

**PENGGUNAAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA DALAM BELAJAR**

**GROUP COUNSELING FOR IMPROVING CONFIDENCE IN STUDENT
LEARNING**

Shella Rahmi Putri (shellarahmi@yahoo.co.id)

Dibawah bimbingan Yusmansyah dan Diah Utaminingsih

ABSTRACT

The purpose of this study to determine the students increased self-confidence after the group counseling services to students of class VII SMP Kartika II-2 Bandar Lampung. The subjects of this study six students class VII SMP KARTIKA II-2 Bandar Lampung who have low confidence in learning. The results showed that students' self-confidence has increased significantly after the administration of guidance services group. It is shown from the results obtained pretest and posttest count $Z = -2.201$ and Z tables = 0. Because Z count $\leq Z$ table, then H_0 is rejected and H_a is accepted, it means that there is a difference significance level of 5% between the confidence scores of students before and after a given group counseling services to research subjects. Conclusions of this research, student confidence in learning can be enhanced through group counseling services at the Junior High School eight grade students KARTIKA II-2 Bandar Lampung in the Academic Year 2012/2013.

Keywords: group counseling, guidance and counseling, self-confidence

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri siswa setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP KARTIKA II-2 Bandar Lampung . Subyek penelitian ini enam orang siswa kelas VII SMP KARTIKA II-2 Bandar Lampung yang memiliki kepercayaan diri rendah dalam belajar. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan signifikan dengan taraf signifikansi 5% setelah pemberian layanan bimbingan kelompok. Hal ini ditunjukkan dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh Z hitung = -2,201 dan Z tabel = 0. Karena Z hitung $\leq Z$ tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan dalam penelitian ini, Kepercayaan diri siswa dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP KARTIKA II-2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2012/2013.

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

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha dalam mencerdaskan kehidupan bangsa atau mencerdaskan manusia indonesia seutuhnya, baik dari segi intelektualnya juga akhlaknya, agar dapat melaksanakan pembangunan berdasarkan iman dan takwa. Pendidikan juga merupakan cara untuk mempersiapkan siswa sebagai remaja agar siap menghadapi era globalisasi.

Peserta didik di era globalisasi dituntut untuk memiliki sikap percaya diri. Di era globalisasi tersebut akan banyak terjadi tekanan-tekanan dari berbagai hal, yang dapat membuatnya jatuh. Selain itu, peserta didik dituntut banyak kemampuan di berbagai bidang dan mampu mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari. Untuk mewujudkannya peserta didik harus di tanamkan sikap percaya diri, kepercayaan diri yang baik, agar peserta didik merasa yakin dan mampu menghadapi persaingan di era global siap dengan masa depannya serta percaya diri menghadapi setiap keadaan.

Peserta didik yang mendapatkan pendidikan disekolah tidak hanya dikembangkan potensi intelektualnya saja, namun aspek emosionalnya harus dikembangkan. Dalam hal ini Bimbingan dan Konseling sangat mendukung perkembangan aspek emosional siswa.

Giyono (2010) Bimbingan adalah sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak- anak, remaja, maupun dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan, berdasarkan norma- norma yang berlaku. Sementara itu, Sukardi (2008: 38) konseling adalah suatu upaya yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara konselor dan klien yang berisi usaha yang laras, unik, manusiawi yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma- norma yang berlaku, agar klien memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang. Dari penjelasan diatas telah jelas dikemukakan bahwa Bimbingan dan Konseling sangat berperan dalam perkembangan aspek emosional siswa terutama kepercayaan diri. Guru disekolah dapat berperan aktif dalam mengurangi rasa kepercayaan diri yang dialami oleh siswa SMP terutama guru Bimbingan dan Konseling. Guru Bimbingan dan Konseling memiliki pengetahuan yang lebih dalam mengatasi rasa kurang percaya diri yang terjadi pada siswa SMP. Guru Bimbingan dan Konseling dapat memberikan pelayanan Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi rasa tidak percaya diri siswa salah satunya adalah Bimbingan Kelompok.

Kepercayaan Diri

Menurut Hakim (2002:7) rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Sedangkan menurut Fatimah (2006:149), kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang

memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.

Anshory (2000:27) mengungkapkan bahwa percaya diri merupakan potensi yang luar biasa yang dimiliki oleh seseorang untuk melakukan suatu tindakan tanpa adanya dorongan dan paksaan dari orang lain.

Maka rasa percaya diri adalah sikap individu yang merasa memiliki kompetensi, yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, serta harapan yang realistis terhadap dirinya sendiri.

Bimbingan Kelompok

Pengertian bimbingan kelompok menurut Prayitno (1995:178) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Maksudnya, semua peserta kegiatan kelompok saling berinteraksi, bekerjasama, bebas mengeluarkan pendapat, menggapi, memberi saran, dan lain- lain serta apa yang dibicarakan akan bermanfaat bagi setiap anggota kelompok. Bimbingan kelompok terlaksanan apabila topik yang dibicarakan adalah beberapa topik umum.

Sementara itu, Sukardi (2008: 38) konseling adalah suatu upaya yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara konselor dan klien yang berisi usaha yang laras, unik, manusiawi yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma- norma yang berlaku, agar klien memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang. Dari penjelasan diatas telah jelas dikemukakan bahwa Bimbingan dan Konseling sangat berperan dalam perkembangan aspek emosional siswa terutama kepercayaan diri.

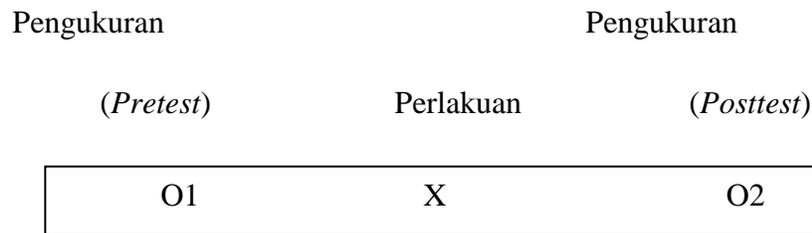
Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat,

memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi- informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal dan untuk mencapai tujuan- tujuan tertentu. Tujuan dalam penelitian ini adalah meningkatkan kerja sama dalam kerja kelompok.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest*.

Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan :

- O₁ : Nilai *pre test* (sebelum diberikan perlakuan) yaitu pengukuran/observasi awal sebelum siswa diberikan layanan bimbingan kelompok
- X : Perlakuan (pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa Kelas VII SMP Kartika II- 2 Bandar Lampung)
- O₂ : Nilai *post test* (setelah diberikannya perlakuan) yaitu pengukuran/observasi kedua setelah siswa diberikan layanan bimbingan kelompok.

Pelaksanaan dengan desain ini dilakukan dengan cara memberikan perlakuan atau *treatment* (X) terhadap suatu kelompok. Sebelum diberikan perlakuan atau *treatment*, kelompok tersebut diberikan *pretest* (O1) dan kemudian setelah perlakuan atau *treatment* diberikan, kelompok tersebut diberikan *posttest* (O2). Hasil dari kedua test ini kemudian dibandingkan untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh atau perubahan terhadap kelompok tersebut (Sugiyono, 2010).

Subjek Penelitian

subjek dalam penelitian ini adalah enam siswa kelas VII di SMP KARTIKA II-2 Bandarlampung yang memiliki kepercayaan diri rendah yang hasilnya didapat dari penjarangan subjek dengan menggunakan skala kepercayaan diri siswa dalam belajar.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala percaya diri dalam belajar yang dibuat berdasarkan indikator dari teori Fatimah (2006), digunakan untuk menentukan subyek penelitian, pretest dan posttest.

Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini ada dua, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Variabel bebasnya yaitu bimbingan kelompok, sedangkan variabel terikat yaitu kepercayaan diri siswa dalam belajar.

Definisi Operasional

Kepercayaan diri siswa dalam belajar adalah sikap individu yang merasa memiliki kompetensi, yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, serta harapan yang realistis terhadap dirinya sendiri. Yang dicirikan dengan: 1).Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, 2).Tidak menunjukkan sikap hanya setuju demi mendapat penerimaan dari kelompok lain, 3).Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain- berani menjadi diri sendiri, 4).Punya pengendalian diri yang baik , 5).Memandang segala sesuatu dari sisi baik terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya, 6).Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, dimana

pemimpin kelompok menyediakan informasi- informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal dan untuk mencapai tujuan- tujuan tertentu. Tujuan dalam penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar.

Pengujian Instrumen Penelitian

Validitas Instrumen

Validitas dalam penelitian ini adalah validitas konstruk. Menurut Sugiyono (2010), validitas konstruk adalah validitas yang berkaitan dengan kesanggupan suatu alat ukur dalam mengukur pengertian suatu konsep yang diukurnya. Cara mengukur validitas ini dengan mengkonsultasikan dengan ahli yang dikenal dengan istilah *judgment expert*.

Realibilitas Instrumen

Untuk menguji reliabilitas instrument dan mengetahui tingkat reliabilitas instrumen dalam penelitian ini , peneliti menggunakan rumus alpha melalui program SPSS. Hasil analisis relibilitas yang dilakukan adalah skala yang dibuat memiliki tingkat realibilitas tinggi yakni 0,925.

Teknik Analisis Data

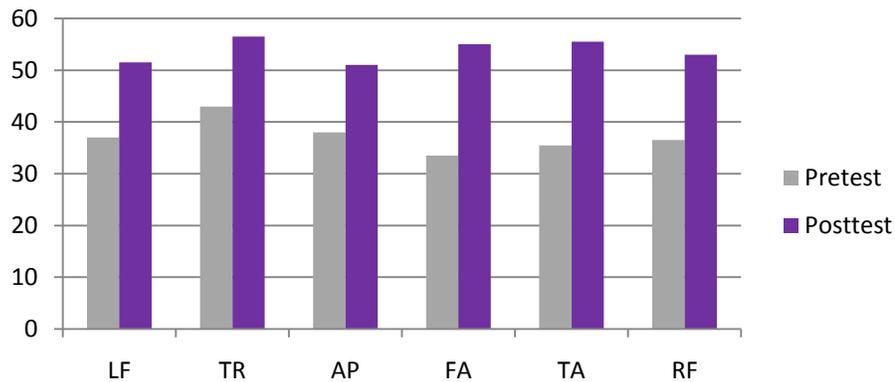
Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Wilxocon Match Pairs Test* menggunakan penghitungan komputerisasi program SPSS.17

HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN

Sebelum dilaksanakannya bimbingan kelompok peneliti melaksanakan *pretest* untuk mengetahui kondisi awal subjek. Pelaksanaan *pretest* dan *posttest* dilakukan dengan melakukan penyebaran skala kepada seluruh subjek. Terdapat perbedaan skor atau

hasil yang diperoleh setelah peneliti melakukan bimbingan kelompok terhadap hasil *posttest* yang dilakukan.

Berikut ini grafik peningkatan kepercayaan diri siswa dalam belajar



Gambar 4.1 Grafik peningkatan kepercayaan diri siswa

Pada gambar 4.1 tersebut dapat dilihat peningkatan interaksi sosial dengan teman sebaya pada subyek penelitian yaitu:

- a) Subyek dengan kode LF adalah Lutfiah Nisri, skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 37, dan setelah mengikuti bimbingan kelompok skornya menjadi 51,5.
- b) Subyek dengan kode TR adalah Thiethan Rizki, skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 43, dan setelah mengikuti bimbingan kelompok skornya menjadi 56,5.
- c) Subyek dengan kode AP adalah Az Zahra Putri, skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 38, dan setelah mengikuti bimbingan kelompok skornya menjadi 51.
- d) Subyek dengan kode FA adalah Fernia Afita, skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 33,5, dan setelah mengikuti bimbingan kelompok skornya menjadi 55.

- e) Subyek dengan kode TA adalah Tamara Achenia, skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 35,5, dan setelah mengikuti bimbingan kelompok skornya menjadi 55,5.
- f) Subyek dengan kode RF adalah Reza Fadhilah, skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 36,5, dan setelah mengikuti bimbingan kelompok skornya menjadi 53.

Dalam menguji hipotesis, peneliti menggunakan subyek penelitian dengan uji *Wilcoxon* melalui komputerasi menggunakan program SPSS17. Kemudian hasil $Z_{hitung} = -2,201$ dibandingkan dengan nilai Z_{tabel} dengan taraf signifikansi $0,05 = 0$. Dari hasil perhitungan didapat $Z_{hitung} = -2,201 \leq Z_{tabel} = 0$. Sesuai ketentuan dalam uji *Wilcoxon*, jika $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Kartika II-2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2012/2013.

Kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah dilakukan bimbingan kelompok mengalami perbedaan, yaitu mengalami peningkatan yang lebih baik dan aktif. Hal tersebut ditandai dengan lebih seringnya siswa terlibat dalam kegiatan kelompok, lebih mampu mengeluarkan pendapatnya saat diskusi kelompok, mau berbagi dengan temannya, tidak lagi mengganggu temannya yang sedang belajar, serta tidak lagi memaksakan pendapatnya yang kurang diterima dalam kelompok.

Ada beberapa kelebihan dan kelemahan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Kelebihan dalam kegiatan bimbingan kelompok yaitu; kegiatan bimbingan kelompok dapat membantu siswa menyadari pentingnya komunikasi dan kerjasama dalam kelompok, karena dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi hubungan yang lebih dekat antar anggota kelompok yang memiliki satu tujuan bersama. Selanjutnya dengan bimbingan kelompok siswa lebih berani dalam mengemukakan pendapatnya serta mampu menghargai pendapat temannya. Sedangkan kelemahan dalam bimbingan kelompok yaitu ketika pemimpin kelompok tidak mampu mengendalikan

suasana kelompok, maka siswa akan cenderung diam dan tidak aktif atau bahkan tidak menyimak kegiatan bimbingan kelompok yang berlangsung. Maka dari itu peran pemimpin kelompok sangat penting untuk menghidupkan dinamika kelompok dan mengendalikan kelompok sesuai dengan tujuan layanan bimbingan kelompok yang ingin dicapai.

Prayitno (1999:107-111) mengungkapkan bahwa pelayanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan pelayanan bimbingan. Pendapat tersebut juga didukung oleh pendapat Sukardi (2008:67) yang mengatakan bahwa melalui dinamika kelompok di bawah bimbingan guru pembimbing, terdapat lima manfaat yang di dapat siswa, yaitu:

- 1) Diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya.
- 2) Memiliki pemahaman yang objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan itu.
- 3) Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang bersangkutan-paut dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
- 4) Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan “penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik” itu.
- 5) Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana mereka programkan semula.

Peningkatan kepercayaan diri siswa juga terlihat dari setiap pertemuan dengan topik permasalahan yang dibahas. berdasarkan indikator kepercayaan diri yang hendak dicapai. Dari empat indikator kepercayaan diri yang hendak diukur diperoleh hasil yang beragam. Hal ini dikarenakan setiap subjek berasal dari latar belakang dan lingkungan yang berbeda, serta persepsi terhadap diri sendiri yang berbeda pula.

Dari keseluruhan hasil yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa yang rendah dapat meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Kartika II-2 Bandarlampung, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

Kesimpulan Statistik

Berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa meningkat secara signifikan melalui layanan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh yang dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh hasil Z hitung = -2,201 dan Z tabel = 0. Karena Z hitung $\leq Z$ tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat perbedaan signifikan dengan taraf signifikansi 5% antara skor kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII SMP Kartika II-2 Bandarlampung tahun pelajaran 2012/2013. Hal ini ditunjukkan dari perubahan perilaku siswa dalam setiap pertemuan pada kegiatan bimbingan kelompok, juga perilaku siswa dalam kegiatan sekolah sehari-hari yang semakin aktif dan terlibat dalam kelompok.

B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Kartika II-2 Bandarlampung adalah :

1. Kepada siswa

- a) Siswa hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya dirinya.
- b) Siswa diharapkan mampu menunjukkan penerimaan terhadap apapun keadaan teman disekitarnya agar tidak ada teman yang merasa dijauhi.
- c) Siswa tidak perlu takut dalam mengemukakan pendapat, karena jika kita menyampaikannya dengan baik, maka percayalah bahwa orang lain akan mampu menerima pendapat kita.

2. Kepada guru bimbingan dan konseling

Guru pembimbing hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok secara rutin untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

3. Kepada Guru

Guru bidang studi hendaknya menerapkan metode pembelajaran yang dapat mendukung berkembangnya kepercayaan diri siswa.

4. Para peneliti

Para peneliti hendaknya mampu mempersiapkan diri dengan baik dan semaksimal mungkin untuk melakukan berbagai bentuk layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan baik dan mampu mencapai tujuan yang diharapkan..

DAFTAR PUSTAKA

Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: CV. Pustaka Setia

Giyono. 2010. *Bimbingan dan konseling di Sekolah*. Bandar Lampung. Universitas Lampung

Hakim, Thursnan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta.Puspa Swara.

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*.
Jakarta: Gahlia Indonesia.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif
dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sukardi, D.K. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di
Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.