

**UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII C  
MTS. NEGERI 1 BANYUWANGI**

**Miftahul Arifin, Supono**

**Dosen Bimbingan dan Konseling Univeristas PGRI Banyuwangi  
Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi Universitas PGRI  
Banyuwangi**

[miftahularifin@unibabwi.ac.id](mailto:miftahularifin@unibabwi.ac.id)

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri siswa melalui penerapan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VII C MTS. Negeri Banyuwangi Tahun ajaran 2017/2018. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII C MTS. Negeri Banyuwangi yang memiliki percaya diri rendah. Penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, observasi dan analisis data. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dan setiap siklus terdiri dari identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling, evaluasi dan tahap refleksi. Berdasarkan hasil analisis data skor awal diperoleh hasil bahwa terdapat 10 orang siswa yang memiliki percaya diri dengan kategori rendah. Kesekolah orang ini akan ditindak lanjuti pada penelitian siklus I. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan percaya diri siswa. Peningkatan persentase percaya diri siswa adalah sebagai berikut: pada pelaksanaan siklus I diperoleh peningkatan 4 orang siswa yang mencapai kriteria diatas 65% dengan rata-rata peningkatan 69,35% termasuk dalam kategori sedang, sedangkan 6 orang siswa masih dibawah kriteria 65%. Pada pelaksanaan siklus II 6 orang siswa yang belum mencapai kriteria 65% pada siklus I mengalami peningkatan diatas 65% dengan rata-rata peningkatan 83,08% pada siklus II termasuk dalam kategori tinggi. Hasil analisis data yang diperoleh pada siklus II nampak bahwa dari keenam orang siswa sudah menunjukkan sikap percaya diri sesuai dengan aturan yang sudah ditetapkan di sekolah. Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri siswa.

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Percaya Diri.*

---

**EFFORTS TO IMPROVE SELF CONFIDENCE THROUGH GROUP  
GUIDANCE SERVICES IN CLASS VII C STUDENTS  
MTS. COUNTRY 1 BANYUWANGI**

**Abstract**

*The purpose of this study was to determine the increase in the confidence of students through the application of group counseling services in Class VII C MTS. State*

*Banyuwangi academic year 2017/2018. The subjects were students of class VII C MTS. Banyuwangi country who have low self-confidence. This research is action counseling. Data collection methods used in this study was a questionnaire, observation and data analysis. This study was conducted in two cycles, each cycle consisting of identification, diagnosis, prognosis, counseling, evaluation and reflection stage. Based on the analysis initial score obtained results that there are 10 students who have confidence in the low category. To school this person will be followed up on the research cycle I. The results show an increase in confidence of students. Increasing the percentage of confident students are as follows: on the implementation of the first cycle obtained an increase of 4 students who achieve the criteria above 65% with an average increase of 69.35% in medium category, while 6 students still under the criteria of 65%. On the implementation of the second cycle 6 students who have not reached the criteria of 65% in the first cycle has increased over 65% with an average increase of 83.08% in the second cycle in the high category. The results of analysis of data obtained in the second cycle it appears that out of the six students have demonstrated an attitude of confidence in accordance with the rules that have been defined at the school. So it can be concluded that the application of group counseling services can improve the confidence of students.*

**Keywords:** *Guidance Group, Confident.*

---

## **PENDAHULUAN**

Meningkatkan kualitas pendidikan adalah menjadi tanggung jawab semua pihak yang terlibat dalam pendidikan terutama bagi guru yang merupakan aspek yang paling penting dalam menentukan maju mundurnya kualitas pendidikan. Guru dalam setiap pembelajaran haruslah menggunakan pendekatan, strategi dan metode pembelajaran yang dapat memudahkan siswa memahami materi yang diajarkan, namun realita dilapangan tidak sesuai yang diharapkan, saat ini masih banyak masalah-masalah yang sering timbul dalam PBM, baik dari segi waktu, metode, dan cara guru mengajar. Begitupula sebagai guru BK harapan tersebut juga menjadi tanggung jawab seorang guru BK, memberikan pelayanan dan mengoptimalkan perkembangan siswa adalah menjadi tanggung jawab seorang guru BK.

Keberadaan guru BK di sekolah menjadi bagian penting bagi tercapainya kualitas pendidikan. Setiap individu dalam kehidupan bermasyarakat, pada umumnya selalu menemui masalah baik yang bersumber dari dalam maupun dari luar individu. Pelayanan bimbingan dan konseling itu sendiri merupakan usaha membantu siswa dalam mengembangkan kehidupan pribadi, sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karier. Pelayanan bimbingan dan konseling memfasilitasi pengembangan diri siswa, baik secara individual maupun kelompok, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, perkembangan serta peluang yang dimiliki. Pelayanan ini juga bertujuan membantu mengatasi kelemahan dan hambatan serta masalah yang dihadapi

siswa. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dilaksanakan dengan pola 17, yang terdiri dari empat (4) macam bidang bimbingan, yaitu : bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karier; tujuh (7) macam layanan, yaitu : layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, pembelajaran, konseling individual, bimbingan kelompok dan konseling kelompok; serta lima (5) kegiatan pendukung, yaitu : aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah dan alih tangan kasus. Dari beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik bimbingan kelompok menjadi salah satu cara untuk meningkatkan percaya diri siswa. Hal ini disebabkan karena masih terdapat beberapa siswa yang masih memiliki minat yang rendah dalam belajar sehingga perlu ditangani melalui pelaksanaan bimbingan konseling dalam situasi kelompok. Sukardi (2003:48) mengemukakan bahwa “layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat”. Prayitno dan Amti (2008:307) mengatakan bahwa “bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu”. Dengan satu kali kegiatan, layanan kelompok itu memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Kemanfaatn yag lebih meluas inilah yang menjadi perhatian semua pihak berkenaan dengan layanan bimbingan kelompok ini.

Percaya diri sangat mempengaruhi prestasi dan hasil belajar siswa. Prestasi rendah selain dipengaruhi oleh kapasitas atau kemampuan intelektual yang rendah juga dipengaruhi oleh faktor-faktor non intelektual. Faktor-faktor tersebut berupa aspek-aspek kepribadian salah satunya adalah kurang percaya diri. Walgito (1991) menyatakan bahwa “kepercayaan diri merupakan dasar bagi berkembangnya sifat-sifat mandiri, kreatif, dan bertanggung jawab”. Sebagai ciri manusia yang berkualitas sangat dibutuhkan untuk menghadapi tantangan masa depan. Percaya diri adalah “meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (*judgement*) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya” (Rai, 2014:81).

Berdasarkan hasil observasi beberapa siswa ditemukan tidak mampu percaya diri untuk bertindak laku dan cenderung mengikuti arah dan ajakan beberapa teman yang tidak sesuai aturan. Kepercayaan diri siswa tidak mampu berkembang dengan baik dikarenakan kurangnya pemahaman diri mereka tentang kemampuan dirinya sehingga cenderung menggantungkan dirinya pada orang lain yang kemungkinan membawa dampak negatif bagi dirinya. Selain itu juga, berdasarkan observasi dan pemantauan selama di sekolah ditemukan beberapa gejala perilaku siswa yang menunjukkan masih rendahnya percaya diri

siswa dalam mengekspresikan apa yang ingin dilakukan, antara lain : (1) tampak beberapa siswa khususnya pada mata pelajaran Matematika, nampak takut dan cemas dalam mengikuti pelajaran tersebut. Beberapa siswa diantaranya dengan inisial AS takut mengikuti pelajaran Matematika, namun sebenarnya AS memiliki kemampuan untuk menjawab soal dan pertanyaan dari gurunya, namun karena ketakutan dan kurangnya percaya diri AS terhadap kemampuannya menyebabkan kemampuan yang dimiliki tidak terarah dengan optimal dan mendapatkan nilai cukup dalam pelajaran Matematika.

Berdasarkan beberapa gejala yang nampak tersebut, maka dari itu diharapkan dengan adanya kepercayaan diri yang tinggi siswa mampu membentuk tingkah laku yang sesuai dengan yang diharapkan. Dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok menolong individu untuk dapat memahami bahwa orang-orang lain ternyata mempunyai kebutuhan-kebutuhan dan masalah-masalah yang sama berhubungan dengan aspek kepercayaan diri siswa dalam proses pembelajaran. Melalui bimbingan kelompok ini dimungkinkan akan dapat membantu masalah siswa berkaitan dengan kepercayaan dirinya yang kurang dalam pembelajaran Bahasa Indonesia. Karena di dalam bimbingan kelompok memfasilitasi siswa untuk bertukar pendapat, lebih mudah untuk menangkap persoalan yang dihadapinya dan cara mengatasinya.

Kegiatan bimbingan kelompok merupakan salah satu dari beberapa layanan bimbingan konseling yang bisa dilaksanakan dan bersifat preventif. Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika dalam pelaksanaannya memanfaatkan dinamika kelompok yang mendorong kehidupan kelompok. Dinamika kelompok merupakan "sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok, artinya merupakan pengerahan secara serentak semua faktor yang dapat di gerakkan dalam kelompok itu". Robert L Gibson (2011:52) mengatakan istilah bimbingan kelompok berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktifitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. Selain itu bimbingan kelompok juga mencegah berkembangnya *problem*. Jadi dalam bimbingan kelompok dapat membantu siswa membuat perencanaan hidup dan pengambilan keputusan yang lebih tepat melalui suatu kerjasama antar anggota kelompok demi tercapainya suatu tujuan bersama. Adapun isi kegiatan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran dan terkait masalah yang berkaitan dengan empat bidang bimbingan yakni sosial, pribadi, belajar dan karir. Bimbingan kelompok ini biasanya diadakan di luar jam pelajaran, misalnya sepulang sekolah atau kesepakatan antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompoknya.

Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok hampir sama dengan kegiatan konseling individu, namun dalam bimbingan kelompok yang dibahas bukanlah masalah pribadi melainkan masalah yang bersifat umum. Menurut Prayitno dan Amti (2008:307) mengatakan bahwa “bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu”. Dengan satu kali kegiatan, layanan kelompok itu memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Kemanfaatn yang lebih meluas inilah yang menjadi perhatian semua pihak berkenaan dengan layanan bimbingan kelompok ini. Sedangkan menurut Sukardi (2003:48) Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.

Berdasarkan beberapa pengertian bimbingan kelompok di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan format kelompok dengan anggota antara 8-15 orang dengan seorang ahli (konselor) sebagai pemimpin kelompok dan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik aktual, dan secara bersama-sama dibahas oleh anggota kelompok. Selanjutnya kegiatan bimbingan kelompok ini juga bisa mencegah berkembangnya masalah dan dapat membantu mengambil keputusan yang lebih tepat. (preventif).

Menurut Angelis (2000:10) kepercayaan diri merupakan “suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan”. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai.

Pendapat ahli lain, Walgito (1991) menyatakan bahwa “kepercayaan diri merupakan dasar bagi berkembangnya sifat-sifat mandiri, kreatif, dan bertanggung jawab”. Sebagai ciri manusia yang berkualitas sangat dibutuhkan untuk menghadapi tantangan masa depan. Percaya diri adalah “meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (*judgement*) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya” (Rai, 2014:81).

Setiap individu yang lahir ke dunia ini mempunyai suatu kecenderungan dan keinginan untuk dapat mengaktualisasikan diri dan mampu mempertahankannya serta pada dasarnya tingkah laku manusia adalah usaha organisme yang berarah pada tujuan untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhan yang ada pada dirinya. Rusaknya kepercayaan diri tidak dapat ditumbuhkan dalam satu dua hari saja, karena lingkungan banyak memberi pengaruh dalam



membentuk kepercayaan diri individu. Yoder & Procter (dalam Danang W. 2009:10), mendefinisikan kepercayaan diri adalah “ekspresi atau ungkapan yang penuh semangat dan mengesankan dan dalam diri seseorang untuk menunjukkan adanya harga diri, menghargai diri sendiri, dan pemahaman terhadap diri sendiri”. Percaya diri merupakan suatu sikap yang harus dimiliki oleh orang-orang yang ingin mendapatkan kesuksesan karena tanpa percaya diri mustahil seseorang mampu menghadapi masalah yang dihadapinya.

Rasa percaya diri merupakan “bagian penting dari karakteristik kepribadian siswa yang dapat memfasilitasi kehidupannya, khususnya yang berhubungan dengan tingkah laku, kegiatan belajar dan pencapaian tujuan belajar siswa” (Danang W. 2009:11). Kepercayaan diri yang tumbuh pada diri seseorang bukan tumbuh begitu saja tetapi berkembangnya kepercayaan diri tersebut berawal dari lingkungan keluarga yang merupakan sarana utama dan pertama bagi seseorang untuk menerima pendidikan kedua orang tuanya yang akan member warna bagi kepribadiannya kelak. “Rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya”. Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Siswa yang mempunyai rasa percaya diri tinggi dapat memahami kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya merupakan hal yang wajar dan sebagai motivasi untuk mengembangkan kelebihan yang dimilikinya bukan dijadikan penghambat atau penghalang dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Hakim, 2005: 6).

Mengacu pada beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah keyakinan dan kemampuan diri, berani mencoba memecahkan masalah, tidak mudah terpengaruh dan tidak perlu membandingkan diri dengan orang lain.

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, maka peneliti mencoba untuk melakukan suatu penelitian eksperimen dengan judul “Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VII C MTs. Negeri Banyuwangi.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian tindakan ini dilakukan di Sekolah Madrasah Tsanawiyah Negeri Banyuwangi, dengan subjek penelitian siswa kelas VII C yang berjumlah 43 orang. Alasan pengambilan subjek ini karena pada saat observasi yang dilakukan tepatnya pada jam pelajaran BK, di kelas VII C masih terdapat beberapa orang siswa yang menunjukkan percaya diri yang trendah. Penelitian ini termasuk Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK). Ridwan (2012: 30) menyatakan bahwa “penelitian tindakan kelas adalah pelaksanaan tindakan

yang dilakukan kepada sekelompok murid dalam waktu yang sama dengan melalui prosedur penelitian”.

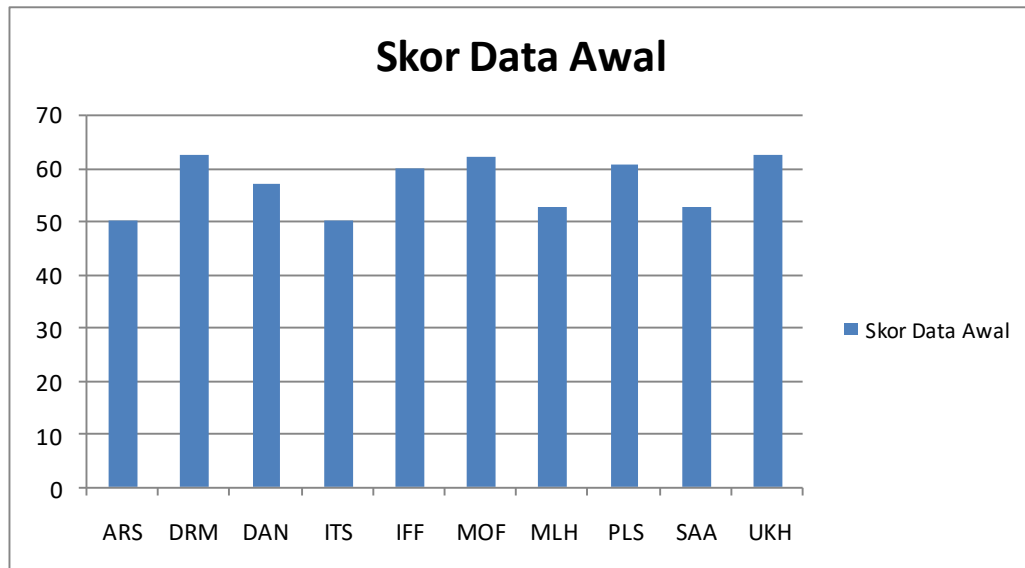
Data yang dikumpulkan meliputi kepercayaan diri dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner kepercayaan diri yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari 40 butir pernyataan, dengan menggunakan skala Likert yang terdiri atas lima alternatif jawaban dengan rentangan skor nol sampai lima, sesuai dengan persentase tingkat keyakinan siswa.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dikerjakan oleh siswa agar dapat memberikan tanggapan tertulis dari sebuah pernyataan/pertanyaan yang bersifat terbuka dan tertutup. Hasil perubahan perilaku berupa peningkatan percaya diri siswa dipantau dengan kuesioner percaya diri, untuk melihat seberapa besar manfaat penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa maka skor hasil penyebaran kuesioner setelah pemberian tindakan konseling dengan teknik tersebut akan dianalisis secara deskriptif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

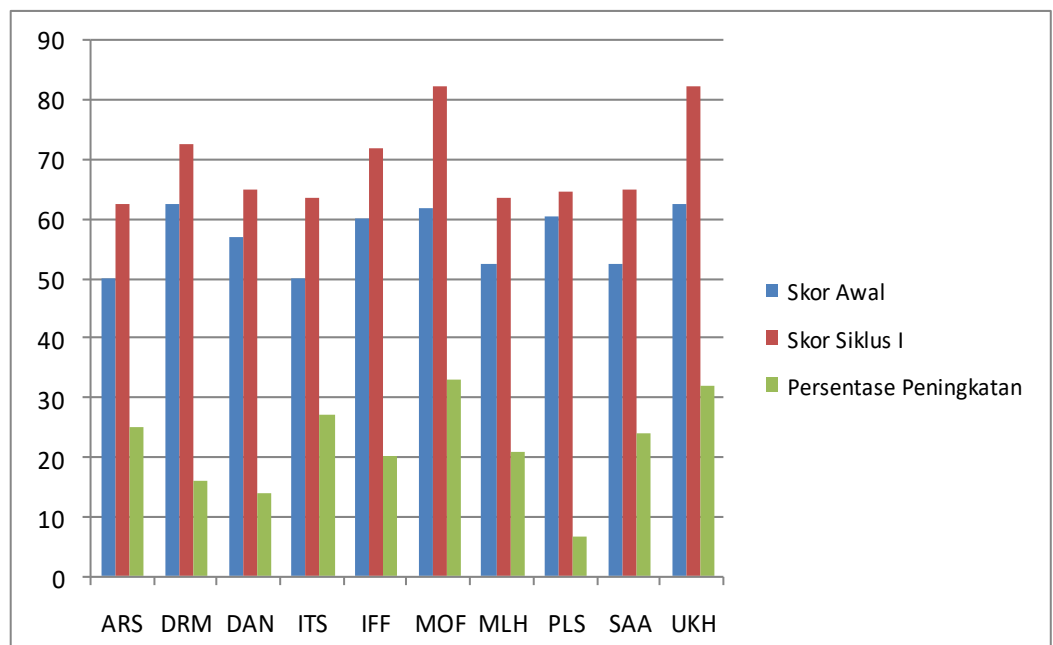
### **Hasil**

Deskripsi data yang akan disajikan pada bagian ini terdiri atas dua siklus. Masing-masing siklus terdiri dari tiga langkah dan masing-masing siklus tersebut disajikan dengan cara menyajikan rata-rata persentase peningkatan kepercayaan diri siswa sebagai ukuran penyebaran, tabel frekuensi, dan histogram. Berdasarkan perhitungan diperoleh hasil bahwa terdapat 10 orang siswa dari 43 orang siswa memiliki kepercayaan diri dengan kategori rendah. Kemudian 10 orang siswa tersebut ditindaklanjuti pada siklus satu melalui tahapan yang sudah ditentukan. Perhitungan skor awal dapat disajikan dalam bentuk grafik 1 di bawah ini :



Grafik 1. Persentase Skor Awal Percaya diri Siswa

Berdasarkan gambar 1 dapat dideskripsikan sebagai berikut : Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 4 orang siswa yang dikategorikan memiliki tingkat percaya diri sangat tinggi, 11 orang dikategorikan tinggi, 18 orang dikategorikan sedang, dan 10 orang dikategorikan rendah. Subjek yang diberikan layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah siswa yang berada dalam kategori rendah yang berjumlah 10 orang. Alasan dipilinya kesepuluh siswa tersebut karena dilihat dari hasil analisis kuesioner kesepuluh siswa tersebut tergolong siswa yang memiliki percaya diri masih rendah dengan persentase dibawah 65%, begitu pula dari hasil observasi yang dilakukan selama PBM di kelas serta hasil wawancara dengan wali kelas yang bersangkutan. Selanjutnya, tindak lanjut terhadap 10 orang siswa yang memiliki persentase rendah di bawah 65% akan difollow up pada siklus I melalui tahapan-tahapan yang sudah dicantumkan dalam rancangan penelitian. Berikut ini disajikan data skor siklus I untuk siswa yang berjumlah 10 orang dengan kategori percaya diri masih rendah dalam bentuk grafik 2 di bawah ini :





## Grafik 2 : Persentase Peningkatan Percaya diri Siswa Pada Siklus

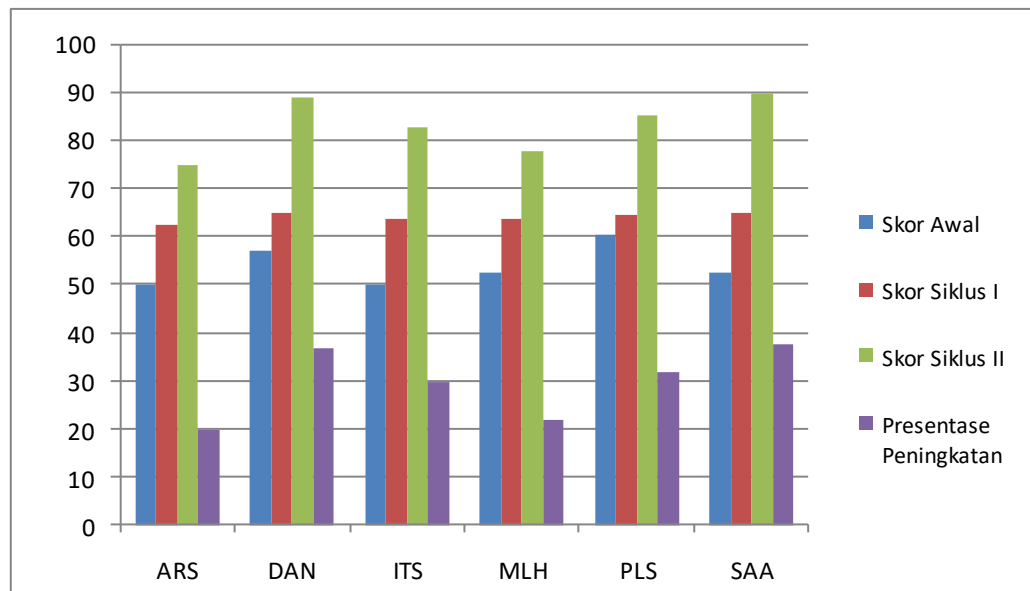
Berdasarkan hasil evaluasi dapat diketahui bahwa adanya peningkatan percaya diri. Persentase peningkatan antara 6,61% sampai 33,06% dengan rata-rata peningkatan sebesar 21,85%. Peningkatan yang dimaksud dapat dilihat dari presentase peningkatan, kemampuan berbicara, sikap, pola pikir dan ketertarikan terhadap pelajaran selama proses observasi dilakukan. Artinya, semakin tinggi perubahan sikap dan pola pikir siswa yang ditunjukkan selama proses pembelajaran maka semakin tinggi pula peningkatan percaya diri siswa. Dengan kata lain, percaya diri siswa akan dapat ditingkatkan apabila siswa memiliki kesadaran untuk berpikir yang rasional ketertarikan dan motivasi dalam belajar. Berdasarkan hasil evaluasi siklus I dapat dikemukakan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri siswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik penerapan layanan bimbingan kelompok maka percaya diri siswa akan dapat lebih ditingkatkan.

Selain itu, hal ini terbukti dengan adanya peningkatan presentase dari skor awal ke siklus 1 meskipun belum maksimal. Dari 10 orang siswa yang diberikan layanan bimbingan kelompok ternyata 4 diantaranya dapat meningkatkan percaya dirinya hingga mencapai 65% ke atas. Sedangkan 6 orang siswa masih berada dibawah kriteria ketuntasan percaya diri sesuai dengan yang diharapkan. Untuk itu kepada keenam siswa tersebut dipandang perlu untuk diberikan bimbingan lanjutan pada siklus ke II. Hal ini terjadi karena pelaksanaan layanan bimbingan kelompok belum berjalan secara optimal dan efektif.

Adapun terdapat kendala-kendala lain yang dialami selama pelaksanaan, yaitu masih terdapat beberapa anggota kelompok yang kurang memiliki semangat dan perhatian untuk mengoptimalkan kesempatan berpartisipasi dalam memberi masukan antar anggota kelompok, sehingga keberhasilan kegiatan layanan

masih jauh dari yang diharapkan. Akibat dari proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang kurang optimal yakni pemanfaatan dinamika kelompok belum terjalin dengan baik antar anggota kelompok. Oleh karena itu dalam pelaksanaan siklus II perlu diadakan perbaikan, yaitu perbaikan dimulai dari peningkatan pemberian layanan, pemanfaatan dinamika kelompok antara

anggota agar hasilnya sesuai dengan apa yang diharapkan. Berikut ini disajikan data skor siklus II untuk siswa yang berjumlah 6 orang dengan kategori percaya diri masih rendah dalam bentuk grafik 3 di bawah ini :



Grafik 3 : Persentase Peningkatan Percaya diri Siswa Pada Siklus II

Berdasarkan hasil evaluasi dapat diketahui bahwa adanya peningkatan percaya diri siswa. Persentase peningkatan antara 20% sampai 37,69% dengan rata-rata peningkatan sebesar 29,73%. Peningkatan yang dimaksud dapat dilihat dari presentase peningkatan, kemampuan berbicara, sikap, pola pikir dan ketertarikan terhadap pelajaran selama proses observasi dilakukan. Artinya, semakin tinggi perubahan sikap dan pola pikir siswa yang ditunjukkan selama proses pembelajaran maka semakin tinggi pula peningkatan percaya diri siswa. Dengan kata lain, percaya diri siswa akan dapat ditingkatkan apabila siswa memiliki kesadaran untuk berpikir yang rasional, ketertarikan dan motivasi dalam belajar. Hal tersebut mampu di capai oleh siswa ditandai dengan adanya perubahan pola pikir dan motivasi siswa selama proses belajar.

Berdasarkan hasil evaluasi siklus II dapat dikemukakan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri siswa secara efisien. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik penerapan layanan bimbingan kelompok maka percaya diri siswa akan dapat lebih ditingkatkan. Selain itu, hal ini terbukti dengan adanya peningkatan presentase dari skor siklus I ke siklus II dengan efektif. Dari 6 orang siswa yang diberikan layanan bimbingan kelompok dapat diperoleh hasil bahwa ke enam siswa tersebut mengalami peningkatan secara menyeluruh di atas 65%.

Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok pada siklus II berlangsung dengan efektif. Selain itu juga kendala-kendala yang dialami selama pelaksanaan dapat diatasi berdasarkan refleksi

pelaksanaan layanan pada siklus I. Meskipun penerapan layanan pada siklus II sudah mencapai peningkatan yang signifikan namun pemantauan terhadap beberapa siswa tetap dilakukan dengan tujuan untuk memantau perkembangan siswa secara berkelanjutan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

### **PENGUJIAN HIPOTESIS**

Berdasarkan latar belakang penelitian, landasan teori, kajian pustaka, dan kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dirumuskan hipotesis penelitian, yaitu: Jika penerapan penerapan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dengan efektif, maka percaya diri siswa akan meningkat.

Berdasarkan hasil hipotesis diperoleh bahwa hipotesis nol ditolak yang berarti bahwa “terdapat perbedaan kedisiplinan siswa antara siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik *assertive* dengan siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik *shapping* pada siswa kelas XI SMA Saraswati”.

### **Pembahasan**

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, dan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini telah diterima, selanjutnya akan dibahas lebih jauh mengenai penyebab diterimanya hipotesis tersebut.

Peningkatan minat siswa mengikuti bimbingan kelompok dapat dilakukan melalui penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok. Pemanfaatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri pada siswa. Dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, diasumsikan percaya diri pada siswa akan meningkat. Dari beberapa layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa, layanan bimbingan kelompok perlu mendapat perhatian lebih, karena layanan ini merupakan layanan preventif dalam layanan bimbingan dan konseling yang bisa diberikan dalam proses pemberian informasi dengan memanfaatkan situasi/dinamika kelompok, serta pelayanan bimbingan kelompok di sekolah memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri dalam situasi kelompok sesuai dengan bakat, masalah pribadi, kehidupan sosial, belajar, dan pengembangan karir dan difasilitasi atau dilaksanakan oleh konselor. Namun karena minat siswa yang rendah dalam belajar maka dari itu perlu ditingkatkan minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga siswa mampu mencapai keberhasilan belajar dengan baik. Mappiare (1998:64) mengemukakan bahwa minat adalah “suatu perangkat mental yang terdiri dari suatu campuran dari perasaan, harapan, pendirian, prasangka, rasa takut atau kecenderungan-kecenderungan lain yang mengarahkan individu kepada suatu pilihan tertentu. Jadi dalam masa remaja, minat harus berkembang dan hal ini bersifat pemilihan dan berarah tujuan”. Pendapat ahli lain pula menyatakan bahwa minat adalah “suatu yang pribadi dan berhubungan erat dengan sikap Gunarsa (2003:68)”.

Dengan memiliki minat yang tinggi dalam belajar akan dapat meningkatkan hasil dan prestasi belajar siswa terhadap materi yang dipelajari, melalui bimbingan kelompok siswa yang memiliki masalah tentang percaya diri akan saling berdiskusi untuk membuka wawasan mengenai percaya diri. Selain itu juga kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat membawa siswa kearah yang optimal. Pemberian layanan (*treatment*) diberikan sebanyak delapan kali pertemuan dengan membahas topik-topik umum yang terkait dengan aspek-aspek minat. Seperti yang disampaikan oleh Prayitno (1995:179) bahwa bimbingan kelompok memiliki beberapa tujuan diantaranya : (1) Mampu berbicara di depan orang banyak, (2) mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, dan perasaan kepada orang banyak, (3) belajar menghargai pendapat orang lain, (4) bertanggung jawab atas pendapat yang dikembangkannya, (5) mampu mengendalikan diri dan emosi, (6) dapat bertenggang rasa, (7) menjadi akrab satu sama lain, (8) membahas suatu masalah atau topik-topik umum yang dirasakan menjadi kepentingan bersama. Salah satu tujuan layanan bimbingan kelompok seperti yang dijelaskan di atas salah satunya adalah membahas suatu masalah atau topik-topik umum yang dirasakan menjadi kepentingan bersama. Pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok hubungan antara anggota kelompok menjadi fokus yang dianggap sangat penting dalam layanan bimbingan kelompok, sedangkan hubungan antar anggota dengan pemimpin kelompok dianggap tidak penting, karena dalam layanan bimbingan kelompok semua anggota mendapatkan kedudukan yang sama untuk saling berhubungan atau berinteraksi dengan anggota lain menyampaikan ide, pendapat dan gagasan masing-masing. Dengan demikian, bimbingan kelompok bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat saling mengenal satu sama lain, saling jujur dan terbuka, dan sekaligus dapat meningkatkan kepercayaan kepada orang lain dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan bimbingan kelompok sebagai suatu *treatment* perubahan terhadap minat siswa mengikuti konseling individu menunjukkan peningkatan.

Hal ini dibuktikan dengan jumlah sepuluh siswa yang terpilih, sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok memiliki rata-rata minat mengikuti konseling individu sebesar 56,95 % atau dalam kategorisasi rendah setelah pemberian layanan bimbingan kelompok pada siklus I menunjukkan terjadinya peningkatan sebesar 69,35 % atau dalam kategorisasi sedang. Jumlah tersebut mengalami persentase peningkatan rata-rata 21,85 %. Tentunya hal ini menunjukkan bahwa minat siswa dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Kemudian pada siklus II menunjukkan bahwa terjadi peningkatan percaya diri siswa dari siklus I sebesar 83,08 atau dalam kategori tinggi dengan peningkatan rata-rata sebesar 29,73%.

Berdasarkan analisis data pada bab sebelumnya maka dinyatakan bahwa hipotesis alternatif yang diajukan diterima berdasarkan taraf signifikansi 5%. Peningkatan percaya diri siswa melalui penerapan layanan bimbingan kelompok disebabkan karena beberapa hal, antara lain; 1) Siswa sudah mampu mengubah pola pikirnya yang irasional menuju pola pikir yang rasional terhadap mata pelajaran yang mungkin menyebabkan dirinya tidak memiliki minat untuk belajar, 2) dengan adanya pemikiran yang rasional, siswa bisa melihat gambaran positif pada dirinya sehingga mampu menilai dirinya sendiri. 3) siswa mampu menumbuhkan ketertarikan dalam dirinya untuk menumbuhkan semangat dan percaya diri, 4) siswa mampu menumbuhkan keyakinan dalam dirinya bahwa sesungguhnya belajar dengan konsentrasi yang baik akan memberikan manfaat yang baik.

Selain hasil diatas, diperoleh juga hasil bahwa terjadi peningkatan di semua indikator percaya diri setelah mengikuti bimbingan kelompok. Hal tersebut dapat dilihat dari keaktifan dan kemampuan saat mengikuti bimbingan kelompok. Selain itu pemantauan dilihat dari keaktifan siswa saat mengikuti pembelajaran setelah mengikuti bimbingan kelompok. Pemantauan tersebut dilakukan dengan melakukan kerjasama antara guru BK dengan guru mata pelajaran, sejauh mana ketertarikan siswa saat mengikuti pembelajaran. Untuk menguji hipotesis penelitian yakni layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri pada siswa kelas VII C MTS. Negeri Banyuwangi Tahun Pelajaran 2017/2018. Hasil penelitian dari siklus I dan siklus II menunjukkan bahwa secara keseluruhan masalah rendahnya percaya diri siswa dapat ditingkatkan setelah mendapatkan *treatment*. Dengan kata lain, hasil tersebut menunjukkan bahwa minat siswa dalam belajar menunjukkan peningkatan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan layanan bimbingan konseling efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VII C MTs. Negeri Banyuwangi. Hal ini terbukti dari peningkatan persentase percaya diri siswa berdasarkan hasil penyebaran kuesioner percaya diri siswa. Peningkatan percaya diri siswa mengalami peningkatan dari skor awal sebesar 56,95% menjadi 69,35% pada siklus I dan dari 69,35% menjadi 83,08% pada siklus II. Data tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sebesar 21,85% dari kondisi awal ke siklus I dan 29,73% dari siklus I ke siklus II.

Berdasarkan analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dinyatakan bahwa hipotesis alternatif yang diajukan diterima berdasarkan taraf signifikansi 5%. Peningkatan percaya diri siswa melalui penerapan layanan

bimbingan kelompok disebabkan karena beberapa hal, antara lain; 1) Siswa sudah mampu mengubah pola pikirnya yang irasional menuju pola pikir yang rasional terhadap mata pelajaran yang mungkin menyebabkan dirinya tidak memiliki minat untuk belajar, 2) dengan adanya pemikiran yang rasional, siswa bisa melihat gambaran positif pada dirinya sehingga mampu menilai dirinya sendiri. 3) siswa mampu menumbuhkan ketertarikan dalam dirinya untuk menumbuhkan semangat dan percaya diri, 4) siswa mampu menumbuhkan keyakinan dalam dirinya bahwa sesungguhnya belajar dengan konsentrasi yang baik akan memberikan manfaat yang baik, dan 5) siswa mampu meningkatkan komunikasi yang baik antar anggota kelompok melalui pemanfaatan dinamika kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut : (1) Kepada Sekolah : Rendahnya percaya diri siswa kelas VII C MTs. Negeri Banyuwangi sebaiknya perlu mendapat penanganan preventif dengan menjalin kerjasama yang baik antara personil-personil sekolah yang terkait, (2) Kepada Siswa : Siswa diharapkan mampu untuk mengamati, menilai serta memahami diri sendiri, dan mampu mengubah pola pikirnya yang sudah keliru dengan mengamati gejala-gejala yang sudah dilakukan, seperti : kurang memiliki kesiapan dalam mengikuti pelajaran, tidak bisa fokus terhadap pelajaran yang berlangsung, dan tidak memiliki motivasi atau semangat dalam mengikuti kegiatan PBM. (3) Kepada Guru BK : Bagi guru BK diharapkan mampu menanamkan dan meningkatkan percaya diri siswa secara preventif dengan menerapkan bimbingan kelompok secara berkelanjutan untuk mengetahui perkembangan dan peningkatan percaya diri siswa sehingga menjadi siswa yang memiliki percaya diri yang tinggi, (4) Kepada Guru Bidang Studi dan Wali Kelas : Disarankan agar mampu memberikan sumbangan pemikiran dalam rangka meningkatkan percaya diri siswa dengan melakukan kerjasama dan metode pembelajaran yang menarik sehingga dapat memberikan daya tarik terhadap materi yang disampaikan, (5) Kepada Peneliti : Disarankan kepada peneliti lain/selanjutnya agar hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pengembangan atau pedoman untuk penelitian berikutnya.

## **REFERENSI**

- Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gibson, R L dan M H Mitchell. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gunarsa, Singgih D dan Ny. S D Gunarsa. 2003. *Psikologi Perawatan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Metodologi Research jilid 4*. Yogyakarta: ANDI.



- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hurlock, E B. 1993. *Perkembangan Anak (edisi keenam)*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. 2004. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Koyan, I Wayan. 2012. *Statistik Pendidikan (Teknik Analisis Data Kuantitatif)*. Singaraja. UNDIKSHA Press.
- Mappiare, Andi. 1998. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Nurihsan, Ahmad Juntika. 2010. *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Nur'asyah Hj.. 2005. *Hubungan Kepercayaan Diri dan Persepsi Siswa Terhadap Matematika dengan Hasil Belajar Matematika di SMP Negeri Se-Kota Medan.. Tesis (tidak diterbitkan)*. Medan: Universitas Negeri Medan.
- Oktavianto, Tri. 2013. *Upaya Meningkatkan Minat Siswa Mengikuti Konseling Individu Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 4 Batang Tahun Pelajaran 2012/2013*. Semarang: Universitas Negeri Malang.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Ghalia Indonesia.
- Prayitno dan Erman Amti. 2008. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sedanayasa, Gede, Suranata. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha
- Slameto. 2010. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta : PT Rieneka Cipta.
- Sudjaja, Nana. 2005. *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah, Makalah-Skripsi-Tesis-Disertasi*. Bandung: Sinar Baru Algesindo
- Sugiyono. 2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta. Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa ketut. 2003. *Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D.K dan D. Nila Kusumawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Syah, Muhibbin. 1997. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Thursan, H. & Yahya S. Praja. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Wardhani, I.G.A.K., Wihardit. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Wicaksono, Danang. 2009. *Pengaruh Kepercayaan Diri, Motivasi Belajar Sebagai Akibat Dari Latihan Bolavoli Terhadap Prestasi Belajar Atlet di Sekolah*. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta..
- Winkel, W.S. dan Hastuti, M.M. Sri. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Yogyakarta: Media Abadi.
- Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung.