

MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM BELAJAR MENGUNAKAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA SMA

Fatwa Mustika Adji (fatwamustikaadji@gmail.com)¹

Yusmansyah²

Diah Utaminingsih³

ABSTRACT

The objective of this research was to find out the increase of the student's self-confident in learning through group guidance service. The problem in this research was the students' self-confident in learning. This study is quasi-experimental research, with non equivalent control group design. The subject in this research were 24 students. Data collection technique used observation. The result showed the students' self-confident in learning increased, using the wilcoxon test, the result of probability experiment group $0,002 < sig. 0,05$. Therefore H_{a1} was accepted, it mean that the student's self-confident in learning could be increased through group guidance service.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan percaya diri dalam belajar pada siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Masalah dalam penelitian ini percaya diri dalam belajar siswa. Penelitian ini bersifat *quasi eksperimental* dengan jenis *nonequivalent control group design*. Subjek penelitian sebanyak 24 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa percaya diri dalam belajar pada kelompok eksperimen meningkat, hal ini terbukti dari hasil analisis data menggunakan uji *wilcoxon*, nilai probabilitas pada kelompok eksperimen menunjukkan $0,002 < sig.0,05$. Sehingga H_{a1} diterima, maka percaya diri dalam belajar pada siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

Kata kunci : bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok, percaya diri dalam belajar

¹Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

²Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

PENDAHULUAN

Perkembangan siswa bukan hanya perkembangan intelektual atau hanya pada aspek kognitifnya saja, akan tetapi juga kemampuan afektif dan psikomotoriknya. Hal tersebut tentu didukung oleh rasa percaya diri. Lie (2012) mengatakan bahwa percaya diri adalah modal dasar seorang siswa dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri.

Percaya diri dapat dimiliki oleh seorang siswa apabila ia yakin akan kemampuan diri yang dimiliki sehingga dapat melahirkan suatu cipta ataupun kreasi. Sebaliknya apabila seorang siswa memiliki percaya diri yang rendah dalam dirinya maka individu itu akan terbebani dan terganggu dalam melakukan suatu hal serta ragu dalam mengambil keputusan untuk masa depan yang akan dipilihnya. Apabila percaya diri mereka kurang maka prestasi yang mereka capai pun tidak maksimal.

Cara membantu siswa dalam meningkatkan percaya diri dalam belajar dapat melalui bimbingan kelompok. Salah satu kegunaan dari kegiatan bimbingan kelompok seperti yang diungkapkan oleh Sukardi (2007) bahwa melalui bimbingan kelompok dapat dihilangkan beban-beban moril seperti malu, penakut, sifat-sifat egoistis, agresif, manja, dan sebagainya.

Menurut Prayitno (2004), bimbingan kelompok adalah kegiatan yang mendorong anggota kelompok untuk mengeluarkan pendapat dan saling bertukar ide, hal ini akan merangsang kemampuan siswa untuk mengekspresikan diri, sehingga bermanfaat untuk menunjang perkembangan pribadi. Sehingga melalui kegiatan kelompok yaitu bimbingan kelompok kepercayaan diri yang dimiliki siswa dapat meningkat.

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui peningkatan percaya diri dalam belajar menggunakan bimbingan kelompok pada siswa.

Pengertian Percaya Diri Siswa

Dariyo (2007) berpendapat bahwa percaya diri ialah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Percaya diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk memahami dirinya sendiri, dengan memahami potensi yang ada dalam dirinya, siswa mampu untuk menunjukkan potensi yang dimilikinya kepada orang lain. Widarso (2005) mengemukakan bahwa:

“...siswa yang memiliki rasa percaya diri dapat melakukan apa pun dengan segala kemampuan yang dimiliki, dan bangga dengan hasil kerjanya sehingga tidak ragu untuk menunjukkannya kepada orang lain, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa tetapi mempunyai semangat untuk mencoba lagi.”

Siswa yang memiliki percaya diri dapat melakukan sesuatu dengan nyaman tanpa ragu – ragu, sehingga mampu untuk menunjukkan potensinya kepada orang lain. Apabila ternyata gagal, siswa yang memiliki percaya diri tidak lantas putus asa tetapi memiliki semangat untuk mencoba lagi dan mampu untuk menghadapi segala kendala, sehingga potensi dalam diri dapat dikembangkan secara optimal. Sebaliknya, siswa dengan percaya diri rendah akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan belajarnya, sehingga prestasi yang dicapai tidak maksimal.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk menunjukkan seluruh potensinya kepada orang lain dalam rangka menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah bantuan yang diberikan kepada siswa yang memungkinkan siswa untuk memperoleh informasi guna meningkatkan potensi di dalam dirinya dalam suasana kelompok. Prayitno (2004) mengartikan bahwa bimbingan kelompok sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-

keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi-interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik.

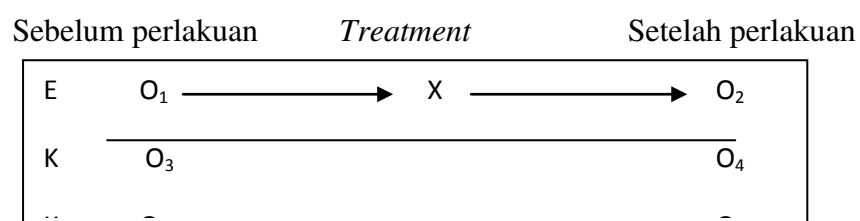
Adapun tujuan bimbingan kelompok, yaitu: membantu siswa mampu berbicara di depan orang banyak; mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan, dan lain sebagainya kepada orang lain; belajar menghargai pendapat orang lain; bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakan; mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif); dapat bertenggang rasa; dan menjadi akrab satu sama lain (Prayitno, 2004).

Layanan bimbingan kelompok mengikutkan sejumlah peserta yaitu siswa sebagai anggota kelompok dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Layanan bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi anggota kelompok, yang merupakan suatu wadah yang membuat individu selalu aktif dalam membantu individu-individu lain untuk dapat secara mandiri maupun bersama-sama dalam mengembangkan percaya diri dalam belajarnya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen. Sedangkan untuk desain penelitian, peneliti menggunakan *quasi experimental Designs* dengan jenis yang digunakan adalah *nonequivalent control group design*.

Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:



Gambar 2 *Nonequivalent Control Group Design* (Sugiyono,2010)

Keterangan :

- O₁ : Pengukuran awal terhadap kelompok eksperimen untuk mengukur percaya diri dalam belajar siswa menggunakan observasi.
- X : Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terhadap kelompok eksperimen.
- O₂ : Pengukuran akhir terhadap kelompok eksperimen berupa *posttest* untuk mengukur percaya diri dalam belajar siswa sesudah diberi perlakuan menggunakan observasi.
- O₃ : Pengukuran awal terhadap kelompok kontrol untuk mengukur percaya diri dalam belajar siswa menggunakan observasi.
- O₄ : Pengukuran kedua terhadap kelompok kontrol untuk mengukur percaya diri dalam belajar siswa tanpa diberikan bimbingan kelompok menggunakan observasi.

Prosedur Penelitian

Sebelum melaksanakan layanan bimbingan kelompok, peneliti melakukan penjarangan subjek dengan observasi. Observasi dilakukan kepada beberapa siswa yang merupakan rekomendasi dari guru. Didapatkan subjek sebanyak 24 siswa yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen berjumlah 12 siswa yang terdiri dari 7 siswa dengan percaya diri dalam belajar rendah, 3 siswa percaya diri dalam belajar sedang, dan 2 siswa percaya diri tinggi. Sedangkan kelompok kontrol sebanyak 12 siswa, yang terdiri dari 7 siswa dengan percaya diri dalam belajar rendah, 3 siswa percaya diri dalam belajar sedang, dan 2 siswa percaya diri tinggi. Dalam penelitian kelompok eksperimen diberikan perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Dalam penelitian kelompok eksperimen diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok sebanyak 3 kali. Setelah diberikan perlakuan, subjek pada kelompok eksperimen diberikan *posttest* dengan observasi oleh peneliti dengan instrument yang sama pada saat melakukan *pretest*. Pemberian *posttest* digunakan untuk melihat peningkatan percaya diri dalam belajar.

Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 1 Labuhan Ratu Lampung Timur tahun pelajaran 2013/2014. Subjek sebanyak 24 siswa yang didapat dari hasil observasi. Subjek dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, dimana jumlah subjek pada masing – masing kelompok sama, yaitu 12 siswa.

Variabel Penelitian

- a. Variabel bebas (*independen*) yaitu layanan bimbingan kelompok.
- b. Variabel terikat (*dependen*) adalah percaya diri siswa dalam belajar.

Definisi Operasional

Percaya diri dalam belajar siswa adalah kemampuan siswa untuk berani mengekspresikan diri, berani menampilkan kemampuan diri kepada orang lain, menunjukkan kebanggaan atas hasil kerjanya, memiliki keberanian menghadapi kendala, dan mampu mengemukakan pendapat.

Sedangkan bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna mengenai percaya diri siswa dalam belajar agar mampu memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya dalam meningkatkan percaya diri dalam belajar. Kegiatan layanan bimbingan kelompok terdiri dari empat tahapan, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

METODE PENGUMPULAN DATA

Observasi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan observasi percaya diri dalam belajar siswa, yang digunakan untuk mengetahui nilai *pre-test* dan *post-test*. Lembar observasi ini terdiri dari 20 pernyataan bentuk *rating scales* dengan 5 alternatif jawaban yang menunjukkan frekuensi muncul atau tidaknya perilaku. Skor 5 diberikan jika perilaku muncul sebanyak 4 kali, skor 4 jika muncul sebanyak 3 kali, skor 3 jika muncul sebanyak 2 kali, skor 2 jika perilaku muncul sebanyak 1 kali dan skor 1 jika perilaku sama sekali tidak muncul selama observasi.

Pengujian Instrumen Penelitian

Validitas Instrumen

Validitas dalam penelitian ini adalah validitas isi (*Content Validity*). Azwar (2012) berpendapat bahwa untuk menguji validitas isi dapat digunakan pendapat para ahli (*judgment experts*). Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila, dengan hasil uji para ahli menyatakan bahwa beberapa item tepat dan sangat tepat.

Realibilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrument dan mengetahui tingkat reliabilitas instrumen dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus koefisien kesepakatan menurut Arikunto (2006) sebagai berikut:

$$KK = \frac{2S}{N_1 + N_2}$$

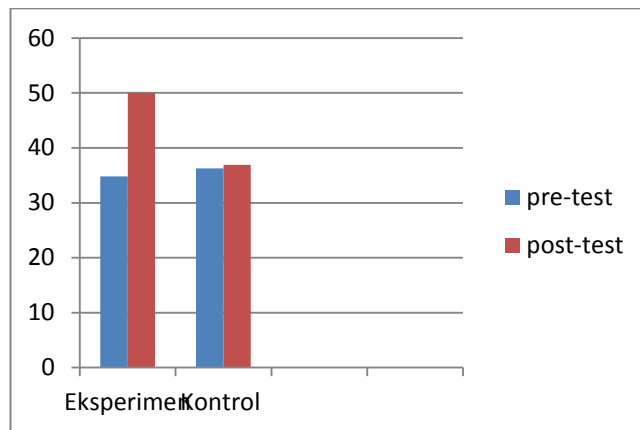
Hasil perhitungan reliabilitas yang dibuat memiliki tingkat realibilitas tinggi yakni 0,76.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji wilcoxon menggunakan penghitungan komputerisasi program SPSS.16.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini terlihat adanya perbandingan antara skor rata-rata *pretest* dengan skor rata-rata *posttes* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari grafik berikut:



Grafik 1. Peningkatan Percaya Diri dalam Belajar Siswa

Grafik 1 adalah grafik skor rata-rata *pretest* dan skor rata-rata *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, data penelitian menunjukkan bahwa percaya diri dalam belajar siswa pada kelompok eksperimen dapat meningkat setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok, peningkatan percaya diri siswa dalam belajar pada kelompok eksperimen dapat dilihat dari skor rata – rata percaya diri dalam belajar yang meningkat dari 34,83 menjadi 50 sehingga terjadi peningkatan sebesar 19,17 atau 55,48 %.

Peningkatan percaya diri dalam belajar siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Data *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Kelompok eksperimen			Kelompok kontrol		
<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Peningkatan	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Peningkatan/ penurunan
23	41	18	23	26	3
28	43	15	26	25	-1
26	45	19	28	30	2
24	50	26	31	32	1
28	51	23	25	26	1
26	54	28	27	24	-3
23	40	17	24	26	2
40	57	17	48	50	2
44	60	16	42	38	-4
41	67	26	43	43	0
57	69	12	58	60	2
58	71	13	60	63	3

Setelah memperoleh data, peneliti kemudian melakukan analisis data. Berdasarkan uji wilcoxon yang telah dianalisis diperoleh angka probabilitas pada kelompok eksperimen sebesar 0.002 pada sig.probabilitas (2-arah) yang artinya lebih kecil dari sig.0,05. Berdasarkan kaidah keputusan jika sig.probabilitas < 0.05 maka **Ha₁ diterima dan Ho₁ ditolak**, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh sig.probabilitas sebesar 0.324 pada signifikansi (2-arah) hal ini menunjukkan bahwa sig.probabilitas lebih besar dari 0,05. Sehingga dapat dinyatakan bahwa sig.probabilitas > sig.0,05 maka **Ha₂ ditolak dan Ho₂ diterima**.

Layanan bimbingan kelompok diberikan untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar. Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk membahas dan mengentaskan permasalahan yang dialami siswa melalui dinamika kelompok. Seperti yang dikemukakan oleh Prayitno (2004) yaitu kelompok dapat menciptakan dan membantu suasana saling percaya, memperhatikan, memahami, menerima dan mendukung yang memungkinkan siswa untuk mengungkapkan

masalah pribadi mereka dengan teman-teman sebaya dan konselor. Pengaruhnya sangat baik untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa.

Pada subyek penelitian dalam kelompok eksperimen, terdapat peningkatan percaya diri siswa dalam belajar setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Pada subyek yang bernama AR, TD, PPS, dan BPR setelah diberikan layanan bimbingan kelompok mereka menjadi lebih berani mengekspresikan diri, tidak ragu - ragu, dan mau aktif di dalam kelompok. Hal itu sesuai dengan pendapat Lina (2010) bahwa dalam semakin banyak hal yang diekspresikan maka akan semakin tinggi percaya diri seseorang. Dengan layanan bimbingan kelompok hal ini dapat tercipta, karena dalam layanan bimbingan kelompok terdapat asas keterbukaan dimana para anggota kelompok dilatih untuk aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu.

Pada subyek DP dan ES terjadi peningkatan percaya diri siswa dalam belajar setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Setelah diberikan bimbingan kelompok yang memberikan kesempatan kepada mereka untuk mengekspresikan diri mereka menjadi bersikap terbuka, berani menampilkan kemampuan di hadapan kelompok, berani mengatasi masalah, dan menunjukkan hasil kerja kepada orang lain sehingga percaya diri siswa dalam belajar mereka meningkat. Melalui layanan bimbingan kelompok percaya diri siswa dalam belajar pada KRS, EW, ST, YPR, ADY, dan FS pun meningkat. Hal tersebut terjadi karena dalam layanan bimbingan kelompok mereka dilatih untuk saling berinteraksi, mengungkapkan pendapat, saling mendukung satu sama lain dan juga menyelesaikan setiap kendala secara bersama - sama. Hal itu sesuai dengan pendapat Santrock (2003) bahwa lingkungan yang selalu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan potensinya maka akan membuat siswa merasa berharga sehingga pada akhirnya akan membuat siswa percaya diri.

Peningkatan percaya diri dalam belajar pada setiap siswa di atas berbeda-beda, hal ini disebabkan adanya berbagai faktor penyebab yang tidak dapat dikendalikan secara khusus oleh peneliti, faktor-faktor tersebut antara lain: faktor yang berasal

dari dalam diri siswa yakni, karakteristik siswa, semangat dan keinginan, serta tekad siswa. Hal ini didukung oleh pendapat Lina, dkk (2010) bahwa keinginan dan tekad yang tertanam dalam diri siswa untuk menjadi lebih percaya diri dalam belajar juga menjadi faktor meningkatnya percaya diri siswa dalam belajar. Faktor eksternal meliputi: faktor budaya, faktor orang tua dan keluarga, dan faktor lingkungan. Hal ini sesuai dengan pendapat Santrock (2003) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi percaya diri siswa, diantaranya adalah keadaan fisik dan karakteristik siswa, lingkungan, serta pola asuh orang tua.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa percaya diri siswa dalam belajar pada kelompok eksperimen meningkat setelah memperoleh bimbingan kelompok, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak memperoleh bimbingan kelompok. Hal ini sesuai oleh pendapat Sukardi (2007) bahwa manfaat dari layanan bimbingan kelompok, salah satunya adalah memberikan kesempatan pada anggota untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya. Bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada siswa untuk membahas suatu topik dan siswa juga diberikan kesempatan untuk memberikan pendapat dan berbagai kegiatan yang dapat merangsang percaya diri siswa.

Dengan demikian, percaya diri dalam belajar siswa dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji wilcoxon, dimana sig.probabilitas pada kelompok eksperimen diperoleh sebesar $0,002 < sig.0,05$ sehingga H_a terima dan H_o ditolak, hal ini berarti terdapat peningkatan percaya diri dalam belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Labuhan Ratu Lampung Timur tahun pelajaran 2013/2014.

B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Labuhan Ratu adalah:

1. Kepada siswa

Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Ratu hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri dalam belajar.

2. Kepada guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat menginformasikan mengenai pentingnya kepercayaan diri siswa, dan meningkatkan frekuensi menggunakan bimbingan kelompok dalam membantu siswa meningkatkan percaya diri dalam belajar.

3. Kepada para peneliti

Peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang percaya diri dalam belajar dengan layanan bimbingan kelompok hendaknya dapat menggunakan subjek yang berbeda dan meneliti variabel lain dengan mengontrol variabel-variabel yang sudah diteliti sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Azwar, Saifuddin. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Dariyo, Agoes. 2007. *Psikologi Perkembangan (Anak Tiga Tahun Pertama)*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Lina dan Klara. 2010. *Panduan Menjadi Remaja Percaya Diri*. Jakarta: Nobel Edumedia.

Lie, Anita. 2003. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: Elexmedia.

Prayitno. 2004. *Seri Layanan Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.

Santrock. 2003. *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sukardi, Dewa Ketut. 2007. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

Widarso. 2005. *Pengembangan Peserta Didik*. Bandung: Alfabeta.