

Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP

Using Of Group Guidance To Improving Learning Self Confidence On Grade VIII SMP

Yulianton Ashzar Ibrahim^{1*}, Yusmansyah², Diah Utaminingsih³

¹Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

²Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

* e-mail: yulianton.ai@gmail.com, Telp: +6282186870856

Received:

Accepted:

Online Published:

Abstract: *Using of Group Guidance to Improving Learning Self Confidence on Grade VIII JHS 11 Bandar Lampung. The research objective was to determine the increase instudents learning self confidence using group counseling services. The data collection technique was the scale of learning self-confidence. The subjects of the study were 7 students who had low confidence in learning. Statistical analysis showed $z_{hit} = -2.371 < z_{tab} = 1.645$, then H_0 was rejected and H_a accepted and the result of this research showed increasing 34%. This meant that there were significant differences between self-confidence in the learning of students before and after a given group counseling services. Conclusion of this research that self-confidence in students learning could be enhanced using group counseling services in class VIII National JHS 11 Bandar Lampung in academic year 2016/2017.*

Keywords: *group guidance, guidance and counseling and learning self-confidence.*

Abstrak: **Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung.** Tujuan penelitian adalah mengetahui peningkatan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Teknik pengumpulan data menggunakan skala percaya diri. Subyek penelitian sebanyak 7 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang memiliki rasa percaya diri rendah dalam belajar. Hasil analisis statistik menunjukkan $z_{hit} = -2,371 < z_{tab} = 1,645$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan hasil analisis memperlihatkan peningkatan sebesar 34%. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara rasa percaya diri dalam belajar siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Kesimpulan penelitian ini adalah rasa percaya diri siswa dalam belajar dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017.

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

PENDAHULUAN / INTRODUCTION

Pendidikan sangat penting dalam kehidupan dan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa. Pendidikan bertujuan untuk membantu siswa mengembangkan potensi dirinya. Siswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga dapat mengembangkan kualitas dirinya yaitu menjadi pribadi yang mandiri, percaya diri dan bertanggungjawab. Pendidikan sebagai proses pembentukan pribadi diartikan sebagai suatu kegiatan yang sistematis terarah pada terbentuknya kepribadian siswa. Proses pembentukan pribadi yang baik dapat dilakukan melalui komunikasi dan interaksi dengan lingkungannya.

Siswa di Sekolah Menengah Pertama memasuki tahap perkembangan remaja, di sekolah, remaja dihadapkan pada masalah penyesuaian diri. Proses penyesuaian diri pada remaja sering dihadapkan pada persoalan penerimaan dan penolakan dalam pergaulan bahkan lingkungannya. Setiap individu juga cenderung mengharapakan dirinya dapat berkembang dan dapat menjadi lebih baik. Hal ini diperoleh apabila remaja tersebut memahami kemampuan dan segala sesuatu yang ada dalam dirinya untuk dapat mengetahuinya tentu remaja tersebut memiliki keyakinan dan keberanian dalam mencoba segala sesuatu. Karena, dengan mencoba segala sesuatu remaja tersebut mengetahui dan dapat mengembangkan kemampuan yang dia miliki. Keyakinan individu terhadap dirinya timbul karena individu memiliki rasa percaya diri. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri dapat melakukan apa pun dengan keyakinan akan berhasil, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa tetapi tetap mempunyai semangat untuk mencoba lagi (Hakim 2002 : 44).

Keyakinan individu terhadap dirinya timbul karena individu memiliki

rasa percaya diri. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri dapat melakukan apa pun dengan keyakinan akan berhasil, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa tetapi tetap mempunyai semangat untuk kembali mencoba lagi (Hakim 2002 : 44).

Percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu bagaimana bersikap dan bertingkah laku. Suatu sikap yang akan mendorong seorang individu untuk mendekati tujuan dan keberhasilan yang akan dicapainya, tidak ada seorangpun yang tidak pernah mengalami kegagalan namun individu yang memiliki rasa percaya diri akan mampu mengatasi kegagalan tersebut dengan berusaha mencoba lagi, tidak putus asa dan tetap semangat.

Rendahnya rasa percaya diri dalam belajar pada siswa SMP adalah masalah yang sering diabaikan oleh para guru, tetapi jika keadaan tersebut terus diabaikan, hal ini akan dapat berdampak negatif bagi siswa yaitu hasil belajar yang kurang optimal. Siswa dikatakan mengalami kurang percaya diri akan merasa cemas ketika menghadapi masalah dan ketika menghadapi ujian, memiliki kelemahan dalam mengikuti pelajaran, gugup ketika harus berbicara di depan banyak orang, mudah putus asa, cenderung tergantung pada orang lain, timbul sikap pengecut, dan cemas dalam menghadapi orang-orang yang baru dikenal.

Berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah perlu dilakukan upaya untuk membangun rasa percaya diri siswa. Cara membangun rasa percaya diri pada siswa dapat dilakukan dengan mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan berkesinambungan tersebut

dapat memahami dirinya sendiri, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat dan kehidupan pada umumnya. Dengan demikian, dia akan dapat menikmati kebahagiaan hidupnya dan dapat memberikan sumbangan yang berarti kepada kehidupannya maupun orang disekitarnya.

Bimbingan membantu individu mencapai perkembangan diri secara optimal sebagai makhluk sosial, sedangkan pengertian kelompok adalah dua orang atau lebih individu yang berinteraksi secara tatap muka, masing-masing menyadari keanggotaannya dalam kelompok, mengetahui dengan pasti individu-individu lain yang menjadi anggota kelompok, dan masing-masing menyadari saling ketergantungan mereka yang positif dalam mencapai tujuan bersama (Romlah 2006 : 8).

Bimbingan kelompok salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling untuk dapat diberikan kepada siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah di lingkungannya. Siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan dan kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, mengemukakan pendapat, menanggapi, mendengarkan dan belajar menerima pendapat antara satu anggota kelompok dengan anggota kelompok yang lainnya.

Menurut Hakim (2002:6) rasa percaya diri setiap orang merupakan salah satu kekuatan jiwa yang sangat menentukan berhasil tidaknya orang tersebut dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya. Percaya diri itu tumbuh dari dalam hati seseorang, menyatu dengan jiwanya diaplikasikan dengan sikapnya. Percaya diri menuntun individu menuju kearah keberhasilan. Seperti siswa di sekolah yang dituntut untuk mampu

menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, berprestasi dan dapat mengatasi setiap keagalannya. Menurut Prayitno (2004 : 309) bimbingan kelompok di sekolah merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok, serta kegiatan yang berisi informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka dalam menyusun rencana dan keputusan yang tepat.

Kegiatan bimbingan kelompok akan memanfaatkan proses kelompok seperti berkomunikasi dan interaksi mengembangkan diri. Anggota kelompok akan memanfaatkan proses dalam kelompok untuk melatih diri untuk mengemukakan pendapat serta membahas masalah yang dialami secara terbuka, siswa pun dapat saling bertukar informasi, memberikan ide, pendapat, kritik dan saran serta anggota kelompok dapat memecahkan suatu masalah secara bersama-sama, dapat berbagi pengalaman dan diskusi sehingga kegiatan bimbingan kelompok yang menunjang perkembangan pribadi siswa agar mengarah kepada peningkatan rasa percaya dirinya. Mengingat betapa pentingnya rasa percaya diri yang harus dimiliki siswa maka perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan rasa percaya diri.

Upaya dalam meningkatkan rasa percaya diri yang dilakukan melalui bimbingan kelompok. Proses yang terjadi dalam kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dapat dimanfaatkan dalam bimbingan kelompok guna menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama dalam kelompok agar mencapai tujuan yang sudah ditetapkan (Winkel, 1991 : 451). Pendapat tersebut menyatakan bahwa kegiatan bimbingan kelompok memungkinkan siswa untuk berkomunikasi dan berinteraksi antar anggota kelompok sehingga secara tidak

langsung siswa dibantu untuk berlatih mendengarkan, berani berbicara, belajar menanggapi dan saling menghargai antara yang satu dengan yang lainnya.

Keadaan yang demikian jika dapat dilakukan maka akan membantu siswa untuk melatih dirinya mengembangkan diri dalam memahami dirinya sendiri, memahami orang lain dan lingkungannya sehingga rasa percaya diri siswa dapat meningkat.

Pemberian pendekatan layanan bimbingan kelompok juga dipilih dengan alasan melihat siswa tersebut memasuki tahap remaja. Dimana pada usia tersebut siswa cenderung memiliki kebutuhan yang kuat untuk bergaul dengan kelompok/teman sebaya. Pernyataan tersebut diperkuat dengan teori menurut Santrock (2007 : 56) bahwa dimasa remaja, relasi dengan kawan sebaya memiliki proporsi yang lebih besar dari kehidupan individu. Selama satu minggu, remaja kecil laki-laki dan perempuan meluangkan waktunya dua kali lebih banyak untuk berkumpul bersama kawan-kawan sebaya dibandingkan bersama orang tuanya.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut : 1) ada siswa yang malu bertanya dan menyampaikan pendapat ketika diberikan kesempatan oleh guru, 2) ada siswa yang gugup saat berbicara dan mengerjakan soal di depan kelas, 3) ada siswa yang bereaksi negatif saat menghadapi suatu masalah.

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dalam penelitian ini tidak terjadi hal yang tidak diinginkan penulis membatasi masalah pada “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Belajar pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017”.

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah di atas maka masalah dalam penelitian ini adalah: “Percaya diri dalam belajar di sekolah yang rendah.” Adapun rumusan permasalahannya adalah “Apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung”.

Dengan memperhatikan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah dan perumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui rasa percaya diri siswa bisa ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Waktu penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 11 Bandar Lampung, waktu penelitian ini adalah Tahun Pelajaran 2016/2017.

Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang memiliki percaya diri rendah. Untuk menjangkau subjek penelitian, diberikan skala percaya diri pada siswa kelas VIII. Skala percaya diri berfungsi sebagai penjangkauan siswa yang memiliki percaya diri rendah sekaligus sebagai *pretest* bagi siswa yang menjadi subjek penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan, karena penelitian ini akan melihat perilaku percaya diri rendah pada subjek, maka yang dijadikan subjek adalah siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu eksperimen dilaksanakan pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding (Sugiyono 2014 : 2). Dalam desain ini subjek akan dilakukan perlakuan dengan dua kali

pengukuran. Sebelum diberikannya layanan bimbingan kelompok dan setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok. Pada desain ini, adanya *pretest* sebelum diberikan perlakuan dan *posttest* setelah diberikan perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan.

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Melalui teknik analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Sugiyono (2015 : 335) menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencoba sesuatu lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut.

Menurut (Azwar 2010:3), skala psikologi merupakan alat ukur aspek atau atribut afektif. Skala psikologi memiliki karakteristik antara lain: stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan, dikarenakan atribut psikologis diungkap secara tidak langsung lewat indikator-indikator perilaku sedangkan indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk item-item, maka skala psikologi selalu berisi banyak item, respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah. Skala psikologis ini digunakan untuk mengungkapkan aspek psikologi mengenai rasa percaya diri.

Melalui skala likert, maka variable yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Instrumen penelitian menggunakan skala model *likert*. Dimana dalam skala *likert*, responden akan di berikan pernyataan-

pernyataan dengan alternatif, yaitu: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 1. Kategori Jawaban Skala Psikologi

Pernyataan	Favourable	Unfavourable
Sangat Sesuai (SS)	4	4
Sesuai (S)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	2
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	1

Dalam penghitungan skor pada skala percaya diri bimbingan kelompok dengan menghitung skor total. Pada tahap ini kemampuan percaya diri bimbingan kelompok dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah.

Validasi merupakan kepercayaan terhadap instrumen penelitian dalam hal ini, peneliti menggunakan validasi isi. Menurut Sukardi (2003 : 127) validitas isi atau sering disebut validitas wajah (*face validity*) adalah dimana tes mengukur tentang suatu kondisi yang ingin diukur. Untuk menguji validitas isi setelah instrumen disesuaikan tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgments experts*). Dalam hal ini, para ahli yang diminta pendapatnya adalah dosen-dosen bimbingan dan konseling di Universitas Lampung.

Para ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu Yohana Oktariana, Redi Eka Andriyanto, Citra Abriani Maharani. Hasil uji menunjukkan pernyataan yang

tepat untuk digunakan namun perlu adanya perbaikan kembali pada beberapa item skala. Penelitian ini menguji validitas butir item angket menggunakan rumus Aiken's V. Menurut Aiken (dalam Azwar, 2012 : 134) telah merumuskan Aiken's V untuk menghitung *content-validity-coefficient* yang didasarkan penilaian ahli sebanyak n orang terhadap suatu item mengenai sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur. Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan 4 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Penelitian ini akan menguji *Pretest* dan *posttest*, dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon*. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*StatisticalPackage for Sosial Science*)¹³, dimana diperoleh nilai $Z_{hitung} = -2,371$. Nilai ini selanjutnya dibandingkan dengan $Z_{tabel} = 1,645$. Ketentuan pengujian bila $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ternyata $Z_{hitung} = -2,371 < Z_{tabel} = 1,645$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN /RESULT AND DISCUSSION

Pelaksanaan penelitian dalam penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri dalam belajar siswa kelas VIII dilaksanakan di SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang beralamatkan di Jalan. Sentot Alibansyah, Ketapang, Kecamatan Teluk Betung Selatan. Kota Bandar Lampung, Lampung 35227.

Sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, peneliti terlebih dahulu peneliti melakukan wawancara kepada guru bimbingan konseling dan juga wakil kepala sekolah bagian kurikulum untuk mendapatkan informasi mengenai siswa yang memiliki percaya diri rendah dalam belajar pada siswa kelas VIII. Wawancara menghasilkan informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memang memiliki percaya diri rendah dalam belajar pada kelas VIII.

Langkah selanjutnya peneliti melakukan penyebaran skala percaya diri pada hari Senin, 20 Maret 2017, jenis skala yang digunakan yaitu skala Likert dimana dalam skala tersebut berisi pernyataan-pernyataan yang dapat mengungkap mengenai percaya diri, skala yang disebar pada siswa merupakan skala yang telah diuji validitas dan reabilitasnya sehingga skala tersebut dapat digunakan untuk memperoleh subjek atau siswa yang memiliki percaya diri yang rendah dalam belajar di kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung. Setelah melakukan penyebaran skala percaya diri kepada siswa kelas VIII yaitu kelas VIII C, VIII G, VIII H, dan VIII I yaitu sebanyak 149 siswa maka, peneliti memperoleh 7 siswa yang memiliki percaya diri dalam belajar yang rendah.

Berdasarkan hal tersebut, sebelum melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok peneliti terlebih dahulu mengadakan pertemuan dengan 7 siswa tersebut, yang dilanjutkan dengan menjelaskan bagaimana tata cara pelaksanaan bimbingan kelompok lalu membuat kesepakatan mengenai waktu untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok.

Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh dari pengisian skala percaya

diri dalam belajar. *Pretest* merupakan penelitian yang dilakukan peneliti sebelum peneliti menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok. Setelah dilaksanakannya *pretest*, siswa yang memperoleh skor percaya diri yang rendah khususnya dalam belajar ini diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok. Kriteria ini diperoleh berdasarkan penyebaran skala percaya diri dan digunakan untuk menentukan subjek penelitian dan mengatur percaya diri sebelum dan sesudah dilakukan bimbingan kelompok.

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh data percaya diri di skala seperti tersaji pada Tabel 2.

Tabel 2. Perbandingan Skor Hasil *Pretest* dan *Posttest* Percaya Diri

No.	Nama	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		G	%
		S	K	S	K		
1.	ARB	70	R	92	S	22	31,43 %
2.	GPA	69	R	89	S	20	28,99 %
3.	GSM	69	R	94	S	25	36,23 %
4.	HSA	66	R	89	S	23	34,85 %
5.	IMA	68	R	92	S	24	38,24 %
6.	MIK	66	R	91	S	25	37,88 %
7.	MRA	67	R	95	S	28	41,79 %
Rata-rata		68		91,16		23,16	34%

Keterangan :

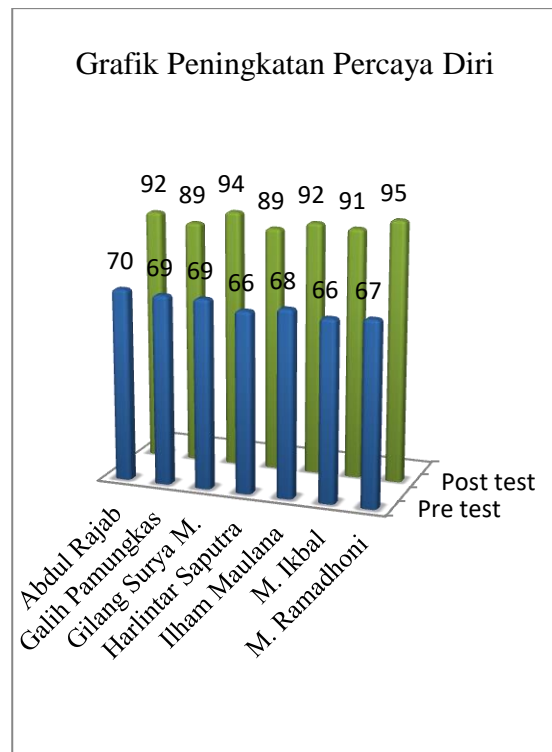
S : Skor

K : Kriteria

G : *Gain* (peningkatan)

Berdasarkan tabel 2. di atas, dapat diketahui hasil *pretest* dan *posttest* percaya diri dalam belajar. Hasil *pretest* atau sebelum diberikan perlakuan bimbingan kelompok diperoleh nilai rata-rata sebesar 68 masuk dalam kategori rendah dan setelah dilakukan perlakuan bimbingan kelompok hasil *posttest* meningkat menjadi 91.16 masuk dalam kategori sedang. Terdapat selisih nilai skor 23.16 antara *pretest* dan *posttest*. Maka hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan percaya diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok yaitu sebesar 34%.

Berikut ini adalah grafik peningkatan percaya diri dalam belajar siswa :



Gambar 1. Perbandingan skor hasil *pretest* dan *posttest* percaya diri

Berikut ini adalah hasil yang diperoleh dari setiap pertemuan layanan bimbingan kelompok. Dari pertemuan pertama dan selanjutnya dapat dianalisis bahwa para anggota sudah dapat memperoleh pengertian dan pemahaman terhadap topik yang telah dibahas dalam tiap pertemuan.

Sehingga rata-rata sudah ditunjukkan pada perubahan perilaku secara bertahap yang muncul pada saat proses kegiatan bimbingan kelompok pertemuan berikutnya. Dengan kata lain, mereka sudah dapat menerapkan hasil pemahamannya dalam suatu perilaku yang dimunculkan pada saat proses kegiatan bimbingan kelompok pada setiap pertemuan setelahnya. Sehingga diharapkan perubahan perilaku yang positif tersebut dapat selalu diterapkan dalam berkomunikasi.

Pemberian pendekatan layanan bimbingan kelompok dipilih agar siswa mampu menyesuaikan diri serta berkomunikasi dengan baik di berbagai situasi. Pernyataan tersebut diperkuat dengan teori menurut :

Menurut Prayitno (1995 : 178) bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya, apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya.

Peneliti memberikan pendekatan layanan bimbingan kelompok dalam upaya mengatasi rasa percaya diri dalam belajar siswa yang rendah. Bimbingan kelompok merupakan suatu proses bantuan terhadap individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Selain itu, dalam layanan bimbingan kelompok terdapat interaksi antar anggota kelompok antara lain seperti

komunikasi, rasa percaya, kerjasama, dan keterbukaan. Dimana tugas pemimpin kelompok adalah menyiapkan informasi-informasi yang bermanfaat agar membantu individu untuk mencapai perkembangan yang optimal, mencegah timbulnya suatu masalah, dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya, menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk mengembangkan pemahaman terhadap dirinya, orang lain dan lingkungan sekitar sehingga terbentuknya perilaku yang efektif, baik dalam lingkungan sekolah maupun dalam masyarakat, serta lebih percaya diri.

Menurut prayitno (2004 : 309) Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok, serta kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Layanan bimbingan kelompok juga diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.

Kesimpulan dari pernyataan diatas dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok tidak hanya dapat membantu anggota kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar saja, tetapi juga dapat membantu anggota kelompok dalam merubah sikapnya. Hal ini dapat dilihat dari perubahan sikap anggota kelompok yaitu : 1) anggota kelompok yang tadinya cuek sudah mulai tidak, 2) anggota kelompok yang cenderung pendiam sudah mulai aktif dalam kegiatan, 3) anggota kelompok sudah berani untuk mengungkapkan pendapatnya, 4) anggota kelompok mulai mengeluarkan pendapat yang dapat dimengerti oleh anggota kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang terarah, dimana selain terdapat tahapan-tahapan, di dalamnya juga terdapat teknik-teknik

yang dapat dilakukan agar kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lebih baik. Penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok memiliki banyak fungsi, selain dapat lebih menfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan kelompok yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang lebih bisa membuat anggota kelompok tidak mudah jenuh, seperti yang dikemukakan oleh Romlah (2006:86) menjelaskan bahwa “teknik bukan merupakan tujuan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan”.

Beberapa teknik pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menurut Romlah (2006:87-125) antara lain: teknik pemberian informasi (*ekspositori techniques*), diskusi kelompok, teknik pemecahan masalah (*problem-solving techniques*), dan teknik penciptaan suasana kekeluargaan (*homeroom*).

Seperti teknik pemberian informasi adalah pemberian penjelasan oleh seorang pembicara dalam hal ini konselor atau pemimpin kelompok kepada sekelompok pendengar anggota kelompok. Namun tidak menutup kemungkinan anggota kelompok bisa saling memberikan informasi satu sama lain dengan optimalnya dinamika kelompok. Teknik pemberian informasi mempunyai keuntungan-keuntungan dan kelemahan-kelemahan tertentu. Menurut Romlah (2006:87) keuntungan dan kelemahan teknik Pemberian Informasi antara lain :

Keuntungan teknik pemberian informasi adalah : 1) Dapat melayani banyak orang, 2) Tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien, 3) Tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas-fasilitas untuk melaksanakannya, 4) Mudah dilaksanakan bila dibandingkan dengan teknik yang lain misalnya diskusi, permainan peranan, 5) Apabila pembicara pandai menggunakan “gambar” dengan kata-kata bahannya akan menjadi menarik.

Kelemahan teknik pemberian informasi adalah : 1) Sering dilaksanakan secara monolog, sehingga membosankan, 2) Individu yang mendengarkan kurang aktif, 3) Memerlukan keterampilan berbicara, supaya penjelasan menjadi menarik.

Berbagai kelemahan dalam teknik pemberian informasi tersebut hendaknya dapat diatasi oleh konselor. Hal ini tentunya berguna untuk optimalisasi layanan bimbingan kelompok yang akan dilakukan dan agar dapat tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok yang akan dilakukan.

Berikut ini adalah hasil yang diperoleh dari setiap pertemuan layanan bimbingan kelompok. Dari pertemuan pertama dan selanjutnya dapat dianalisis bahwa para anggota sudah dapat memperoleh pengertian dan pemahaman terhadap topik yang telah dibahas dalam tiap pertemuan.

Perubahan sikap pada masing-masing anak sebelum dan sesudah *treatment* yaitu pemberian layanan bimbingan kelompok: Permasalahan yang dialami oleh ARB Sebelum pemberian bimbingan kelompok ARB cenderung diam dan terlihat kurang dalam keterampilan berkomunikasi. Dia cenderung diam ketika kegiatan layanan bimbingan kelompok berlangsung. Setelah pemberian bimbingan kelompok perkembangan percaya diri ARB meningkat. Peningkatan percaya diri ARB juga dapat dilihat dari hasil *posttest* dan dia mulai berani dan percaya diri.

Pada mulanya sebelum GPA mendapatkan pemberian bimbingan kelompok dia merasa kurang percaya diri. GPA termasuk siswa yang jarang berbicara saat kegiatan belajar mengajar, apabila menghadapi suatu masalah dia cenderung bergantung pada temannya untuk mengatasi suatu masalah. Jika ada guru yang bertanya di dalam kelas, dia mulai menyadari apabila sifatnya tidak

baik dan mencoba merubah dengan lebih mampu mengatur waktunya supaya lebih efektif lagi. Pada awalnya hambatan yang dialami oleh GPA melalui perkembangan percaya diri sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok, GPA mempunyai masalah yaitu sering bereaksi negatif pada suatu masalah. GPA Tidak mampu untuk bersikap tenang dan tidak mampu untuk berpikir positif. GPA selalu berbuat kegaduhan di dalam kelas jika ada mengalami masalah. Namun, setelah dilakukan bimbingan kelompok dia mulai sadar bahwa apa yang dilakukan dapat merugikan orang lain. GPA mencoba berusaha untuk lebih bisa mengendalikan emosinya.

Masalah yang dialami oleh perkembangan percaya diri HSA sebelum pemberian bimbingan kelompok, HSA sangat kurang dalam hal keterampilan berkomunikasi. Dia cenderung diam ketika di dalam kelas. Jadi dia lebih banyak memilih diam dari pada banyak berbicara. Peningkatan terlihat setelah melakukan bimbingan kelompok. HSA menjadi lebih sering berinteraksi dan menyampaikan pendapat.

Pada mulanya perkembangan percaya diri IMA sebelum pemberian bimbingan kelompok, dia merasa sangat sulit untuk bekerjasama dengan orang lain. Dia termasuk siswa yang sangat jarang berbicara saat kegiatan belajar mengajar, apabila menghadapi suatu masalah dia cenderung tergantung pada temannya untuk mengatasi suatu masalah. Setelah dilakukan bimbingan kelompok dia akan berusaha merubah kebiasaan buruknya yaitu terlalu sering main dan lebih bisa mengatur waktu.

Pada mulanya perkembangan percaya diri MIK. Sebelum pemberian bimbingan kelompok MIK adalah anak yang pendiam jika di dalam kelas. Namun, dia sering bereaksi negatif pada suatu masalah. MIK tidak mampu untuk bersikap tenang dan tidak mampu untuk

bereaksi dan berpikir positif. MIK selalu berbicara dengan nada yang tinggi saat merasa kesal dan emosi. Setelah dilakukan bimbingan kelompok dia berusaha merubah sifat buruknya itu. Untuk bisa mengendalikan rasa emosinya, mampu berpeaksi positif dan berusaha bersikap tenang saat menghadapi suatu masalah.

Masalah yang dialami oleh perkembangan percaya diri MRA. Sebelum pemberian bimbingan kelompok dia merupakan anak yang suka berbincang apa bila di dalam kelas. Namun, dia malu saat berbicara di depan kelas, ada beberapa hal yang menyebabkan dia takut untuk berbicara di depan kelas, salah satu penyebabnya adalah karena MRA pernah dimarahi oleh salah satu guru di sekolah. Setelah dilakukan bimbingan kelompok MRA menerima saran dari teman-teman yang lain dan akan mencoba merubah sifatnya. Perubahan yang dapat terlihat saat proses bimbingan kelompok dia sudah berani berbicara di depan umum dan rasa gugup sudah mulai berkurang.

Peningkatan tersebut dikarenakan adanya pemberian perlakuan layanan bimbingan kelompok dalam rangka meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam belajar, sehingga terjadi peningkatan yang cukup signifikan.

Setelah diperoleh data yang dibutuhkan, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan percaya diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok sehingga dapat diketahui apakah penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri dalam belajar siswa.

Berdasarkan penghitungan skala percaya diri yang telah diisi oleh siswa, didapatkan hasil bahwa ketujuh siswa tersebut mengalami peningkatan percaya diri dengan membandingkan hasil *pretest*

(sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok) dan *posttest* (sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok).

Peningkatan tersebut dikarenakan adanya pemberian perlakuan layanan bimbingan kelompok dalam rangka meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam belajar, sehingga terjadi peningkatan yang cukup signifikan.

Terjadi peningkatan pada masing-masing siswa karena pada saat pelaksanaan *treatment* mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan antusias. Masing-masing siswa menyampaikan ide, pendapat, dan pikiran mereka untuk membahas topik yang dibahas. Seluruh siswa mengalami peningkatan skor yang signifikan, dimana dalam hal ini dikarenakan pelaksanaan bimbingan kelompok para responden menampakkan sikap seperti : mampu menerima pendapat orang lain, menerima kekurangan dan kelebihan orang lain serta memahami tentang perilaku percaya diri dan faktor-faktor yang menyebabkan seseorang tidak percaya diri dalam berbagai situasi yang ada. Dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok, terlihat subjek mengalami peningkatan dari pertemuan pertama hingga pertemuan keempat dapat disimpulkan bahwa percaya diri dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terlihat peningkatan rasa percaya diri dalam belajar pada setiap anggota. Hal tersebut terlihat dari sikap anggota kelompok sebelum dilakukan *treatment* dan sesudah dilakukan *treatment*. Pada saat sebelum diberikan *treatment* anggota terlihat sangat tegang, belum bisa menyesuaikan diri dan berkomunikasi dengan baik. Setelah dilakukan *treatment* anggota kelompok terlihat lebih rileks, mampu untuk

berkomunikasi dengan baik dan menyesuaikan diri dengan anggota lain.

Hal tersebut dapat dimaknai bahwa adanya peningkatan rasa percaya diri yang akan membantu siswa untuk melatih dirinya serta mengembangkan dirinya dalam memahami diri sendiri, orang lain, lingkungan sekolah dan lingkungan sosialnya. Penelitian ini juga relevan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Siti Warsiyanti pada tahun 2013 yang berjudul “Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 2 Andong Kabupaten Boyolali” hasil penelitiannya menunjukkan bahwa akibat yang ditimbulkan dari kurangnya kepercayaan diri dapat menimbulkan kurangnya pemahaman akan dirinya, seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah merasa dirinya kurang baik dibandingkan orang lain, kurang mencintai diri, dan tidak memiliki tujuan hidup yang jelas karena masih tergantung orang lain dan tidak mau mengembangkan apa yang dimiliki sehingga mereka hanya terdiam saja untuk membuat dirinya nyaman.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Hakim (2002:5) bahwa salah satu ciri-ciri yang memiliki percaya diri tinggi adalah mampu menetralkan ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi dan mampu menyesuaikan diri serta berkomunikasi dengan baik di berbagai situasi.

Dalam penelitian ini peneliti memberikan pendekatan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri. Menurut Prayitno (2004 : 309) bimbingan kelompok di sekolah merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok, serta kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.

Peningkatan yang terjadi pada anggota kelompok berbeda satu sama lain. Layanan bimbingan kelompok memiliki tujuan sebagai media pengembangan diri untuk dapat berlatih berbicara, mampu mengeluarkan pendapat, belajar menghargai orang lain, mampu mengendalikan emosi, memiliki rasa tanggungjawab dan tenggang rasa, dapat menjalin hubungan yang baik satu sama lainnya, serta mampu menerima dan menghargai pendapat orang lain. Suatu proses layanan bimbingan kelompok yang berjalan dengan baik serta dapat mencapai tujuan-tujuan seperti yang disebutkan diatas maka diharapkan setiap individu mampu memaksimalkan potensi yang ada dalam dirinya untuk menjadi individu yang lebih percaya diri khususnya dalam kegiatan belajar di sekolah.

Hal itu merupakan salah satu yang menyebabkan peningkatan tiap anggota kelompok berbeda satu sama lain, hal tersebut juga disebabkan karena adanya dinamika kelompok. Adanya dinamika kelompok menuntut seorang siswa untuk tegas, tegas dalam menjawab pertanyaan, tegas dalam memberikan kesimpulan ataupun yang lainnya. Sehingga siswa yang awalnya tidak tegas menjadi tegas. Seseorang yang tegas berarti dia memiliki rasa percaya diri yang tinggi karena dia merasa yakin terhadap apa yang dilakukannya.

Hal ini diperkuat dengan pendapat yang dikemukakan Lindenfield (Kamli, 1998 : 3) bahwa sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga di perlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan aspirasi, keinginan serta membela hak, kewajiban dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan pasif dalam diri. Sikap agresif dan pasif akan melemahkan kepercayaan diri seseorang. Rasa percaya diri akan bertambah karena mereka akan dapat menyatakan kebutuhan mereka secara

langsung. Rasa percaya diri dalam belajar siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok berbeda, karena mengalami peningkatan rasa percaya diri dalam belajar.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok dikatakan tepat dalam meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar karena di dalam bimbingan kelompok siswa dapat belajar terkait topik tugas yang berisikan materi-materi yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri dengan cara siswa dilatih berbicara, menanggapi, mendengarkan, bertenggang rasa dan saling menghargai antar sesama anggota kelompok. Keadaan yang demikian, jika dapat dilaksanakan maka akan sangat memungkinkan siswa untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya sehingga rasa percaya diri siswa dapat meningkat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung setelah memperoleh bimbingan kelompok. Hal tersebut diketahui dari hasil *posttest* masing-masing siswa setelah memperoleh bimbingan kelompok lebih meningkat jika dibandingkan dengan hasil *pretest* sebelum memperoleh bimbingan kelompok.

Hal tersebut terlihat dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Setiap anggota kelompok perlahan sudah mampu memberi saran kepada anggota kelompok lain terkait topik, ide dan pendapat yang dilakukan dalam kelompok, mampu terbuka, menerima saran dari anggota kelompok lain untuk selanjutnya secara bersama-sama dengan anggota kelompok lain menyusun rencana dan mengambil keputusan yang harus dilakukan setiap anggota kelompok dalam meningkatkan

rasa percaya diri khususnya dalam belajar.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok, terlihat subjek mengalami peningkatan dari pertemuan pertama hingga pertemuan keempat. Hal ini dapat disimpulkan bahwa percaya diri dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung.

Berdasarkan penghitungan skala percaya diri yang telah diisi oleh siswa, didapatkan hasil bahwa ketujuh siswa tersebut mengalami peningkatan percaya diri dengan membandingkan hasil *pretest* (sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok) dan *posttest* (sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok). Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan *uji wilcoxon*, dimana diperoleh harga $z_{hitung} = -2,371$. Harga ini selanjutnya dibandingkan dengan $z_{tabel} = 1,645$. Ketentuan pengujian bila $z_{hitung} < z_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ternyata $z_{hitung} = -2,371 < z_{tabel} = 1,645$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan percaya diri yang cukup signifikan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.

SIMPULAN / CONCLUSION

Kesimpulan penelitian adalah rasa percaya diri dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung pada Tahun Ajaran 2016/2017.

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini peneliti mengajukan saran sebagai berikut: 1) Kepada guru bimbingan konseling hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar yang rendah khususnya pada proses belajar di sekolah. Kegiatan pendukung lain seperti layanan konseling kelompok sangat dianjurkan sebagai *follow up* dari kegiatan layanan bimbingan kelompok tersebut, 2) Kepada siswa agar lebih dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar, 3) Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian untuk dapat menggunakan teknik-teknik lain dalam bimbingan kelompok yang berbeda seperti teknik tugas, diskusi kelompok, *role playing*, dan lain-lain.

DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Rineka Cipta.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Romlah, T. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Seniati, L. 2008. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Indeks
- Sugiyono. 2011. *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