

**PENINGKATAN PERCAYA DIRI SISWA DALAM BELAJAR
MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 2 METRO
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

***IMPROVED CONFIDENCE IN STUDENT LEARNING
GROUP COUNSELING SERVICES THROUGH
IN MADRASAH ALIYAH 2 METRO
YEAR 2011/2012***

Desi Ardiyanti¹ (desy.imoetzz@yahoo.co.id)

Di bawah bimbingan Giyono²

Yusmansyah³

ABSTRACT

The purpose of this reasearch was to determine the increase in the confidence of students in learning through group counseling services. The problem in this research were self-confidence of students in the study were low. The main problem in this study is "What is the confidence of students in learning can be enhanced by using the counseling service? The method used in this study is an experimental method to design One-Group Pretest-Posttest. Subjects in the study by eight students of class X that has a sense of low self-confidence in learning. Data collection techniques in this study using observation and interviews The results obtained in this study indicate that students' confidence in learning can be improved by using group counseling services, as shown from the results of data analysis using the sign test or t-test of pretest and posttest results $t_{hitung} = 11,31 > t_{tabel} = 1,896$ then, H_0 is rejected and H_a accepted, the means for students to learn self-confidence can be enhanced by using group counseling services. Conclusions in this study are self-confident students in learning can be enhanced using group counseling services. Advice that can be given is (1) The guidance and counseling teacher should be able to help and guide students in improving students' confidence by using group counseling services (2) To the researchers, should be able to do research on the self-confidence of students in different subjects with conditions using the same service and other services 3) The other researchers to use group counseling services for different research problems.

Keyword : self-confidence, group counseling services

1. Mahasiswa Bimbingan Konseling FKIP Universitas Lampung

2. Dosen Pembimbing Utama Bimbingan Konseling FKIP Universitas Lampung

3. Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan Konseling FKIP Universitas Lampung

**PENINGKATAN PERCAYA DIRI SISWA DALAM BELAJAR
MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 2 METRO
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas layanan konseling kelompok dalam meningkatkan percaya diri siswa yang rendah. Masalah pada penelitian ini adalah rasa percaya diri siswa yang rendah. Permasalahan pada penelitian ini adalah “Apakah rasa percaya diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok.” Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest*. Subjek dalam penelitian sebanyak 8 siswa kelas X yang memiliki rasa percaya diri rendah. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa percaya diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok, hal ini ditunjukkan dari hasil analisis data dengan menggunakan uji tanda atau *t-test* dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh $t_{hitung} = 11,31 > t_{tabel} = 1,896$ maka, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya percaya diri siswa yang rendah dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu percaya diri siswa yang rendah dapat ditingkatkan menggunakan layanan konseling kelompok. Saran yang dapat diberikan adalah (1) Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat membantu dan membimbing siswa dalam meningkatkan percaya diri siswa dengan menggunakan layanan konseling kelompok (2) Kepada para peneliti, hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai percaya diri siswa pada kondisi subjek yang berbeda dengan menggunakan layanan yang sama maupun layanan lainnya 3) Para peneliti lain agar dapat menggunakan layanan konseling kelompok untuk melakukan penelitian masalah berbeda.

Kata Kunci : Percaya Diri, Konseling Kelompok

PENDAHULUAN

Masalah kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun. Individu yang tak memiliki hambatan pun biasanya memiliki rasa kurang percaya diri. Apalagi pada individu 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: 13). 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.

Percaya Diri

Menurut Hakim (2005: 6), percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Percaya Diri atau *self Confidence* adalah sebuah sikap mental berkenaan dengan keyakinan dan kepercayaan diri terhadap kemampuannya. Sebagaimana telah dijelaskan dalam kamus besar Bahasa Indonesia (1991:11), bahwa “Percaya diri adalah yakin benar atau memastikan akan kemampuan atau kelebihan seseorang”. Percaya diri merupakan sikap yakin terhadap sesuatu, hal ini sangat bermanfaat dalam setiap keadaan.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang mampu untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri, alias “sakti”. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Layanan Konseling Kelompok

Hasen dkk dalam Larabee dan Terres (1984) menegaskan lebih lanjut bahwa layanan konseling kelompok merupakan cara yang amat baik untuk menangani konflik-konflik antar pribadi dan membantu individu dalam mengembangkan kemampuan pribadi mereka (misalnya pengendalian diri & tanggung rasa) dalam kaitan itu semua sebagaimana konseling perorangan, konseling kelompok berorientasi pada pengembangan individu, pemecahan masalah dan pengentasan masalah.

Webster (dalam Tatiek Romlah, 1989: 22) mengemukakan kelompok adalah dua atau lebih benda atau orang yang mempunyai suatu pola atau unit pola, suatu kesatuan orang-orang atau benda-benda yang membentuk suatu unit yang terpisah, suatu himpunan, suatu satuan, suatu satuan objek yang mempunyai hubungan, kesamaan atau sifat-sifat yang sama.

Kemp (1970) mengemukakan kelompok adalah dua atau lebih organisme yang saling berinteraksi dalam usaha mencapai tujuan bersama untuk pemuasan kebutuhan masing-masing anggota kelompok.

Sesuai pendapat diatas, Shaw (1981) mengemukakan bahwa kelompok adalah dua atau lebih orang yang saling berinteraksi antara yang satu dengan yang lain dalam cara-cara tertentu yang seorang anggota mempengaruhi oleh anggota yang lain.

Kelompok berbeda dengan kerumunan. Kelompok mempunyai tujuan-tujuan yang sama, bertingkah laku sesuai kepentingan kelompok dan tingkah lakunya saling berkaitan sedangkan kerumunan tidak memiliki tujuan yang sama.

Menurut Winkel (1991:485) konseling kelompok merupakan merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil.

Sementara Sukardi (2000) mengemukakan bahwa konseling kelompok adalah layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Itu berarti bahwa dalam konseling kelompok para siswa dapat mengungkapkan berbagai masalah yang terjadi pada dirinya, dan memungkinkan mencari pemecahan masalah dengan bantuan anggota kelompok. Menurut Prayitno (1995) Keterampilan berkomunikasi secara efektif, sikap bertenggang rasa, memberi dan menerima, toleran, mementingkan musyawarah untuk mencapai mufakat seiring dengan sikap demokratis, memiliki sikap tanggung jawab sosial seiring dengan kemandiriannya yang kuat, merupakan arah pengembangan pribadi yang dapat dijangkau melalui keaktifannya dinamika kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan oleh konselor dalam upaya pemecahan masalah individu kearah pengentasan permasalahan kepada beberapa klien yang tergabung dalam kelompok kecil.

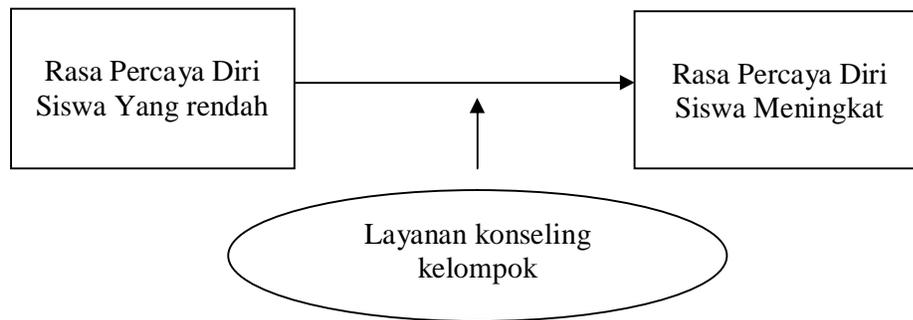
Dalam kegiatan layanan konseling kelompok terjadi proses penerimaan dan pengertian dari teman dalam kelompok yang menghasilkan rasa aman dan rasa bersatu yang akan mendukung proses introspeksi dan ekspresi perasaan-perasaan mendalam sehingga akan menciptakan penerimaan dan pengalaman-pengalaman serta perubahan sikap yang dicobakan akan memperkuat kemandirian untuk mengadakan perubahan pada dirinya. Pengalaman kelompok juga akan meningkatkan keterampilan berkomunikasi dengan orang lain dan akan berkembang hubungan antar pribadi yang secara alami, serta memperkembangkan keberanian untuk mencoba memecahkan masalah-masalah pribadi dan konflik emosional.

Secara umum tujuan penggunaan layanan konseling kelompok yang ingin dicapai adalah untuk membantu individu atau klien agar berkembang secara optimal sehingga ia mampu menjadi manusia yang berguna.

Masalah pada penelitian ini adalah rasa percaya diri siswa yang rendah. Permasalahan pada penelitian ini adalah “Apakah rasa percaya diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok”

Dalam kaitan pentingnya percaya diri bagi seorang siswa dalam pencapaian prestasi di sekolah, maka dalam hal ini peneliti mencoba untuk meningkatkan percaya diri siswa dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok ini dirasa sangat cocok digunakan dalam mengatasi masalah siswa yang memiliki percaya diri yang rendah, karena dalam layanan konseling kelompok mengarahkan individu pada interaksi sosial yang intensif dan dinamis selama berlangsungnya konseling. Oleh karena itu dengan layanan konseling kelompok diharapkan mampu membantu siswa dalam meningkatkan percaya diri.

Dengan demikian kerangka pikir yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1.1 Alur Kerangka Pikir

Gambar 1.1 menunjukkan bahwa Layanan konseling kelompok dapat membantu para siswa dalam meningkatkan rasa percaya diri rendah dalam belajar yang dialami siswa dengan adanya dinamika kelompok yang terjadi di dalamnya.

Tujuan penelitian adalah penulis ingin mengetahui efektifitas layanan konseling keompok dalam meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar di Madrasah Aliyah Negeri 2 Metro Tahun Pelajaran 2011/2012

Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *eksperimen* yang merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu, dan setiap gejala yang muncul diamati dan dikontrol secermat mungkin, sehingga dapat diketahui hubungan sebab-akibat munculnya gejala tersebut. Menurut Kartini Kartono (1996: 267) Metode eksperimen adalah suatu metode percobaan dan observasi sistematis dalam situasi khusus, dimana gejala-gejala yang diamati itu begitu disederhanakan, yaitu hanya beberapa faktor saja yang diamati, sehingga penelitian bisa mengatasi seluruh proses eksperimennya.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah 8 orang siswa yang direkomendasikan berdasarkan ciri-ciri sifat percaya diri yang rendah. dari hasil penjarangan subjek dengan melakukan wawancara terhadap guru bimbingan dan konseling pada saat penelitian pendahuluan.

Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini sebagai variabel bebas adalah layanan konseling kelompok. Dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah percaya diri dalam belajar.

Definisi Operasional

Percaya diri adalah sikap yang dimiliki individu yang berguna dalam pengembangan diri sehingga individu mampu mengaktualisasikan segala kemampuan yang ada dalam dirinya dalam kegiatan belajar. Sedangkan Layanan konseling kelompok adalah layanan konseling yang mengandung unsur terapeutik yang memungkinkan peserta didik memperoleh keluasaan dalam mengungkapkan permasalahannya dalam upaya pengentasan permasalahan yang dihadapi melalui dinamika kelompok

Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi.

Observasi adalah tehnik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala-gejala yang diselidiki.

Tabel 1. Kisi-kisi *Cheklis*

Variabel	Indikator	Deskriptor
Percaya Diri	1. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi	Mampu menjalin keakraban dengan orang lain
	2. Mampu menetralsir ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi.	Bersikap tenang dan tidak cemas
	1. Memiliki Kemampuan ber-sosialisasi.	Interaksi sosialnya tinggi
	2. Memiliki kecerdasan yang cukup	Aktif dalam diskusi
		Mendapatkan nilai di atas rata-rata
		Menerima materi dari guru dengan baik.
	3. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu	Tidak bergantung pada orang lain saat mengerjakan tugas.

b. Wawancara

Wawancara dilakukan pada subjek penelitian dan pihak-pihak yang berkaitan dengan subjek. Maka penelitian ini menggunakan teknik wawancara.

Teknis Analisis Data

Untuk mengukur skor Observasi sebelum dan sesudah layanan konseling dilakukan dengan menggunakan menggunakan Uji Tanda (*Sign Test*), Hasil t_{hitung} Kemudian dibandingkan dengan $t_{tabel\ 0,05}$ untuk mengetahui taraf signifikan sebagai berikut $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_o ditolak.

Hasil Dan Pembahasan

Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh dari hasil observasi. Observasi dilakukan sebanyak 3 kali sebelum treatment diberikan dan 3 kali setelah treatment dilakukan, hasil skor *Pretest* dan *Posttest* dari tiap-tiap observasi tersebut diakumulasikan. Berikut ini adalah data hasil observasi sebelum (*pretest*) dan setelah pemberian (*posttest*)

Tabel 2. Tabel Kerja Perhitungan *Pretest* dan *Posttest*

No	Nama Siswa	Pre-tes	Post-tes	Gain (d) (Pos-tes – Pre-tes)
1	AK	16	10	6
2	FK	22	13	9
3	MA	15	9	6
4	TH	19	12	7
5	AG	20	10	10
6	NP	20	11	9
7	IA	23	15	6
8	DG	27	17	11
N= 8		$\sum = 162$ $X = 20,25$	$\sum = 98$ $X = 12,25$	$\sum = 64$ $X = 8$

Berdasarkan hasil analisis data, maka dapat diketahui hasil pretes terhadap 8 orang siswa sebelum pemberian konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata skor percaya diri rendah siswa sebesar 20,25. Setelah dilakukan layanan konseling kelompok, hasil Post-test diperoleh nilai rata-rata menjadi 12,25. Hal ini menunjukkan adanya penurunan skor percaya diri siswa yang rendah, artinya

semakin berkurangnya skor tingkat percaya diri siswa yang rendah maka semakin tinggi tingkat percaya diri siswa.

Adapun tanda-tanda perubahan perilaku sebagai hasil layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Adanya perubahan perilaku yang dirasakan oleh siswa yaitu siswa lebih percaya diri dalam mengungkapkan pendapat, berkomunikasi dengan orang yang dikenalnya, mampu menampilkan bakat dan kemampuan yang dimilikinya, berani dalam menyelesaikan masalah, serta berani mengambil keputusan yang tepat untuk dirinya sendiri.
2. Peningkatan percaya diri siswa pun terlihat pada saat konseling berlangsung. Siswa sudah mulai berani bertanya, mengungkapkan pendapat serta memberikan umpan balik saat proses konseling berjalan. Siswa pun tampak antusias dalam pelaksanaan konseling dan mampu menyampaikan pesan dan kesan dari pelaksanaan konseling yang berlangsung.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas X MAN 2 Metro. Hasil tersebut dapat diketahui dengan terlihatnya skor percaya diri rendah yang mengalami penurunan perilaku setelah layanan konseling kelompok dilakukan. Artinya apabila skor perilaku percaya diri yang rendah semakin kecil maka semakin naik tingkat percaya diri siswa. Peningkatan rasa percaya diri dalam belajar juga ditunjukkan berdasarkan observasi yakni siswa lebih berani mengekspresikan pendapat, berani bertanya jika mereka tidak mengerti, mampu memberikan umpan balik saat melaksanakan konseling kelompok dan mampu menyampaikan pesan dan kesan setelah melaksanakan layanan konseling kelompok.

Saran

1. Kepada guru pembimbing di sekolah hendaknya dapat membantu dan membimbing siswanya dalam meningkatkan percaya diri siswa dengan menggunakan konseling kelompok
2. Kepada para peneliti, hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai percaya diri dengan menggunakan layanan konseling kelompok, pada kondisi subjek yang berbeda dengan menggunakan layanan yang sama maupun layanan lainnya.
3. Para peneliti lain agar dapat menggunakan layanan konseling kelompok untuk melakukan penelitian dengan masalah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Anthony, R. 1992. *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. (terjemahan Rita Wiryadi). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Lauster, P. 1997. *Test Kepribadian* (terjemahan Cecilia, G. Sumekto). Yogyakarta: Kanisius
- Margono. 1996. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Semarang: Rineka Cipta
- Prayitno dan Amti, E. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Ghalia Indonesia
- Nurihsan, J. 2006. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta. Rineka Cipta

-----2003. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Bumi Aksara

Thayeb, M.M. 1988. *Pengantar Bimbingan dan Konseling Karier*. Jakarta:

Bumi Aksara

Ubaydilah. 2006. *Bagaimana Menjadi Percaya Diri*. Jakarta: (<http://www.e-psikologi.com/dewasa/161002.htm>)

Winkel, W.S. 1990. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo