

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
KEPERCAYAAAN DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 7 BINJAI
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Azizah Batubara
Jenny Tri Ayu**

STKIP Budidaya Binjai

Abstrak

Setiap remaja harus berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya, pencapai tahap ini akan berbeda pada setiap remaja. Ada remaja yang mampu menjalankan dan mencapai tahap perkembangannya dengan baik, dan tidak jarang pula remaja yang lamban bahkan gagal dalam proses pencapaian tahap perkembangannya. Masa peralihan ini sering kali menimbulkan masalah pada remaja, salah satunya adalah masalah kepercayaan diri. Layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah – sekolah sangat dibutuhkan untuk menumbuhkan atau meningkatkan kepercayaan diri pada siswa, banyaknya jumlah siswa usia remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah mengharuskan guru Bimbingan Konseling untuk memberikan layanan, baik berupa layanan individu maupun kelompok. Oleh karena itu, perlu dilakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 7 Binjai tahun pelajaran 2017/2018. Penelitian ini menggunakan metode *true* eksperimen dengan desain “*the randomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Adapun sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah dilaksanakan penelitian dengan memberikan layanan bimbingan kelompok, berdasarkan hasil analisis dan pengujian hipotesis maka terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen lebih baik dibandingkan dengan kepercayaan diri siswa pada kelompok kontrol, karena diperoleh hipotesis $t_{hitung} > t_{tabel}$ (24,43>1,833). Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok efektif terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 7 Binjai tahun pelajaran 2017/2018.

Kata Kunci : Layanan Bimbingan Kelompok, Kepercayaan Diri

A. PENDAHULUAN

Sekolah merupakan pendidikan formal yang sangat berpengaruh dalam kehidupan manusia pada saat ini. Tidak heran banyak sekolah yang menerapkan standar mutu serta berkualitas nilai yang tinggi. Sekarang banyak sekolah yang sudah menjadi sekolah unggulan yang menjadi primadona disetiap provinsi. Hal inilah yang menjadi tantangan tersendiri bagi siswa untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Kepercayaan diri diartikan sebagai suatu perasaan atau sikap tidak perlu membandingkan diri dengan orang lain, karena telah merasa cukup aman dan tahu apa yang dibutuhkan didalam hidup ini.

Kurang memiliki kepercayaan diri pada individu (siswa) hanya dapat dirasakan langsung oleh dirinya. Seseorang dapat melihat kurang percaya diri pada individu lain melalui gejala-gejala yang tampak pada tingkah lakunya seperti pengecut, menyendiri, ragu-ragu, pesimis, kurang perhatian pada pekerjaan itu dan menyalahkan suasana apabila ia gagal melaksanakannya. Jadi yang dimaksud meningkatkan rasa percaya diri siswa adalah suatu usaha untuk meningkatkan keyakinan yang ada dalam diri siswa bahwa mereka memiliki potensi apa saja yang ada dalam dirinya sehingga mempermudah siswa dalam menentukan arah hidupnya, serta kemandirian dalam hal motivasi belajar.¹

Rasa percaya diri sangat penting terutama bagi siswa, apabila sudah tertanam rasa percaya diri yang kuat siswa dapat berprestasi baik dalam bidang akademik maupun non akademiknya, dia akan memperoleh keuntungan dalam hal bersosialisasi dalam kelompoknya begitu juga dengan masyarakat. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri 7 Binjai ditemukan bahwa banyaknya siswa yang memiliki kurang percaya diri, terkadang sebagai seorang siswa yang berada dalam satu kelompok sukar dalam beradaptasi dengan lingkungan kelompoknya yang baru, hal inilah yang menghambat dalam proses belajarnya. Sebagai seorang siswa seharusnya percaya bahwa setiap kesulitan yang dihadapi pasti ada kemudahan.

Masalah yang Sering menyebabkan siswa mengalami kurang percaya diri disekolah antara lain karena takut menghadapi ulangan, menarik perhatian dengan cara kurang wajar, tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat, gerogi saat tampil didepan kelas, timbulnya rasa malu yang berlebihan, tumbuhnya sikap pengecut, Setuju mencotek pada saat menghadapi tes, salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis, malu apabila disuruh tampil

¹ Tina Afiatin dan Srimulyani Martinah, *Peningkatan Rasa Percaya diri*, (Yogyakarta: UGM,2000), hlm 66.

didepan kelas atau dihadapan banyak orang, Setuju menyendiri, tidak konsentrasi belajar padahal mereka memiliki potensi untuk dikembangkan.

Terkait dengan hal itu untuk menumbuhkan sikap percaya diri siswa, diharapkan siswa dapat menggali potensi yang dimilikinya agar siswa mengetahui dan memahami kelebihan dan kekurangan pada dirinya sendiri. Maka dibutuhkan berbagai bentuk layanan bimbingan konseling yang berupa layanan bimbingan kelompok. Menurut Abu Bakar M.Luddin, konseling kelompok merupakan salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok orang (klien) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk pengentasan masalah pribadi yang dirasakan oleh masing-masing anggota kelompok.²

Bimbingan kelompok disini diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menumbuhkan sikap percaya diri. Akan tetapi, layanan ini belum diberikan secara efektif dikarenakan kurangnya komunikasi guru bimbingan konseling dengan siswa, serta masih maraknya anggapan bahwa guru bimbingan konseling hanya menangani siswa yang memiliki masalah tentang pendisiplinan saja. Sehingga dirasa perlu untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMA NEGERI 7 BINJAI Tahun Pelajaran 2017/2018”.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen sesungguhnya (*true experimental design*), dengan desain *the Randomized Pretest-Postest Control Group Design* . Design penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sebagai berikut :

E	O₁	X	O₂
<hr/>			
K	O₃	-	O₄

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 7 Binjai berjumlah 200 orang, dan sampel dalam penelitian ini mengambil 10% dari jumlah populasi yaitu sebanyak 20 orang yang diambil secara random.

² Abu Bakar M. Luddin, *konseling individual dan kelompok*, (Binjai: Diva Niaga, 2015), hlm. 59.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji validitas dari alat ukur kepercayaan diri, maka diketahui sejumlah aitem yang valid dan tidak valid. Peneliti menggunakan program komputer SPSS untuk mendapatkan aitem – aitem yang valid. Setelah dilakukan uji coba dari 44 butir aitem maka diperoleh aitem valid sebanyak 34 butir.

Tabel 1
Uji Validitas Aitem

No aitem valid	No Aitem tidak valid
2,6,7,9,10,11,13,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,34,35,37,38,40,41,42,43,44	1,3,4,5,8,12,14,33,36,39

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 2
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,958	34

Nilai r_{hitung} sebesar 0,958 merupakan nilai empirik. Suatu instrument dapat dikatakan reliabel apabila memiliki rentang nilai koefisien realibilitas 0,70. Pada instrument kepercayaan diri diperoleh nilai r_{hitung} sebesar 0,958. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa nilai $r_{hitung} >$ dari 0,70 sehingga dapat dikatakan bahwa instrument penelitian kepercayaan diri ini reliabel.

Pada bagian ini akan dideskripsikan hasil *pre-test* dan *pos-test* siswa pada masing-masing kelompok, yaitu Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol. Berdasarkan hasil tes yang diberikan kepada siswa, baik diawal maupun diakhir pembelajaran diperoleh dua kelompok nilai, yaitu nilai kelompok eksperimen dan nilai kelompok kontrol. Diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel. 3
Data *Pre-test*

No	Data	N	Nilai Maksimum	Nilai Minimum	Mean
1.	Kelompok Eksperimen	10	75	63	68,6
2.	Kelompok Kontrol	10	75	60	67,3

Berdasarkan tabel diatas menggambarkan bahwa berdasarkan hasil *pre-test* yang diujikan kepada 10 orang siswa didapatkan hasil bahwa nilai tertinggi dan terendah dari kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dengan nilai tertinggi 75 dan nilai terendah 63 dengan rata-rata nilai pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol secara berturut-turut adalah 68,6 dan 67,3.

Tabel. 4
Data *Post-Test*

No	Data	N	Nilai Maksimum	Nilai Minimum	Mean
1.	Kelompok Eksperimen	10	97	88	91,5
2.	Kelompok Kontrol	10	87	60	73,8

Tabel diatas menggambarkan bahwa berdasarkan hasil *post-test* yang diujikan kepada 10 orang siswa didapatkan hasil bahwa nilai tertinggi dan terendah dari kedua kelompok eksperimen dengan nilai tertinggi 97 dan nilai terendah 88, sedangkan kelompok kontrol dengan nilai tertinggi 87 dan nilai terendah 60 dengan rata-rata nilai pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol secara berturut-turut adalah 91,5 dan 73,8.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah populasi dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Pada tabel dibawah ini disajikan hasil uji normalitas dari hasil *pre-test* siswa pada masing-masing kelompok yang dihitung dengan metode Chi Kuadrat, hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel. 5.
Hasil Uji Normalitas *Pre-Test*

Data	DK	x^2_{hitung}	x^2_{tabel} $\alpha = 5\%$	Keterangan
Kelas Eksperimen	4	9,13	9,488	Data berdistribusi Normal
Kelas Kontrol	4			

Sedangkan hasil uji normalitas dari hasil *Post-Test* siswa pada masing-masing kelompok kelas yang dihitung dengan menggunakan metode Chi Kuadrat, hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel. 6.
Hasil Uji Normalitas *Post-Test*

Data	DK	x^2_{hitung}	x^2_{tabel} $\alpha = 5\%$	Keterangan
Kelas Eksperimen	4	3,61	9,488	Data Berdistribusi Normal
Kelas Kontrol	4			

Kemudian dideskripsikan tentang pencapaian nilai siswa pada kelompok eksperimen, yaitu kelompok yang mendapatkan layanan konseling kelompok, berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang telah diberikan. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji t, maka diperoleh nilai $t_{hitung}=23,7$. Kemudian nilai tersebut dibandingkan dengan nilai t_{tabel} untuk taraf signifikan 5% dengan $N=10-1 =9$ adalah 1,833 karena harga $t_{hitung} > t_{tabel}$. Maka hipotesis yang menyatakan layanan bimbingan kelompok efektif terhadap kepercayaan diri siswa kelas x SMA Negeri 7 Binjai tahun pelajaran 2017/2018. Hasil dari uji t dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 7.**Uji-t**

No	Pre-test (XA)	Post-test (XB)	(XB-XA) (D)	Xd(d-md)	$\Sigma x^2 d$
1	68	88	20	-3,7	3,69
2	72	94	22	-1,7	2,89
3	72	97	25	-1,3	1,69
4	63	92	29	5,3	28,09
5	71	92	21	-2,7	7,29
6	70	92	22	-1,7	2,89
7	64	90	26	2,3	5,29
8	66	93	27	3,3	10,89
9	75	95	20	-3,7	13,69
10	65	90	25	1,3	1,69
Σ	686	923	237		
Rata-rata	6,86	9,23			

Pada bagian ini akan diuraikan pembahasan hasil dari penelitian secara keseluruhan. Hasil pre-test menunjukkan bahwa nilai tertinggi kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol adalah sama yaitu 75, sedangkan nilai terendah kelompok eksperimen adalah 63 dan kelompok kontrol adalah 60.

Meskipun kedua kelompok tersebut memiliki nilai tertinggi yang sama, namun nilai rata-ratanya berbeda. Nilai rata-rata kelompok eksperimen adalah 68,6 sedangkan nilai rata-rata kelompok kontrol adalah 67,3. Ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan kepercayaan diri siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol namun kedua kelompok masih memiliki variansi yang homogen ditunjukkan oleh hasil uji homogenitas varians diantara keduanya yang memberikan hasil bahwa kedua kelompok adalah homogen, sehingga kedua kelompok masih memenuhi syarat untuk dijadikan sampel penelitian.

Hasil post-test menunjukkan bahwa nilai tertinggi dan terendah yang dicapai oleh siswa pada kelompok eksperimen secara berturut-turut adalah 97 dan 87 dengan nilai rata-rata 91,5. Sedangkan nilai tertinggi dan terendah yang dicapai oleh siswa pada kelompok kontrol secara berturut-turut adalah 88 dan 60 dengan nilai rata-rata 73,8. Dilihat dari rata-rata hasil pre-test dan post test masing-masing kelompok didapatkan bahwa kelompok eksperimen mengalami kenaikan yang cukup besar dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Uji t yang dilakukan terhadap hasil pre test dan post test pada kelompok eksperimen menunjukkan adanya perbedaan hasil yang cukup signifikan antarasebelum dan sesudah diberikan perlakuan karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_a diterima dan karena $t_{hitung} > t_{tabel}$

maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri siswa setelah diberikan perlakuan lebih baik daripada sebelum diberikan perlakuan. Dengan kata lain bimbingan kelompok efektif terhadap kepercayaan diri siswa.

Berdasarkan hasil uji t yang dilakukan oleh peneliti terkait dengan layanan bimbingan kelompok terhadap kepercayaan diri siswa bersamaan yang telah dilakukan oleh penelitian terdahulu yaitu oleh Dwi Fitri Maylando, dengan judul “Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas VII MTs N Tempel adalah dengan bimbingan secara langsung dengan ceramah didepan kelas dan diskusi kelompok selanjutnya dengan mengisi beberapa angket, menggambarkan hasil penelitian menunjukkan layanan bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTs N Tempel.

Berdasarkan hasil penelitian yang saya lakukan yaitu bimbingan kelompok efektif dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 7 Binjai Tahun Pelajaran 2017/2018.

D. SIMPULAN

1. Simpulan

Setelah dilaksanakan penelitian dengan memberikan layanan bimbingan kelompok, berdasarkan hasil analisis dan pengujian hipotesis maka terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen lebih baik dibandingkan dengan kepercayaan diri siswa pada kelompok kontrol, karena diperoleh hipotesis $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($24,43 > 1,833$). Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok efektif terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 7 Binjai tahun pelajaran 2017/2018.

2. Saran

Dalam rangka turut menyumbangkan pemikiran-pemikiran yang berkenan dengan layanan bimbingan dan konseling, maka berdasarkan hasil penelitian ini diajukan beberapa saran sebagai berikut :

a. Bagi Orang Tua

Hendaknya dapat membantu perkembangan diri anak, agar anak merasa bahwa perlu adanya perhatian dari orang tua untuk membantu perkembangannya.

b. Bagi Guru BK

Hendaknya dapat memberikan layanan bimbingan kelompok secara lebih teratur dan sistematis untuk membantu siswa dalam mengembangkan potensi dan kemampuan siswa dalam memecahkan masalahnya sendiri.

c. Bagi Siswa

Hendaknya lebih terbuka untuk menceritakan masalahnya dan antusias untuk mengikuti konseling kelompok agar siswa dapat memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan hidupnya secara mandiri, tidak lagi bergantung dengan orang lain.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bila ingin melakukan penelitian layanan konseling kelompok dapat memberikan waktu yang lebih lama kepada siswa saat berlangsungnya proses konseling, agar peneliti dapat lebih memahami masalah yang dihadapi siswa.

Daftar Pustaka

- Alief Budiono dan Zaenal Abidin, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Yogyakarta :STAIN Purwokerto bekerja sama Grafindo Literia Media, 2010)
- Bastaman, Hana J., *Integrasi Psikologi Dengan Islam*. (Yogyakarta : Pustaka Belajar 1995)
- Dewa Ketut Sukardi, *Organisasi Administrasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1983)
- Dwi Fitri Maylando, *Upaya Guru Bimbingan Konseling untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa* (diakses 28 maret 2017)
- Hibana S. Rahman, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT Refika Aditama. 2009)
- J Winkel, *Bimbingan Dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: Gramedia, 1989)
- Nursalim Muhammad, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi-Sosial*, (Yogyakarta : Ladang Kata)

Rahmad, DJ. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung: Remaja Rosdakarya 1991)

Ridwan, *Penanganan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004)

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta 2013)

Tohrin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta : PT Raja Grafindo Perasada, 2007)

Tina Afatin dan Srimulyani, *peningkatan rasa percaya diri*, (Yogyakarta: UGM, Jurnal Psikologika vol ix, 2000)