling biasa dipakai dalam layanan adalah ceramah, yang diikuti dengan tanya jawab. Untuk mendalami informasi tersebut dapat dilakukan diskusi antara para peserta layanan.

Menurut Winkel (2006), ada beberapa bentuk dalam penyampaian layanan informasi yaitu “(1) lisan; (2) tertulis; (3) audio visual; (4) disket program komputer”. Keempat bentuk tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

a). Lisan

Bahan informasi dalam bentuk lisan disajikan melalui ceramah umum, secara tanya jawab, diskusi dan wawancara.

b). Tertulis

Bentuk tertulis biasanya mendapat tempat utama dan mengenal banyak ragam, seperti deskripsi jawaban, karangan dalam majalah professional atau majalah populer, buku pedoman atau buku khusus yang menguraikan tentang yang akan diberikan.

c). Audio visual

Bentuk audio visual berupa penggunaan video kaset, *video compact disc* (VCD), *slides*, dan film sebagai perangkat lunak.

d). Disket program komputer

Bentuk program komputer memungkinkan siswa meminta informasi dari komputer mengenai dunia pekerjaan dan program variasi, program pendidikan

atau mengadakan interaksi dengan komputer dalam rangka pengambilan keputusan tentang masa depan.

Menurut Tohirin (2008) menyebutkan bahwa teknik yang biasa digunakan untuk layanan informasi adalah: *Pertama*, ceramah, tanya jawab dan diskusi. Teknik ini paling umum digunakan dalam penyampaian informasi dalam berbagai kegiatan termasuk layanan bimbingan dan konseling. *Kedua*, melalui Media. Penyampaian informasi bisa dilakukan melalui media tertentu seperti alat peraga, media tertulis, media gambar, poster dan media elektronik seperti tape recorder, film, televisi, internet, dan lain-lain. *Ketiga*, acara khusus. Layanan informasi melalui cara ini dilakukan berkenaan dengan acara khusus di sekolah atau madrasah; misalnya “hari tanpa asap rokok”, “hari kebersihan lingkungan hidup,” dan lain sebagainya. *Keempat*, narasumber. Layanan informasi juga bisa diberikan kepada peserta layanan dengan mengundang narasumber. Misalnya informasi tentang obat-obatan terlarang, psikotropika dan narkoba mengundang narasumber dari Dinas Kesehatan, Kepolisian atau dari instansi lain yang terkait.

Dari beberapa pendapat tersebut maka layanan informasi dapat dilakukan dengan beberapa teknik diantaranya ceramah diikuti tanya jawab, diskusi panel, wawancara, karya wisata alat-alat peraga dan alat-alat bantu lainnya, buku panduan, kegiatan sanggar karier dan sosiodrama. Secara umum terbagi menjadi empat bentuk yaitu lisan, tertulis, audio visual dan disket komputer. Dalam penelitian ini karena menggunakan konseling sebaya maka peneliti memberikan layanan informasi menggunakan metode tanya jawab.

### **C. Penggunaan Informasi Pengalaman Belajar Melalui Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri biasanya menganggap bahwa dirinya mampu melakukan segala sesuatu yang dihadapinya dengan kemampuan yang dimilikinya (Ghufron dan Rini, 2010). Ternyata masih ada sebagian siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Biasanya siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah ini sulit mengembangkan bakat, minat, dan potensi yang ada di dalam dirinya dan tidak mampu mengaktualisasikan diri dengan maksimal serta bersifat pasif, sesuai dengan hasil kesimpulan dari penelitian di bahwa masalah yang dialami siswa dalam belajar mencakup pada masalah dapat menghargai orang lain dalam belajar Kepercayaan diri sangat mempengaruhi kesuksesan dalam belajar dan bekerja, dalam lingkungan keluarga, dan hubungan sosial dengan orang lain. Kepercayaan diri yang rendah biasanya terjadi karena pola asuh orang tua yang kurang tepat, interaksi siswa, dan pola pikir yang negatif. Oleh karena itu, rendahnya kepercayaan diri harus segera diatasi agar siswa mampu mengaktualisasikan dirinya dengan secara maksimal

Diperlukan suatu cara untuk membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri. Siswa pada usia remaja, terutama pada siswa SMA banyak ditemukan masalah yang sama, sehingga cara yang tepat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa adalah melalui layanan konseling sebaya. Dalam pelaksanaan layanan konseling sebaya terdapat suatu keadaan yang

membangun suasana menjadi lebih aktif dan lebih bersahabat, keadaan itu adalah dinamika kelompok, saling memberikan dukungan ketika teman sedang memiliki masalah dan dukungan emosi, oleh karena itu konseling sebaya dapat meningkatkan percaya diri siswa.

Hasil analisis data penelitian Dilla Astarini, Herman Nirwana & Riska Ahmad (2016) memperlihatkan secara keseluruhan persepsi siswa tentang dukungan sosial teman sebaya di MTsN Parak Lawas Padang pada kategori positif. Positifnya persepsi siswa tentang dukungan sosial teman sebaya karena siswa menerima dukungan sosial yang positif dari teman sebaya. Adanya dukungan sosial teman sebaya remaja akan merasakan kehangatan dan keakraban dalam lingkungan sosial di kelompok teman sebaya. Hal ini membuat remaja akan mempersepsi lingkungan teman sebaya sebagai tempat yang menyenangkan dan menyediakan rasa aman, nyaman, ketentraman hati, dan perasaan dicintai, sehingga remaja dapat mempercayai teman sebaya untuk menceritakan permasalahan yang mereka miliki. Maka dari itu teman sebaya merupakan salah satu media yang efektif untuk seorang remaja untuk meningkatkan percaya dirinya.

Layanan informasi juga diyakini dapat menyelesaikan dari siswa untuk mengatasi permasalahan kurang percaya diri. Digunakannya layanan informasi, karena dengan cara memberikan layanan informasi secara klasikal inilah maka peserta didik dapat antusias dan termotivasi dalam menyelesaikan permasalahannya. Menurut Prayitno dan Amti (2008), menyatakan bahwa layanan informasi bermaksud memberikan pemahaman kepada individu-

individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dihendaki

Berdasarkan poin diatas teman sebaya memiliki porsi yang cukup besar dalam kehidupan remaja. Teman sebaya merupakan salah satu pihak yang dianggap paling tepat bagi siswa (remaja) untuk mencurahkan permasalahannya dengan terbuka. Ketika seorang remaja mengalami suatu permasalahan, pihak pertama yang didatangi adalah teman sebaya sebelum bercerita kepada orang tua, guru, atau konselor. Pernyataan tersebut didukung oleh gagasan yang dikemukakan oleh Santrock (2003) yang mengemukakan bahwa remaja memiliki keterikatan yang kuat dengan teman sebayanya.

Begitu pula dengan seperti yang diungkapkan oleh Santrock (2003) yang menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja yaitu dukungan sosial teman sebaya. Teman sebaya sangat dibutuhkan keberadaannya dalam kehidupan remaja, perhatian, kasih sayang, kepedulian dan nasihat dari teman sebaya akan membuat remaja merasa berharga sehingga akan memunculkan kepercayaan diri pada remaja yang dicerminkan dengan sikap bertanggung jawab, keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, rasional dan realistis.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan jika dukungan teman sebaya dapat membantu remaja untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dan salah

satu upaya yang perlu dilakukan konselor untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah konseling sebaya.

### **III. METODE PENELITIAN**

#### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### 1. Tempat Penelitian

Tempat yang akan menjadi lokasi penelitian ini adalah di SMA Negeri 8 Bandar Lampung yang beralamat di Jl. Laks. Malahayati No. 10, RT.008/RW.003, Talang, Teluk Betung Selatan, Kota Bandar Lampung, Lampung

##### 2. Waktu Penelitian

Waktu dalam penelitian ini adalah pada semester ganjil tahun ajaran 2018/2019

#### **B. Metode Penelitian**

Metode penelitian pendidikan menurut Sugiyono (2015) dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisipasi masalah. “Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu, cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan yaitu rasional, empiris, dan sistematis. (Sugiyono, 2015)”

Metode yang digunakan pada penelitian adalah eksperimen semu (*quasy experimental design*). Menurut Seniarti (2005) yang menyatakan bahwa eksperimen kuasi berbeda dengan penelitian eksperimen lainnya. Karena tidak memenuhi tiga syarat utama dari suatu penelitian eksperimen yaitu manipulasi, kontrol dan randomisasi. Pada penelitian ini kelompok tidak menggunakan kelompok kontrol dan randomisasi, peneliti hanya melihat hasil dari pemberian layanan Konseling sebaya pada siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah di SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen *time series design*. Pada *time series design* Azam, Sumarno & Rahmat (2006) peneliti melakukan pengukuran di depan, kemudian peneliti memberikan perlakuan pada objek yang diteliti. Kemudian peneliti melakukan pengukuran setelah perlakuan dilakukan. Bila hasil *pretest* (sebelum perlakuan) ternyata nilainya berbeda beda, berarti kelompok tersebut keadaanya labil, tidak menentu dan tidak konsisten. Nanti kestabilan dapat diketahui dengan jelas setelah diberikan *treatment*. Desain penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak memerlukan kelompok kontrol (Sugiyono, 2015). Seperti yang dikatakan (Mulyatiningsih, 2013) penelitian eksperimen ini hanya di terapkan pada satu kelompok, namun pengukuran dilakukan beberapa kali secara periodik.

Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:

PreTest	Perlakuan	PostTest
<i>O1</i>	<i>X1</i>	<i>O2</i>
<i>O3</i>	<i>X2</i>	<i>O4</i>
<i>O5</i>	<i>X3</i>	<i>O6</i>
<i>O7</i>	<i>X4</i>	<i>O8</i>

Gambar 2. Desain Eksperimen Penelitian

Keterangan :

$O_1 O_3 O_5 O_7$  : nilai *pretest* (sebelum diberikan perlakuan)

$X_1 X_2 X_3 X_4$  : tindakan/perlakuan

$O_2 O_4 O_6 O_8$  : nilai *posttest* (setelah diberikan perlakuan)

### C. Prosedur Eksperimen

#### 1. Menentukan Tempat Penelitian

Tempat yang dipilih untuk melakukan penelitian ini adalah di SMA N 1 Gedong Tataan sebagai sekolah untuk uji reliabilitas dan validitas instrumen, dan SMA N 8 Bandar Lampung, sebagai sekolah tempat peneliti melaksanakan eksperimen.

#### 2. Menentukan rancangan pelaksanaan konseling sebaya di SMA N 8

Layanan konseling sebaya yang diberikan sebagai suatu bentuk perlakuan, dilakukan sebanyak 4 kali dalam seminggu selama 1 kali pertemuan. Pada setiap sesi perlakuan, akan dakhirii dengan pemberian *posttest*.

#### 3. Tahap Penelitian

##### a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan adalah tahap dimana peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada Guru BK. Selain itu peneliti juga menentukan instrument yang akan digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa

b. Tahap pengambilan subjek

Dalam memilih dan menentukan subjek penelitian, peneliti memberikan instrument kepercayaan diri

c. Tahap pelaksanaan

1. Pelaksanaan perlakuan

Pelaksanaan perlakuan layanan konseling sebaya yang akan dilakukan siswa yang terpilih dan mendaftarkan diri untuk menjadi konselor sebaya yang telah diberikan pelatihan konselor sebaya sebelumnya. Pelatihan konselor sebaya dilakukan oleh peneliti dan Guru Pembimbing.

2. Waktu

Perlakuan diberikan dilakukan sebanyak satu kali dalam seminggu, dan dengan waktu yang telah disepakati.

3. Tempat

Tempat penelitian yang dipilih untuk melaksanakan eksperimen adalah SMA N 8 Bandar Lampung

4. Teknik layanan konseling sebaya

Perlakuan (*treatment*) dilakukan oleh konselor sebaya terpilih kepada siswa atau teman yang memiliki kepercayaan diri rendah. Berikut adalah jadwal pelaksanaan rancangan eksperimen dan kerangka prosedur penelitian

Tabel 1. Rancangan Kegiatan Konseling Sebaya

Minggu	Kegiatan	Hasil kegiatan
1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan Surat izin kepada pihak sekolah</li> <li>2. Memberikan penjelasan tentang penelitian yang akan dilaksanakan</li> <li>3. Penyebaran skala (<i>pretest</i>)</li> <li>4. Membuka pendaftaran calon konselor sebaya</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pihak sekolah mengizinkan dan ikut membantu pelaksanaan penelitian</li> <li>2. Terpilihnya subjek penelitian, yaitu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah</li> <li>3. Terdapat 6 siswa yang berminat menjadi konselor sebaya</li> </ol>
2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melaksanakan pelatihan konselor sebaya</li> <li>2. Menetapkan siswa yang akan menjadi konselor sebaya</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terdapat 6 siswa yang ikut pelatihan konselor sebaya</li> <li>2. Siswa yang dipilih menjadi konselor sebaya hanya 5 berdasarkan pertimbangan dan diskusi dengan guru BK</li> </ol>
3, 4, 5, 6	1. Pelaksanaan Konseling Sebaya ( <i>treatment 1</i> hingga <i>treatment 4</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah proses konseling, konseli juga diberikan <i>posttest</i></li> <li>2. Konselor Sebaya menulis laporan hasil konseling sebaya yang telah dilaksanakan</li> </ol>
7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diskusi dengan para konselor sebaya</li> <li>2. Diskusi dengan konseli</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mendapatkan informasi dan laporan tentang konseli</li> <li>2. Mendengarkan kepuasan dan perubahan yang terjadi pada dirinya setelah proses konseling</li> </ol>
8	Mendiskusikan hasil penelitian konseling sebaya pada guru BK	Guru Bk tertarik melanjutkan program ini karena siswa yang mengikuti konseling sebaya terlihat antusias
9	Mengurus Surat izin telah melaksanakan penelitian	Mendapat balasan surat dari pihak sekolah

#### D. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Subyek penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek penelitian diperoleh melalui *purposive sampling*. *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2015). Karena penelitian ini akan melihat peningkatan kepercayaan diri, maka yang dijadikan subjek adalah siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Langkah awal untuk mendapatkan subjek penelitian adalah peneliti melakukan *pretest* dengan menggunakan skala kepercayaan diri kepada

siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung. Setelah dilakukan *pretest*, didapat siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung yang memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian karena berdasarkan hasil *pretest*, siswa tersebut memiliki skor kepercayaan diri yang rendah.

## **E. Variabel Penelitian**

### 1. Variabel Penelitian

Variabel Penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015).

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 konseling sebaya (X).

#### b. Variabel terikat (*dependent*)

Sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen. Dalam Bahasa Indonesia disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri siswa(Y).

## **F. Definisi Operasional**

### **a. Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri adalah karakteristik pribadi seseorang yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri dan mampu mengembangkan serta mengolah dirinya sebagai pribadi yang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik. Dengan demikian yang dimaksud percaya diri dalam penelitian ini yaitu memiliki keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis..

Adapun indikator dari percaya diri adalah sebagai berikut :

1. Keyakinan kemampuan diri
2. Optimis
3. Objektif
4. Bertanggung jawab
5. Rasional
6. Realistis

### **b. Konseling Sebaya**

Layanan konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebaya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor teman sebaya. Konselor sebaya dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman temannya yang bermasalah. Terutama individu yang mengalami berbagai hambatan dalam proses pembelajaran yaitu memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Konseling Sebaya dalam penelitian diteliti dengan teori Menurut Erhamwilda (2015) mengemukakan bahwa ada empat langkah utama dalam pelaksanaan konseling sebaya untuk kompetensi peningkatan intrapersonal siswa yaitu 1) pemilihan dan pelatihan konselor sebaya. 2) pelaksanaan konseling yang dilakukan oleh konselor sebaya kepada konseli. 3) konselor sebaya melakukan evaluasi dan follow up dari proses konseling. 4) guru bimbingan konseling menindak lanjuti dan mengevaluasi kegiatan konselor sebaya

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Sugiyono (2015) metode pengumpulan data ialah cara memperoleh data. Peneliti akan menggunakan beberapa metode atau cara untuk memperoleh data-data yang diperlukan. Berdasarkan uraian tersebut maka dalam penelitian ini penulis menggunakan cara-cara sebagai berikut dalam mengumpulkan data.

### **1. Skala**

Teknik Pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang di perlukan guna mencapai objektivitas tinggi. Untuk mengumpulkan data teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri. Dalam penelitian ini skala di berikan pada saat sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan (*posttest*) setelah di berikan perlakuan.

Peneliti memperhatikan tujuan ukur, metode penskalaan dan format item yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban yang terdiri dari empat jawaban kesesuaian

antara responden dengan pernyataan yang disajikan. Jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan tersebut adalah: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor antara 1 sampai 4. Jawaban pada instrumen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Kategori Jawaban Skala Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran

No	Pertanyaan Positif		Pertanyaan Negatif	
	Jawaban	Nilai	Jawaban	Nilai
1	SS	5	SS	1
2	S	4	S	2
3	TS	2	TS	3
4	STS	1	STS	4

Skala likert ini disusun dalam bentuk *check-list*. Dalam skala likert, responden akan di berikan pernyataan-pernyataan dengan beberapa alternatif jawaban yang dianggap oleh responden sangat tepat. Alternatif jawaban yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 alternatif yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Pada skala kepercayaan diri ini dikategorikan menjadi 3 yaitu : tinggi, sedang, rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus (Sugiyono, 2015) sebagai berikut :

berikut :

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

Keterangan :

I : Interval  
 NT : Nilai Tinggi  
 NR : Nilai Rendah  
 K : Jumlah Kategori

Tabel 3. Kriteria Kepercayaan Diri Siswa

Interval	Kriteria
113-139	Tinggi
87-113	Sedang
61-87	Rendah
35-61	Sangat rendah

Tabel 4. Skor Penilaian Instrumen Penelitian

Pilihan Jawaban	Nilai Pernyataan Positif ( <i>favorable</i> )	Nilai Pernyataan Negatif ( <i>unfavorable</i> )
SS (Sangat Sesuai)	4	1
S (Sesuai)	3	2
TS (Tidak Sesuai)	2	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	4

Tabel 5. Kisi-kisi Skala Kepercayaan Diri

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
Kepercayaan Diri	1. Keyakinan kemampuan diri	1.1 Bersikap positif terhadap diri sendiri	1, 3	2, 4, 5	5
		1.2 Yakin dengan kemampuan yang dimilikinya	6, 8	7, 9	4
	2. Optimis	2.1 Memiliki sikap positif	11, 13	10, 12	4

		tentang harapan			
		2.2 Berpandangan baik tentang kemampuan	14, 15, 17, 18	16	5
	3. Obyektif	3.1 Memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya	19, 20	21, 22	4
		3.2 Mampu membedakan fakta dan opini	23, 24	25	3
	4. Bertanggung Jawab	4.1 Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	27	26, 28	3
		4.2 Siap menerima konsekuensi	29, 30, 31	32	4
	5. Rasional	5.1 Menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal	33, 35	34, 36	4
		5.2 Mampu menganalisa suatu kejadian menggunakan pemikiran yang sesuai kenyataan	37	38	2
<b>Jumlah</b>			21	17	38

## H. Uji Persyaratan Instrumen

### 1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid atau kurang sah berarti memiliki validitas yang rendah (Arikunto, 2010). Menurut Sugiyono (2015) untuk menguji validitas isi, dapat dengan mempertimbangkan pendapat dari para ahli (*judgments experts*). Dalam hal ini, setelah kisi-kisi lembar observasi disusun berdasarkan aspek-aspek tingkah laku yang akan diukur, maka selanjutnya di uji ahli oleh dosen pembimbing.

Berikut langkah-langkah dalam pelaksanaan uji validitas

#### 1. Pelaksanaan Uji Ahli Instrumen

Sebelum dilaksanakan penelitian, peneliti melakukan uji ahli instrumen yang akan digunakan untuk penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala. Peneliti memberikan instrumen kepada tiga dosen ahli yaitu: Ibu Citra Abriani, M.Pd., Kons., Bapak Bambang Riadi, S.Pd., M.Pd., Ibu Tika Febriyani, S. Pd., M.Pd., dan Bapak Ashari Mahfud, S.Pd.I., M.Pd..

#### 2. Tujuan Uji Ahli

Tujuan dari pelaksanaan uji ahli instrumen ini adalah untuk melihat keandalan penggunaan skala sebagai teknik pengumpulan data dan untuk melihat tepat atau tidaknya item-item skala yang akan digunakan

dalam penelitian, dalam hal ini instrumen digunakan untuk mengungkap kepercayaan diri siswa.

### 3. Hasil Uji Ahli

Penelitian ini menggunakan validitas isi. Adapun (Azwar, 2012) berpendapat bahwa untuk menguji validitas isi dapat digunakan pendapat para ahli (*judgment experts*). Setelah dilakukan uji ahli, adapun hasil yang diperoleh yaitu sebagai berikut: (Terlampir).

Berdasarkan uji ahli terhadap alat ukur yaitu berupa skala motivasi belajar, dimana terdapat 40 pernyataan item yang diberikan kepada dosen yang digunakan sebagai *Judgment Expert* adalah 4 orang dosen Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yaitu: Ibu Citra Abriani, M.Pd., Kons., Bapak Bambang Riadi, S.Pd., M.Pd., Ibu Tika Febriyani, S. Pd., M.Pd., dan Bapak Ashari Mahfud, S.Pd.I., M.Pd.

Adapun berdasarkan *judgment* yang diberikan oleh Ibu Citra Abriani, M.Pd., Kons. beliau menilai kisi-kisi instrument skala perilaku kepercayaan diri dalam pembelajaran sudah dapat dipergunakan sebagai alat instrumen pengumpulan data, namun harus diperbaiki terlebih dahulu pada beberapa kalimat item skala, dan sesuaikan pernyataan (+) dan (-) dengan deskriptor.

Kemudian oleh Ibu Tika Febriyani, S. Pd., M.Pd. menurut beliau menilai kisi-kisi instrument skala kepercayaan diri dalam pembelajaran sudah bisa diuji coba, tetapi perbaiki satu item yang beliau revisi.

Setelah itu oleh Bapak Bambang Riadi, S.Pd., M.Pd., Menurut beliau juga sudah cukup tepat namun ada beberapa pernyataan yang masih perlu diperbaiki kalimatnya.

Terakhir, menurut Bapak Ashari Mahfud, S.Pd.I., M.Pd.. menilai kisi-kisi instrument skala kepercayaan diri dalam pembelajaran sudah cukup tepat, tetapi ada beberapa pernyataan yang masih perlu diperbaiki kembali beliau mengatakan untuk memberikan pernyataan yang sesuai dengan indikator dan deskriptor yang diwakili. Setiap pernyataan atau pertanyaan dibuat sesederhana mungkin, namun jelas.

Berdasarkan hasil uji ahli (*judgement experts*) yang dilakukan oleh 4 dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung, koefisien validitas isi *Aiken's V* dari 38 item adalah ada pada rentang 0,91 sampai dengan 1,00 dan rentang nilai *V* adalah 0,92 berkaidah keputusan tinggi. Dengan demikian, koefisien validitas skala kepercayaan diri ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrument yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian ini.

## **2. Realibilitas**

Menurut Azwar (2010) reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, diperoleh hasil yang relatif sama. Suatu instrumen dikatakan reliabel atau tidak jika telah dihitung koefisien reliabilitasnya. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti instrumen

semakin reliabilitas. Koefisien yang semakin rendah mendekati 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya.

Untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria reliabilitas menurut Riduwan (2005) 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

Realibilitas instrumen dihitung menggunakan rumus alpha (perhitungan komputerasi menggunakan SPSS 21). Pada penelitian ini dilakukan uji realibilitas di SMAN 1 Gedong Tataan dengan jumlah anak sebanyak 120 siswa dapat diketahui hasilnya 0,823. Berdasarkan tabel kriteria realibilitas tersebut maka dikatakan realibilitas skala kepercayaan diri siswa memiliki tingkat realibilitas yang sangat tinggi.

Sedangkan untuk menghitung reliabilitas item angket digunakan rumus alpha (*Cronbach's Alpha*)

$$:r = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan:

r = Koefisien reliabilitas instrumen (*Cronbach's Alpha*)

k = Banyaknya butir pertanyaan atau banyak nya soal

$\sum \sigma_t^2$  = Total varians butir

$\sigma^2$  = Total varian

## I. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Dalam penelitian ini, penulis akan menjabarkan hasil pengukuran data penelitian berupa data kuantitatif. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan konseling sebaya untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Uji *Wilcoxon* merupakan perbaikan dari uji tanda.

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

Kaidah keputusan :

Jika statistik hitung (angka z output)  $>$  statistik tabel (tabel z), maka  $H_a$  diterima (dengan taraf signifikansi 5%)

Jika statistik hitung (angka z output)  $<$  statistik tabel (tabel z), maka  $H_0$  ditolak (dengan taraf signifikansi 5%).

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya dapatlah disimpulkan bahwa informasi pengalaman belajar melalui konseling sebaya dapat membantu siswa meningkatkan kepercayaan dirinya. Secara khusus kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini sebagai berikut :

1. Skor Kepercayaan diri pada siswa SMA Negeri 8 Bandar Lampung beragam. Profil yang ditunjukkan oleh setiap siswa berbeda. Setelah dilakukan pemberian perlakuan pertama (*pre test*) terdapat 5 orang siswa yang memiliki skor kepercayaan diri yang masuk pada kategori rendah. Diketahui IA mendapat skor pre test 75, HS mendapat skor 78, DO mendapat skor 77, SR mendapat skor 77 dan RTA mendapat skor 86.
2. Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian bahwa uji hipotesis menggunakan uji wilcoxon dengan diperoleh  $z_{hitung} = -2,023 < z_{tabel} = 1,645$ . Sehingga kesimpulannya konseling sebaya dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam pembelajaran pada siswa SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020.
3. Kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling sebaya. Hal ini ditunjukkan dengan persentase skor kepercayaan diri siswa yang meningkat yaitu IA

meningkat sebanyak 48%, HS meningkat sebanyak 51,2%, DO 38,9% , SR meningkat sebanyak 27,2% dan RTA sebanyak 39,5%. Selain itu adanya perubahan perilaku siswa pada setiap pertemuan. Sebelum diberikan konseling sebaya kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran rendah tetapi setelah diberikan layanan konseling sebaya terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa dalam peningkatan dan terdapat perubahan perilaku yang terjadi pada siswa.

## **B. Saran**

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil simpulan hasil penelitian, maka dengan ini penulis dapat mengajukan saran sebagai berikut :

### **1. Kepada siswa**

Kepada siswa disarankan apabila memiliki masalah kepercayaan diri yang rendah agar dapat melakukan konseling sebaya kepada teman mereka yang sudah diberikan pelatihan konseling.

### **2. Kepada Guru Bimbingan Konseling**

Kepada guru Bimbingan dan Konseling disarankan untuk apabila menghadapi siswa yang memiliki kepercayaan diri dalam pembelajaran yang rendah dapat dilakukan konseling sebaya.

### **3. Kepada Guru Bidang studi**

Guru bidang studi disarankan untuk tidak menghakimi dan memarahi siswa apabila siswa salah dalam menjawab pertanyaan. Serta guru bidang studi agar menjalin hubungan yang baik dan akrab sehingga akan timbul keterbukaan siswa.

#### 4. Para peneliti lain

Peneliti menyarankan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan layanan konseling konseling sebaya untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam pembelajaran agar dapat mengkaji lebih lanjut penelitian ini serta mengatasi kelemahan dari penelitian ini, seperti seperti sedikitnya minat siswa untuk menjadi konseling sebaya, kurangnya waktu dalam pelaksanaan konseling sebaya, sulitnya menyatukan jadwal konseli, ruangan untuk konseling yang terbatas dan konselor karena kelas mereka yang berbeda dan waktu yang terbatas.

Disarankan agar peneliti lain lebih dapat menggali lebih dalam tentang permasalahan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran. Disarankan kepada peneliti lain agar dapat membuat siswa agar membuat siswa lebih tertarik untuk mendaftarkan diri menjadi konselor sebaya Diharapkan kepada peneliti lain untuk dapat meneliti faktor-faktor penyebab dari rasa kepercayaan diri yang rendah dalam pembelajaran siswa. Peneliti selanjutnya yang ingin meneliti peningkatan kepercayaan diri yang rendah dalam pembelajaran siswa dapat juga menggunakan layanan konseling individu dengan jumlah yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Astarini, dkk. 2012. Hubungan antara Konsep Diri Sosial, Persepsi Siswa tentang Dukungan Sosial Orangtua, dan Teman Sebaya dengan Komunikasi Interpersonal Siswa dan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konselor* 1:247-257
- Azam, dkk. 2006. *Metodologi Penelitian Untuk Peningkatan Kualitas Pembelajaran Penelitian Kuasi Eksperimen dalam PPKP*. Direktorat Ketenagaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Azwar, S. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Desmita, 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Erhamwilda. 2015. *Layanan Konseling Sebaya Alternatif Kreatif Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah*. Media Akademi, Yogyakarta.
- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan "Perkembangan Peserta Didik"*. CV Pustaka Setia, Jakarta.
- Ghufron, M. Nur & Risnawita, Rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media, Yogyakarta.
- Gladding, S. T. 2012. *Konseling (Profesi yang Menyeluruh)*. Indeks, Jakarta.
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Puspa Swara, Jakarta.
- Hapasari, dkk. 2014. Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya. *Jurnal Psikodimensia* 13:60-72.
- Hunainah. 2008. *Bimbingan Teknis Implementasi Konseling Sebaya*. Rizki Press, Bandung.

- \_\_\_\_\_. 2011. *Bimbingan Teknis Implementasi Konseling Sebaya*. Rizki Press, Bandung.
- Iswidharmanjaya & Agung. 2005. *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*: PT. Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Jarmitia, dkk. 2016. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik Di Slb Kota Banda Aceh *Jurnal Psikoislamedia* 1:61-69.
- Komara, I. B. 2016. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa, *Jurnal psikopedagogia* 5:36-37.
- Lauster, P. 2003. *Tes Kepribadian (alih bahasa: D.H. Gulo)*. PT. Bumi Aksara, Jakarta
- Mastuti & Aswi. 2008. *50 Kiat Percaya Diri*. PT. Buku Kita, Jakarta.
- Mulyatiningsih, E. 2013. *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Alfabeta, Bandung.
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karawan dan Peneliti Pemula*, Alfabeta. Bandung.
- Rohayati, I. 2011. Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Edisi Khusus* 1:368-376.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Erlangga, Jakarta.
- Sarwono, S. W. 2012. *Psikologi Remaja*. PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Suwarjo. 2008. *Model Konseling Teman Sebaya Untuk Pengembangan Pengembangan Daya Lentur (Resilience): Studi Pengembangan Model Konseling Teman Sebaya Untuk Pengembangan Pengembangan Daya Lentur Anak Asuh Panti Sosial Asuhan Anak Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta*. Disertasi : Universitas Pendidikan Indonesia. Tidak Diterbitkan
- Syam, A & Amri. 2017. Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek* 5:87-102.

Triani, S. P. 2017. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Sebaya (Peer Counseling) di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 4:35-46.

Wahid, A. L. 2013. Konseling Sebaya Bagi Remaja (Tinjauan Teoritis dalam Mengatasi Problematika Remaja Persepektif Bimbingan dan Konseling). *Jurnal Al-Tazkiah*, 2:1-16.