

**LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL UNTUK MENGEMBANGKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK TUNAGRAHITA DI SLB C ADITYA GRAHITA KOTA BANDUNG**

**Harlin Yusuf<sup>1)\*</sup>, Muamal Gadafi<sup>1)</sup>**

<sup>1)</sup> Jurusan PG-PAUD, Universitas Halu Oleo. Jln. H.E.A Mokodompit, Kendari 93232, Indonesia.

\*Korespondensi Penulis. E-mail: harlinyusuf88@gmail.com, Telp: 082115461419

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan mengembangkan rasa percaya diri peserta didik tunagrahita melalui layanan bimbingan pribadi sosial. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan Reseach and Development (R&D). Penelitian ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu pertama pendahuluan; observasi ceklis untuk mengetahui kondisi objektif kepercayaan diri peserta didik tunagrahita; kedua tahap merumuskan layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita; ketiga tahap pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kondisi objektif kepercayaan diri peserta didik tunagrahita yang kurang baik; antara lain: kurang minat menulis dan membaca, takut tampil di depan kelas, tidak berkonsentrasi waktu belajar. Layanan bimbingan yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita. layanan yang tersusun diharapkan dapat membantu mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita kearah yang lebih baik.

**Kata kunci:** Layanan Bimbingan, Kepercayaan Diri, Peserta Didik Tunagrahita.

***THE SOCIAL PRIVATE TUTORING SERVICE TO DEVELOP THECONFIDENCE OF MENTAL RETARDATION LEARNERS IN SLB C ADITYA GRAHITA BANDUNG***

***Abstract***

*This research aims to develop the confidenceof mental retardation learners through private social guidance service. The methods used in this research is qualitative method with the approach of the Reseach and Development (R&D). This research was conducted in three stages: first the introduction; observation checklist to find out the objective conditions of confidence learners mental retardation; the second stage of formulating a private tutoring service to develop social confidence learners mental retardation; the third phase of the implementation of the private social guidance service to develop confidence of mental retardationlearners. The research findings show that the objective conditions of confidence learners mental retardation is not good; among others: less interest in writing and reading, are afraid to perform in front of the class, not concentrated study time. Tutoring service that was developed in this study is a private tutoring service to develop social confidence learners mental retardation. the service is composed are expected can help develop confidence learners towards better mental retardation*

**Keywords:** *Tutoring Service, Confidence, Mental Retardation Learners.*

**PENDAHULUAN**

Pada umumnya sebagian besar peserta didik tunagrahita memiliki rasa percaya diri yang sangat rendah. Sementara peserta didik di Sekolah Luar Biasa (SLB) sebagai makhluk

sosial harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi agar bisa bersosialisasi dengan peserta didik lainnya. Kepercayaan diri merupakan modal utama peserta didik untuk mencapai kesuksesan. Peserta didik yang mempunyai

kepercayaan diri berarti peserta didik tersebut sanggup, mampu, dan meyakini dirinya dapat mencapai prestasi maksimal. Kepercayaan diri menurut Lauster (2008: 4) merupakan suatu sikap atau kewajiban atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Beberapa ciri atau karakteristik peserta didik yang kurang percaya diri, di antaranya adalah: berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok; menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan; sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri, pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif; takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil; cenderung menolak pujian yang ditunjukkan secara tulus (karena undervalue diri sendiri); selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu; mempunyai external locus of control (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain) (Fatimah 2010: 150).

Peserta didik yang kurang percaya diri dapat menimbulkan masalah yang serius jika tidak segera ditangani dengan baik. Penanganan peserta didik yang kurang percaya diri dapat dilakukan oleh dirinya sendiri dan juga peserta didik lain terutama peserta didik yang ada di sekitarnya. Sekolah merupakan salah satu lingkungan pendidikan yang dapat membantu peserta didik meningkatkan kepercayaan dirinya. Sekolah tidak hanya mendidik peserta didik dalam aspek kognitif saja, sekolah tidak hanya berperan sebagai transformer ilmu pengetahuan, tetapi sekolah juga berperan dalam pengembangan potensi diri siswa untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan,

pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Bab 1 pasal 1 UU RI No 20 Tahun 2003).

Dasar dari motivasi untuk memperoleh minat belajar peserta didik tunagrahita adalah kepercayaan diri yang tinggi. Seseorang yang mendapatkan ketenangan dan kepercayaan diri harus memiliki motivasi yang tinggi untuk terus tumbuh serta mampu mengubah masalah menjadi tantangan. Sebagai contoh dari orang yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi adalah Napoleon Bonaparte. Napoleon Bonaparte tinggi badannya hanya mencapai lima kaki dan dua inci. Tak satu haripun ia merasa pendek dan kerdil di hadapan lawan-lawannya dan pasukannya. Namun, melihat dirinya menjadi raksasa di antara laki-laki lainnya, meskipun sebenarnya tidak demikian. Kepercayaan diri dan kebesaran hati membuatnya bersikap, bergaul, bersama orang lain dengan penuh percaya diri dan kemampuan menghadapi segala kesulitan dengan kepercayaan diri yang besar.

Berdasarkan permasalahan diatas untuk mengembangkan rasa percaya diri peserta didik tunagrahita dibutuhkan layanan bimbingan agar kepercayaan dirinya dapat terpenuhi, salah satunya adalah dengan bimbingan pribadi sosial. Seperti yang di kemukakan oleh Nurihsan (2006: 16) bimbingan pribadi-sosial merupakan salah satu bimbingan dalam menyelesaikan masalah-masalah sosial pribadi. Bimbingan sosial pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah dirinya. Yusuf (2009: 54) juga mengungkapkan bahwa bimbingan pribadi sosial bertujuan membantu peserta didik agar mampu mengembangkan berbagai kompetensi, salah satunya ialah memiliki pemahaman dan penerimaan diri serta memiliki sikap positif terhadap diri sendiri.

Layanan bimbingan pribadi sosial merupakan bagian dari pendidikan lingkungan sekolah yang diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk memberikan bantuan kepada peserta didik dalam mengaktualisasikan potensinya. Dalam hal ini bimbingan sosial pribadi adalah upaya yang dilakukan konselor untuk mengatasi berbagai permasalahan siswa yang diantaranya adalah kepercayaan diri peserta didik. Supaya layanan bimbingan sosial pribadi dapat mengatasi berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik, khususnya

peserta didik tunagrahita, maka pelaksanaannya harus berdasarkan pada kebutuhan dan permasalahan peserta didik yang dibimbing.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk merumuskan layanan bimbingan pribadi sosial kemudian mengadakan penelitian yang lebih mendalam mengenai "Layanan Bimbingan Pribadi Sosial untuk Mengembangkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Tunagrahita"

## METODE

Desain penelitian adalah semua proses yang di perlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian (Nasir, 2009: 84). Berdasarkan hal tersebut dapat dikatakan bahwa desain penelitian adalah rancangan atau pedoman dari semua proses perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Desain dalam penelitian ini di rancang menggunakan 3 tahap penelitian dimana setiap tahap memiliki tujuan tertentu. 3 tahap tersebut adalah: a) Tahap pendahuluan , tahap pendahuluan ini mendeskripsikan kondisi awal kepercayaan diri peserta didik tunagrahita sebelum mengikuti layanan bimbingan pribadi sosial;b) Tahap perumusan layanan bimbingan, tahap perumusan layanan bimbingan ini guru dan observer berkolaborasi untuk merumuskan layanan bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah. Adapun layanan bimbingan yang akan dirumuskan adalah bimbingan karir, bimbingan keagamaan dan bimbingan kemandirian; c) Tahap implementasi layanan bimbingan

Tahap implemementasi layanan bimbingan ini mengujicobakan layanan yang sudah dirumuskan oleh guru dan peneliti yaitu layanan bimbingan karir, bimbingan keagamaan dan bimbingan kemandirian, kemudian menyimpulkan kepercayaan diri yang terjadi pada peserta didik setelah mengikuti layanan bimbingan pribadi-sosial.

Skema model penelitian layanan bimbingan pribadi-sosial adalah sebagai berikut:

O1 X O2

Keterangan:

O1: kondisi awal peserta didik sebelum mengikuti layanan bimbingan pribadi sosial

X : pemberian layanan bimbingan pribadi sosial

O2: kepercayaan diri peserta didik setelah mengikuti layanan bimbingan pribadi sosial

Prosedur dalam penelitian ini melalui tahapan sebagai berikut: a) Mendeskripsikan kondisi objektif kepercayaan diri peserta didik tunagrahita. Untuk mengetahui kondisi objektif kepercayaan diri peserta didik tunagrahita peneliti melakukan observasi berupa wawancara kepada guru kelas. Alasan peneliti melakukan wawancara terhadap guru peserta didik karena guru kelas lebih mengetahui tentang kepercayaan diri peserta didik. Selain observasi dan wawancara peneliti juga memberikan angket kepercayaan diri peserta didik tunagrahita untuk memperkaya informasi tentang kondisi awal kepercayaan diri peserta didik; b) Menyusun layanan bimbingan pribadi sosial yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik untuk mengembangkan rasa percaya diri peserta didik tunagrahita. layanan ini didasarkan atas karakteristik peserta didik tunagrahita dalam mengembangkan rasa percaya diri peserta didik dengan baik. Adapun aspek-aspek yang diberikan dalam layanan bimbingan pribadi sosial yaitu optimis, berpikir positif, mandiri, penilaian diri, dan toleransi; c) Penyempurnaan layanan bimbingan melalui masukan-masukan dari dosen pembimbing, setelah itu layanan bimbingan tersebut di diskusikan dengan beberapa guru pembimbing yang dikenal dengan *Fokus Group Discussion* (FGD). Pada tahap ini bentuk layanan bimbingan telah final; d) Menganalisis hasil keterlaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial. Analisis dilakukan yakni tahap pertama hasil observasi kepercayaan diri peserta didik tunagrahita sebelum di berikan treatment dan tahap ke dua hasil observasi kepercayaan diri peserta didik tunagrahita setelah diberikan treatment, serta membuat kesimpulan penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan di SLB C Aditya Grahita Kota Bandung. Subjek dalam penelitian ini adalah salah seorang peserta didik tunagrahita yang di rekomendasikan oleh guru kelasnya memiliki kepercayaan diri yang sangat rendah. Alasan memilih subjek tersebut adalah sebagai berikut:a) Berdasarkan informasi dari kepala sekolah di SLB C Aditya Grahita Kota Bandung rentang terjadinya kepercayaan diri peserta didik tunagrahita; b) Pengembangan dalam upaya membantu peserta didik yang mengalami masalah dalam hal percaya diri sebaiknya di lakukan dari awal agar tidak

menghambat perkembangan sosial peserta didik; c) Pada kelas D1 SLB C merupakan kelas rendah, maka dari itu proses kepercayaan diri peserta didik di sekolah perlu di perhatikan dan diberikan layanan bimbingan untuk dapat melangkah kajenjang kelas yang lebih tinggi dengan penuh rasa percaya diri. Dengan demikian peserta didik tunagrahita kekurangan yang dialaminya bukanlah merupakan hambatan dan terus percaya diri.

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data yang berkaitan dengan layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita adalah pertama tahap pendahuluan memuat pertama observasi, observasi dalam penelitian ini adalah observasi terbuka, yakni melakukan observasi atau pengamatan langsung. Kedua wawancara yang digunakan untuk menggali data tentang kondisi awal peserta didik tunagrahita. Adapun wawancara dilakukan oleh peneliti kepada orang tua dan guru subjek. Ketiga angket (kuesioner), yang digunakan sebagai alat pengumpul data yang dikembangkan berdasarkan skala kepercayaan diri peserta didik tunagrahita yang dikembangkan oleh Gie (1995) dengan beberapa adaptasi sesuai kebutuhan peneliti. Angket yang telah dibuat diuji validasikan oleh pakar. Bentuk angket tertutup format *force choice* dengan alternatif pernyataan hanya 5 pilihan yaitu: SL = Selalu, SR = Sering, KD = Kadang-kadang, JR = Jarang, TDP = Tidak pernah, masing-masing pernyataan ditentukan skor ; SL = 4, SR = 3, KD = 2, JR = 1, dan TDP = 0. Apabila ada pernyataan negatif maka pemberian skor dibalik. Skor pernyataan negatif yaitu SL = 0, SR = 1, KD = 2, JR = 3, dan TDP = 4.

Kedua tahap perumusan program yakni merumuskan program yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik guna untuk mengembangkan kepercayaan dirinya. Program yang telah disusun kemudian didiskusikan lebih mendalam dengan dosen pembimbing sehingga menghasilkan program akhir/program final.

Ketiga tahap implementasi program yakni program akhir yang disepakati tersebut lalu diuji cobakan pada peserta didik tunagrahita kelas D1 di SLB C Aditya Grahita Kota Bandung. Adapun sebelum memberikan *treatment* peneliti; pertama melakukan observasi kepercayaan diri peserta didik tunagrahita, kedua pelaksanaan layanan, ketiga melakukan observasi lanjutan tentang kepercayaan diri

peserta didik setelah diberi *treatment* untuk mendapatkan hasil uji keterlaksanaan.

Pada uji keterlaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan rasa percaya diri peserta didik tunagrahita ini dapat dijelaskan aspek-aspek sebagai pedoman observasi kepercayaan diri subjek sebelum dan sesudah dilakukan layanan bimbingan pribadi sosial. Aspek-aspek tersebut yaitu: a) aspek optimis, b) aspek berpikir positif, c) aspek mandiri, d) aspek penilaian diri, dan e) aspek toleransi.

Keempat tahap studi dokumentasi, yang menurut Sugiyono (2012: 83) menyatakan bahwa studi dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif, bahkan kredibilitas hasil penelitian kualitatif akan semakin tinggi jika melibatkan atau menggunakan hasil studi dokumen dalam penelitiannya. Dokumentasi berupa video dan gambar dalam proses penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner disusun menggunakan pernyataan tertutup yang sudah yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden dapat memilih alternatif jawaban sesuai dengan kondisi peserta didiknya. Responden yang mengisi kuesioner ini adalah guru kelas. Bentuk angket tertutup *format force choice* dengan alternatif responden pernyataan hanya 5 pilihan yaitu SL = Selalu, SR = Sering, KD = Kadang-kadang, JR = Jarang, TDP = Tidak pernah. Masing-masing pernyataan ditentukan skor SL = 4, SR = 3, KD = 2, JR = 2, dan TDP = 0.

Penelitian ini menggunakan data kualitatif. Proses analisis data kualitatif ini menggunakan analisis deskriptif naratif. Dalam penelitian ini menggunakan kerangka yang dikembangkan oleh Miles & Huberman dalam Sugiyono (2012: 246) yang terdiri dari 3 fase, yaitu a) Reduksi data (*data reduction*), pada tahap ini peneliti berusaha memilah mana data yang relevan dan kurang relevan dengan tujuan penelitian yang sudah ditetapkan. Berdasarkan data yang diperoleh dianggap sebagai data mentah, yang kemudian akan dirangkum dan disusun secara sistematis dan akan ditampilkan adalah data-data yang penting sehingga mudah untuk dipahami, b) Penyajian data (*data display*), display data ini dilakukan agar dapat melihat lebih mudah dan memahami hasil dari temuan penelitian, maka peneliti akan

mengklasifikasikan dan menyajikannya sesuai dengan pokok permasalahan yang dibahas. Data yang berupa data kualitatif akan disampaikan dalam bentuk uraian singkat; c) Penarikan konklusi (*conclusion drawing*) dan verifikasi (*verification*) yakni kegiatan ini ditujukan untuk mencari makna dari data yang telah dikumpulkan dengan mencari persamaan dan perbedaan. Penarikan kesimpulan dilakukan dengan jalan membandingkan hasil tes, wawancara, observasi dan studi dokumentasi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Kondisi Objektif Kepercayaan Diri Peserta Didik Tunagrahita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri peserta didik tunagrahita di SLB C Aditya Grahita Kota Bandung pada umumnya baik. Artinya peserta didik sudah percaya akan kemampuan sendiri, tidak konformis, berani menjadi diri sendiri, memiliki pengendalian diri yang baik dan dapat berpikir positif. Namun masih ada beberapa aspek kepercayaan diri yang kurang baik. Dari hasil penelitian kepercayaan diri yang kurang baik, antara lain ditandai dengan ketidak mampuan peserta didik menulis dan membaca secara efektif. Menurut Lauster (2008: 4) orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi memiliki keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang akan dilakukannya; bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya; rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan, dan toleransi, yaitu sikap seseorang yang tidak egois dan tidak tamak.

Pendapat lain mengenai individu yang mempunyai kepercayaan diri diungkapkan juga oleh Saleh. Saleh (dalam Atok, 2010) menyatakan individu percaya diri tidak tergantung pada orang lain, tanpa ragu-ragu atau tidak plin-plan dalam mengambil keputusan, mempunyai persuasif sehingga memperoleh banyak dukungan, dan mempunyai penampilan yang meyakinkan sehingga disegani.

Tingginya kepercayaan diri seseorang melalui proses tertentu dalam pribadi seseorang sehingga terjadi pembentukan kepercayaan diri yang kuat. Menurut Hakim (2002: 6),

terbentuknya kepercayaan diri yang kuat terjadi melalui proses sebagai berikut: terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu; pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya; pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri; dan pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Individu dapat mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor internal seperti yang dikemukakan oleh Angelis (2003: 4) adalah kemampuan pribadi sehingga menimbulkan kepercayaan diri, keberhasilan pribadi sehingga memperkuat timbulnya rasa kepercayaan diri, keinginan yang membuat individu belajar dari kesalahan yang telah diperbuat untuk mendapatkannya, dan tekad yang kuat untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Faktor eksternal juga mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Fatimah (2010: 150) menyatakan faktor pola asuh dan interkasi di usia dini, merupakan faktor yang amat mendasar bagi pembentukan kepercayaan diri. Sikap orang tua, akan diterima oleh anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. Orang tua yang menunjukkan kasih, perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus dengan anak, akan membangkitkan kepercayaan diri pada anak tersebut.

Terdapat juga sebagian peserta didik yang masih memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, hal tersebut berarti masih ada peserta didik yang meragukan kemampuannya, berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok, menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan, sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri, dan pesimis.

Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah juga mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif, takut gagal, sehingga

menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil, cenderung menolak pujian yang ditunjukkan secara tulus, selalu memposisikan diri sebagai yang terakhir karena menilai dirinya tidak mampu, mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain (Fatimah, 2010: 149).

Individu dapat memiliki kepercayaan diri rendah dipengaruhi beberapa faktor. Salah satunya adalah faktor keluarga. Fatimah (2010: 151) menyatakan orang tua yang kurang memberikan perhatian pada anak, atau suka mengkritik, sering memarahi anak namun kalau anak berbuat baik tidak pernah dipuji, tidak pernah puas dengan hasil yang dicapai oleh anak, atau pun seolah menunjukkan ketidakpercayaan mereka pada kemampuan dan kemandirian anak dengan sikap *overprotective* yang makin meningkatkan ketergantungan.

Tindakan *overprotective* orang tua, menghambat perkembangan kepercayaan diri pada anak karena anak tidak belajar mengatasi problem dan tantangannya sendiri, segala sesuatu disediakan dan dibantu oleh orangtua. Anak akan merasa bahwa dirinya buruk, lemah, tidak dicintai, tidak dibutuhkan, selalu gagal, tidak pernah menyenangkan dan membahagiakan orangtua. Anak akan merasa rendah diri di mata saudara kandungnya yang lain atau dihadapan teman-temannya.

Para psikolog, orang tua dan masyarakat seringkali meletakkan standar dan harapan yang kurang realistis terhadap seseorang anak atau pun individu. Sikap suka membandingkan-anak, memperguncungkan kelemahan anak, atau pun membicarakan kelebihan anak lain di depan anak sendiri, tanpa sadar menjatuhkan harga diri anak tersebut. Selain itu, tanpa sadar masyarakat sering menciptakan trend yang dijadikan standar patokan sebuah prestasi atau penerimaan sosial.

Data mengenai kepercayaan diri peserta didik berdasarkan aspek-aspek di dalamnya sudah tergolong baik. Lima aspek yang diujicobakan terdapat satu aspek yang sangat tinggi yaitu aspek toleransi, hal ini menunjukkan bahwa peserta didik memiliki sikap tenggang rasa yang baik, menerima kekurangan teman, memaafkan teman yang melakukan kesalahan kepadanya, mendengarkan cerita teman pada waktu luang di sekolah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan oleh pihak sekolah, dan pulang bersama-sama dengan

teman kelasnya setelah jam pelajaran selesai.

Aspek terendah adalah aspek penilaian diri, artinya peserta didik masih belum berani mengungkapkan penolakan terhadap ajakan teman, dan peserta didik masih berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok, menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap peolakan. Konformitas atau mengikuti apa yang dilakukan orang lain terutama kelompok dapat berakibat buruk, walaupun jika peserta didik konformis bergaul dengan kelompok yang konstruktif maka peserta didik akan cenderung mengikutinya. Konformitas dapat menghilangkan jati diri peserta didik sesungguhnya sehingga ia tidak mengikuti perasaan dan pikirannya sendiri, sedangkan setiap manusia mempunyai keinginan dan tujuan hidupnya masing-masing. Konformitas peserta didik pada kelompok yang destruktif tentu lebih memprihatinkan dan perlu mendapat perhatian.

Selain profil berdasarkan aspek, terdapat juga profil indikator kepercayaan diri peserta didik. Profil indikator kepercayaan diri dapat dianalisa bahwa peserta didik sudah dapat berpikir positif dengan baik, baik berpikir positif terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi di luar diri. Peserta didik juga sangat baik dalam menyelesaikan masalah sendiri, menentukan keputusan sendiri, menampilkan keaslian diri, mengendalikan emosi, dan memandang keberhasilan tergantung usaha sendiri.

Aspek yang paling tinggi dalam aspek kepercayaan diri peserta didik tunagrahita yaitu aspek toleransi. Dalam aspek ini sudah tercapai oleh peserta didik semua pernyataan yang ada didalamnya. Pernyataan yang sudah tercapai dengan baik tersebut yaitu memiliki sikap tenggang rasa yang baik terhadap temannya, menerima kekurangan teman kelasnya, memaafkan kesalahan teman yang melakukan kesalahan kepadanya, mendengarkan cerita teman pada waktu luang di sekolah, mengikuti kegiatan ekstra kurikuler yang diselenggarakan oleh pihak sekolah, dan pulang bersama-sama teman kelasnya ketika jam pelajaran selesai.

Rendahnya kepercayaan diri dapat ditingkatkan dengan berbagai cara. Fatimah (2010: 150) menyatakan bahwa untuk menumbuhkan kepercayaan diri yang proporsional maka individu harus memulainya dari dalam diri sendiri. Beberapa cara yang dapat dilakukan individu dalam menanggulangi krisis kepercayaan diri dengan mengevaluasi diri

secara obyektif, memberi penghargaan yang jujur terhadap diri, *positive thinking*, menggunakan *self-affirmation*, berani mengambil resiko, belajar mensyukuri dan menikmati rahmat Tuhan.

Hakim (2002: 121) menjelaskan bahwa pola pendidikan keluarga yang bisa diterapkan dalam membangun kepercayaan diri anak adalah dengan menerapkan pola pendidikan yang demokratis, melatih anak untuk berani berbicara tentang banyak hal, menumbuhkan sikap mandiri pada anak, memperluas lingkungan pergaulan anak, jangan terlalu sering memberikan kemudahan pada anak, tumbuhkan sikap bertanggung jawab pada anak, setiap permintaan anak jangan terlalu dituruti, berikan anak penghargaan jika berbuat baik, berikan hukuman jika berbuat salah, kembangkan kelebihan-kelebihan yang dimiliki anak, anjurkan anak agar mengikuti kegiatan kelompok di lingkungan rumah, kembangkan hobi yang positif, berikan pendidikan agama sejak dini.

Hakim (2002: 122) menjelaskan bahwa kepercayaan diri peserta didik di sekolah bisa dibangun melalui berbagai macam bentuk kegiatan seperti memupuk keberanian untuk bertanya, peran guru/pendidik yang aktif bertanya pada peserta didik, melatih berdiskusi dan berdebat, mengerjakan soal di depan kelas, bersaing dalam mencapai prestasi belajar, aktif dalam kegiatan pertandingan olah raga, belajar berpidato, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, peranan disiplin yang konsisten, memperluas pergaulan yang sehat dan lain-lain.

Guru di sekolah dapat membantu mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita dengan cara-cara seperti yang telah diuraikan. Bantuan tersebut dapat dilakukan oleh guru kelas dengan pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita sehingga usaha yang dilakukan dapat lebih terarah dan efektif.

## 2. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi Sosial di Sekolah

Layanan bimbingan pribadi sosial bertujuan untuk membantu peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang kurang baik dengan pemberian *treatment* secara efektif sehingga dapat mengembangkan kepercayaan dirinya. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial untuk mengatasi masalah yang dialami peserta didik digunakan layanan

bimbingan individual. Layanan bimbingan individual ini dilakukan agar hasil dari proses layanan efektif dan kepercayaan diri peserta didik dapat berkembang dengan baik.

Penyusunan layanan bimbingan pribadi sosial merupakan serangkaian aktivitas layanan bimbingan di sekolah yang selanjutnya akan menjadi pedoman bagi setiap personil dalam melaksanakan layanan bimbingan pribadi sosial di sekolah. SLB C Aditya Grahita Kota Bandung sudah melaksanakan layanan bimbingan secara rutin. Namun dilihat dari penyusunan dan pelaksanaan tidak disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik. Layanan bimbingan yang dilakukan oleh sekolah yaitu layanan bimbingan secara klasikal. Sekolah merupakan lembaga pendidikan hendaknya peduli terhadap perkembangan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita, termasuk kebutuhan layanan bimbingan pribadi sosial dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita di sekolah, karena layanan bimbingan pribadi sosial mampu mengembangkan kepercayaan diri peserta didik ini sangat besar perannya dalam membantu peserta didik mengembangkan kepercayaan dirinya.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Simpulan hasil penelitian ini sebagai berikut:

1. Rasa percaya diri salah satu peserta didik tunagrahita kelas D1 SLB C Aditya Grahita masih tergolong rendah, masih terdapat beberapa aspek kepercayaan diri yang belum optimal.
2. Layanan bimbingan pribadi sosial yang telah diujicobakan dapat terlaksana dengan baik tetapi masih ada aspek yang belum tercapai yaitu aspek penilaian diri. Pada aspek penilaian diri ini masih ada dua pernyataan yang belum tercapai yaitu pemanfaatan waktu luang untuk latihan menulis dan pemanfaatan waktu luang untuk latihan membaca.
3. Rasa percaya diri salah satu peserta didik tunagrahita kelas D1 SLB C Aditya Grahita Kota setelah mendapatkan layanan bimbingan pribadi sosial mendapatkan perkembangan pada semua aspek kepercayaan diri yang diujicobakan, namun masih ada satu aspek yang harus

mendapatkan layanan bimbingan yang lebih mendalam yaitu aspek yakin dengan sendiri dan tidak berlebihan

### Saran

#### 1. Bagi Guru Kelas

Layanan bimbingan pribadi sosial dalam penelitian ini terbukti mampu mengembangkan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita secara signifikan. Layanan bimbingan dapat dikembangkan lagi oleh guru kelas terutama aspek yakin dengan kemampuan sendiri dan tidak berlebihan yang merupakan aspek terendah dan memerlukan layanan bimbingan yang lebih serius.

#### 2. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan dalam penyusunan program sekolah yang terkait dengan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita sehingga sekolah dapat lebih memfasilitasi peserta didik dalam mengembangkan kepercayaan diri, misalnya dengan pembinaan peserta didik untuk lebih mengembangkan kemampuan menulis dan membaca yang lebih baik. Setiap tenaga pengajar juga harus memahami pengertian dan penerapan layanan bimbingan pribadi sosial agar peserta didik di sekolah memiliki kepercayaan diri yang baik.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengkaji mengenai kepercayaan diri direkomendasikan untuk: (a) meneliti lebih lanjut aspek kepercayaan diri yang paling rendah yaitu aspek yakin dengan kemampuan sendiri dan tidak berlebihan, terutama pada pernyataan kemampuan menulis dan membaca, (b) meneliti kepercayaan diri dengan mengontrol variabel lain yang berkenaan dengan kepercayaan diri peserta didik tunagrahita.

### DAFTAR PUSTAKA

- Angelis, Barbara. 2003. *Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Atok, Hilmi. 2010. *Aspek-aspek Percaya Diri*. [Online] Tersedia: <http://miklotof.wprdpres.com/2010/06/26/aspek-aspek-percaya-diri/> [19 Juli 2016].
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan (Psikologi Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suasana.
- Lauster, Peter. 2008. *Tes Kepribadian*. Jakarta: PT. Bumi Askara.
- Nurihsan, Juntika dan Sudianto, Akur. 2005. *Manajemen Layanan Bimbingan dan Konseling di Jakarta*. Jakarta : Grasindo.
- . 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung : Alfabeta.
- Spencer, V.G., & Balboni, Gie. 2003. Can students with mental retardation teach their peers? *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 38, 32-61.
- UU RI No. 20 Tahun 2003. *Sistem Pendidikan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.
- Yusuf, Syamsu dan Nurihsan, Juntika. 2005. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- . 2006. *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- . 2009. *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Pres