

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN *CLIENT CENTERED* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII E DI SMP NEGERI 7 KOTA BENGKULU**

Gerry Archiemedes, Syahrinan, Arsyadani Mishbahuddin  
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bengkulu  
gerrydearchiemedes@gmail.com, syahrinan@unib.ac.id,  
arsyadanimishbahuddin@yahoo.co.id.

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara empiris pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri pada siswa kelas VIII E di SMP Negeri 7 Kota Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 32 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Data kepercayaan diri diambil dengan menggunakan metode kuesioner. Uji persyaratan analisis data menggunakan uji normalitas, Pengujian hipotesis menggunakan uji t diperoleh hasil thitung > ttabel (13,543 > 2,228) jadi  $H_a$  diterima, Artinya ada pengaruh yang signifikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII E di SMP Negeri 7 Kota Bengkulu.

**Kata kunci :** konseling kelompok, *client centered*, kepercayaan diri

**THE EFFECT OF GROUP COUNSELING *CLIENT CENTERED* APPROACH SERVICE TO THE STUDENTS' SELF CONFIDENCE IN CLASS E OF THE THIRD GRADE STUDENTS IN SMPN 7 BENGKULU CITY**

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to describe empirically about the effects of group counseling *client centered* approach service to the students' self confidence at the third E grade students of SMPN 7 Bengkulu City. The population of the research consist of 32 students. The sampling technique of the research was a purposive sampling technique Data analysis of requirement test was using normality test, hypotesis test was using Ttest with the result are taken from t count > t table ( 13, 543 > 2, 228 ) So the result,  $H_a$  were accepted, It meant that there were a significant effect between group counseling *client centered* approach service to the students' self confidence in class E of third grade students in SMPN 7 Bengkulu City.

**Keywords :** group counseling, client centered, self-confidence

## Pendahuluan

Pendidikan merupakan proses yang penting untuk mencapai tujuan dan cita-cita pribadi individu. Secara filosofis pendidikan menggambarkan suatu proses yang melibatkan berbagai faktor dalam mencapai kehidupan yang bermakna, baik bagi diri sendiri maupun masyarakat pada umumnya.

Manusia merupakan makhluk tuhan yang paling sempurna, sehingga terdapat kecenderungan yang kuat pada diri manusia untuk membentuk pribadinya sesuai dengan apa yang dibayangkan atau diinginkannya, untuk mencapai keinginan tersebut manusia perlu adanya kepercayaan diri. Kepercayaan diri itu sendiri menurut Maslow (dalam Rachman, 2010: 23) adalah suatu modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (ekplorasi segala kemampuan diri). Jika individu kurang percaya diri maka ia akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut, dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan, serta sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Kepercayaan diri seseorang akan sangat dipengaruhi oleh masa perkembangan yang sedang dilaluinya terutama bagi remaja, kepercayaan diri ini akan mudah berubah. Hal ini tergantung pada pengalaman-pengalaman dalam hubungan interpersonalnya.

Konseling kelompok itu sendiri berbeda dari kegiatan kelompok lainnya atau dengan diskusi kelompok. Dalam konseling kelompok hasil yang berupa kesimpulan dan berbagai pemahaman, lebih mementingkan proses perubahan yang terjadi berkat peranan dinamika kelompok. Tujuan yang akan dicapai di dalam dinamika kelompok adalah pengembangan pribadi semua peserta melalui perubahan dan pendalaman masalah pribadi siswa. Sedangkan kegiatan kelompok merupakan teknik dalam konseling kelompok yang memberikan kesempatan kepada setiap siswa untuk menyumbang pikirannya dan dapat mengembangkan rasa tanggung jawab. Menurut Prayitno (1995: 80) tujuan konseling kelompok ialah untuk memungkinkan siswa bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami beberapa subjek (siswa) melalui dinamika kelompok. Sesuai dengan pendapat tersebut diharapkan masalah siswa dalam percaya diri dapat terentaskan.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa ialah dengan memberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered*. Rendahnya percaya diri merupakan suatu masalah yang perlu mendapat perhatian dan perlu dientaskan. Jika permasalahan ini dibiarkan akan menjadi dampak buruk bagi siswa itu sendiri. Oleh karena itu peneliti berupaya untuk memberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered*.

Pengamatan sementara yang peroleh saat magang bahwa terdapat siswa kelas VIII E SMP Negeri 7 Kota Bengkulu mengalami rasa kurang percaya diri. Hal ini dapat dilihat ketika diminta ke depan siswa terlihat malu-malu, tidak yakin dengan kemampuan sendiri, selalu membandingkan diri dengan teman sekelas. Selain itu salah satu siswa mengatakan bahwa jika siswa berkumpul dengan temannya sekalipun itu hanya mengobrol biasa pada jam istirahat siswa merasa bingung untuk memposisikan dirinya. Jika berkumpul bersama dalam suatu kelompok kecil mereka terlihat khawatir, tertekan, serta gugup dan nampak bingung dalam memulai pembicaraan. Hal ini dikarenakan siswa tidak mempunyai rasa kepercayaan diri di dalam dirinya.

Banyak hal yang dapat dilakukan untuk menumbuhkan kepercayaan diri siswa salah satunya melalui konseling kelompok pendekatan *client centered*. Konseling kelompok ialah upaya pembimbing untuk memecahkan permasalahan siswa. Melihat dari fungsinya konseling kelompok belum dijalankan secara efektif, bahkan konseling kelompok itu sendiri kurang dikenal oleh siswa. Hal ini bisa dilihat dari minat siswa untuk mengikuti proses konseling kelompok di SMP N 7 Kota Bengkulu itu sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas maka pentingnya penelitian ini dilakukan dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII E di SMP Negeri 7 Kota Bengkulu”.

### Metode Penelitian

Peneliti menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental design* dengan jenis *one group pre-test and post-test design*. Dalam desain ini subjek dikenakan perlakuan dengan dua kali pengukuran. Pengukuran pertama dilakukan sebelum layanan konseling kelompok diberikan dan pengukuran kedua dilakukan setelah layanan konseling kelompok diberikan kepada subyek penelitian.

**Gambar 1**  
**Desain Penelitian**



Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII E SMP Negeri 7 Kota Bengkulu yang berjumlah sebanyak 32 siswa (populasi) dan disaring menjadi 11 siswa (sampel) yang

memiliki kepercayaan diri yang rendah atau sangat rendah untuk diberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered*.

Pengambilan sampel dilaksanakan dengan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, Gay (dalam Emzir, 2014: 63-64). Dalam hal ini pertimbangannya adalah siswa yang sama-sama memiliki kepercayaan diri yang rendah. Selanjutnya, ditentukan sampel penelitian dengan memilih 11 orang siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dan memenuhi prasyarat dalam pengambilan sampel penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan konseling kelompok, sehingga tidak menggunakan seluruh populasi dalam penelitian tetapi hanya mengambil 11 orang siswa yang menjadi objek penelitian.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dengan *pre-test* dan *post-test one group design*. Peneliti menyebarkan angket sebelum memberikan treatment (*pre-test*) dan kemudian pemberian treatment berupa konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*, setelah itu diberikan angket kembali (*post-test*). Angket sebagai teknik pengumpulan data sangat cocok untuk mengumpulkan data dalam jumlah besar. Sehingga dalam penelitian ini peneliti menggunakan model skala likert yang berguna untuk mengungkap sikap positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial yang berisi pernyataan-pernyataan. angket dengan pilihan: Selalu (SL) dengan skor 5, Sering (S) dengan skor 4, Sangat Sering (SS) dengan skor 3, Jarang (JR) dengan skor 2, dan tidak Pernah (TP) dengan skor 1. Metode ini digunakan sebagai alat ukur tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIII E SMP Negeri 7 Kota Bengkulu.

Uji validitas dilakukan dengan person yang biasa disebut *korelasi product moment*. Alasan menggunakan korelasi product momen yaitu: Karena korelasi product moment merupakan alat uji statistik yang cocok digunakan untuk menguji data pada skala interval atau rasio. Kriteria pengambilan keputusan untuk menentukan valid jika hasil perhitungan  $r$  hitung lebih besar atau sama dengan  $r$  tabel pada taraf signifikan 0,30. Jika  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel pada taraf signifikan 0,30 maka item yang dimaksud tidak valid. Dalam uji coba angket ini peneliti menggunakan sampel kelas VIII E sebanyak 32 siswa yang termasuk sebagai sampel penelitian. Setelah melakukan uji validitas langkah selanjutnya melakukan uji reliabilitas. Uji reliabilitas pada suatu pengertian bahwa instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik (Arikunto, 2002: 168). alasan pengujian reliabilitas instrumen dengan menggunakan rumus

*cronbach alpha* karena instrumen penelitian ini berbentuk angket dan skala bertingkat. Untuk mengukur reliabilitas instrumen percaya diri dan dengan skor 1-5, maka menghitung koefisien reliabilitas dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* (Arikunto, 2002: 191).

Teknik analisis data yang peneliti pergunakan ini untuk menganalisis data atau menentukan penilaian pengaruh variabel konseling kelompok pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa dengan menggunakan analisis uji *t* (Arikunto, 2002: 306). Alasan menggunakan rumus uji *t* karena untuk menguji bagaimana pengaruh masing-masing variabel bebasnya secara sendiri-sendiri terhadap variabel terikatnya.

### Hasil dan Pembahasan

Hasil data penelitian terlebih dahulu melakukan perhitungan untuk mencari *mean* dan *standart deviasi*. Setelah melakukan perhitungan tersebut, maka didapatkan statistik deskriptif hipotetik yang dapat dilihat pada tabel 1

**Tabel 1**  
**Statistik Deskriptif Hipotetik**

Variabel	Jumlah Soal	Skor Minimum	Skor Maximum	Mean (rata-rata)	Standar deviasi
Variabel	47	47	235	141	31.3

Berdasarkan Tabel 1 pada deskriptif hipotetik diketahui bahwa skor terendah yang didapatkan adalah 47 dan skor tertinggi 235. Rata-rata 141 dengan standar deviasi yang dimiliki yaitu 31,3. Setelah diketahui *mean* dan standar deviasi berikut ini akan diuraikan data tentang pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII E SMP N 7 Kota Bengkulu. Sebelum mendeskripsikan hasil penelitian, terlebih dahulu peneliti menghitung klasifikasi skor pencapaian skala kepercayaan diri siswa, selanjutnya masing-masing skor setiap responden dimasukkan dalam kelas interval.

Kelas interval disusun berdasarkan skor tertinggi. Apabila semua dijawab dengan pilihan jawaban "selalu" maka mempunyai skor tertinggi 235 (5x47) dan skor total terendah apabila semua dijawab dengan pilihan "tidak pernah" maka skor terendahnya adalah 47 (1x 47). Skor total terendah dan skor total tertinggi skala kepercayaan diri siswa tersebut akan digunakan untuk menentukan kelas interval. Berdasarkan kelas interval yang sudah dipaparkan panjang kelas interval adalah 37 dan disusun menjadi 5 klasifikasi yaitu: kelas

interval 199-235 kategori sangat tinggi, kelas interval 161-198 termasuk kategori tinggi, kelas interval 123-160 termasuk kategori sedang, kelas interval 85-122 termasuk kategori rendah, dan kelas interval 47-84 termasuk kategori sangat rendah. Distribusi skor penilaian kepercayaan diri dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2**  
**Distribusi Skor Penilaian Kepercayaan Diri**

SKOR	KATEGORI
199-235	SANGAT TINGGI
161-198	TINGGI
123-160	SEDANG
85-122	RENDAH
47-84	SANGAT RENDAH

Deskripsi data hasil penelitian variabel kepercayaan diri sebelum diberi layanan konseling kelompok dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi *Pretest***

KELAS INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASI (%)	KATEGORI
199-235	0	0%	SANGAT TINGGI
161-198	16	50%	TINGGI
123-160	5	16%	SEDANG
85-122	11	34%	RENDAH
47-84	0	0%	SANGAT RENDAH
JUMLAH	32	100%	-

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa hasil penelitian tentang kepercayaan diri sebelum diberi layanan konseling kelompok, skor kategori kepercayaan diri "tinggi" mencapai 50%, sedangkan skor kategori kepercayaan diri "sedang" mencapai 16%, dan skor kategori kepercayaan diri "rendah" mencapai 34%. Dari hasil *pre-test* tersebut diperoleh 11 responden termasuk dalam kategori rendah yang dijadikan sebagai sampel untuk diberikan *treatment* berupa konseling kelompok pendekatan *client centered*. Setelah diberikan *treatment* konseling kelompok pendekatan *client centered* sebanyak 4 kali, responden diberikan angket yang sama dengan angket pada saat pengambilan data *pretest*. Untuk lebih jelas mengenai data *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4**  
**Distribusi Frekuensi Data *Post-Test***

INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE	KATEGORI
199-235	0	0%	SANGAT TINGGI
161-198	11	100%	TINGGI
123-160	0	0%	SEDANG
85-122	0	0%	RENDAH
47-84	0	0%	SANGAT RENDAH
JUMLAH	11	100%	-

Berdasarkan hasil *post-test* setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* rata-rata kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 4. Untuk lebih jelas lagi perbandingan skor *Pre-test* dan skor *Post-test* dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5**  
**Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Post-test***

SUBYEK	SKOR <i>PRE-TEST</i>	SKOR <i>POST-TEST</i>	SKOR PENINGKATAN
AWS	122	161	39%
APR	120	162	42%
FR	120	190	70%
HJ	96	165	69%
LSAP	99	176	77%
MWI	110	169	59%
OSS	115	189	74%
RAJ	98	178	80%
RH	121	172	51%
RAST	86	169	83%
SUP	97	182	85%

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan *Software Statistical Packages For Social Science (SPSS) for Window Release 16.00*, hasil yang diperoleh setelah dianalisis, didapatkan bahwa nilai Sig Kolmogorov- Smirnov *Z posttest* sebesar 0.489 dengan  $p > 0.05$  dan nilai Sig Kolmogorov- Smirnov *Z pretest* sebesar 0,103 dengan  $p > 0.05$ . Berdasarkan pemaparan tersebut hasil uji normalitas pada *posttest* dan *pretest* kepercayaan diri siswa dinyatakan normal.

Hasil analisis data menunjukkan  $t_{hitung} = 13.543$  dan  $sig.0,000$  untuk perhitungan *pre-test dan post-test* kelompok eksperimen dengan taraf kepercayaan diri  $\alpha = 0,05$  maka  $sig. 0,000 < 0,05$ . Berdasarkan kriteria pengujian hipotesis diperoleh nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yakni  $13,543 > 2,228$  jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kepercayaan diri siswa.

”Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya” (Hakim, dalam Dewi, 2012: 119). Kepercayaan diri dapat ditumbuhkan melalui berbagai macam cara, salah satunya adalah melalui layanan konseling kelompok pendekatan *client centered*, karena dalam konseling kelompok pendekatan *client centered* siswa dituntut untuk aktif mengemukakan pendapatnya dari diri mereka sendiri. Selain dapat menumbuhkan percaya diri, dalam konseling kelompok pendekatan *client centered* juga siswa diajarkan untuk saling menghargai pendapat, kreativitas dalam mencari solusi, memperluas wawasan, memberikan pelajaran mengenai pengembangan diri, kesadaran diri, serta pemahaman terhadap diri sendiri, dan terbentuk dinamika konseling kelompok pendekatan *client centered* bagi para anggota kelompok.

Seperti diungkapkan oleh Natawidjaja ( dalam Rizkiyani, 2012: 91), bahwa layanan konseling kelompok merupakan salah satu upaya untuk memberikan bantuan pada remaja dalam situasi yang membutuhkan dorongan atau memecahkan masalah. Konseling kelompok merupakan sarana belajar dan berlatih serta untuk mendapatkan suasana yang aman dan demokratis. Demikian juga diungkapkan oleh Ainurrahim Faqih ( dalam Rizkiyani, 2012: 91), individu yang mengetahui, memahami, mengerti dan mengenali dirinya sendiri akan dengan mudah mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun masih memiliki keterbatasan, yaitu Hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan pada subjek yang lain dan hanya berlaku pada subjek yang memiliki kesamaan dalam penelitian ini. Keterbatasan waktu, penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan memberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* kepada siswa, seharusnya di lanjutkan dengan melihat dan mengikuti perkembangan siswa tersebut. Tempat konseling, tempat konseling kelompok ini dilakukan diruang BK tapi untuk jumlah siswa 11 orang terlalu sempit untuk melakukan konseling tersebut. Sampel peneliti yang di bolehkan hanya 1 kelas yaitu kelas VIII E sehingga tidak berlaku untuk kelas yang lainnya.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* terlihat dari hasil pre-test mayoritas tergolong dalam kategori rendah dengan skor rata-rata 107,63. Kepercayaan diri siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* dilihat dari hasil post-test yang dilakukan meningkat dalam kategori tinggi dengan skor rata-rata 173,90. Adanya pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa. Pengaruh ini dibuktikan dari hasil analisis data yang menyebutkan bahwa peningkatan rata-rata kepercayaan diri subjek tersebut sebesar 66,27%. Berdasarkan analisis hasil uji menggunakan uji *t-test* menunjukkan  $t_{hitung} = 13,543 > t_{tabel} = 2,228$ , berarti jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima pada siswa kelas VIII E SMP N 7 Kota Bengkulu.

Penelitian selanjutnya masih sangat diperlukan Bagi peneliti berikutnya, supaya dapat memberikan layanan konseling kelompok lebih dari 4 kali agar lebih efektif. Bagi guru pembimbing, hendaknya lebih melaksanakan secara maksimal kegiatan bimbingan dan konseling serta memberikan arahan dan masukan untuk membantu dan mengatasi permasalahan yang dialami oleh siswa secara maksimal. Bagi siswa, sebaiknya dapat memanfaatkan fungsi bimbingan dan konseling di sekolah terutama layanan-layanan bimbingan dan konseling seperti konseling kelompok dalam rangka memecahkan permasalahan yang dialami.

## Daftar Pustaka

- Arikunto. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rnika cipta.
- Dewi Y. N. (2012). Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok. *Jurnal Pendidikan unnes*. Vol 1. 119
- Emzir. (2014). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hakim. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Kurnanto. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Lumpikan. (2005). *Positive Confidence and Courageous*. Jakarta: Erlangga.
- Perry, Martin. (2005). *Confidence Boosters*. Jakarta: Erlangga.
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: GhaliaIndonesia.

- Prayitno. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rachman, D. N.S. (2010). Hubungan Tingkat Rasa Percaya Diri Dengan hasil Belajar Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Vol 2. 23
- Rizkiyani. (2012). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Pendidikan Universitas Indonesia*. Vol 1. 91
- Sugiono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan Research and Development*. Bandung: Alfabeta.