

Psikoedukasi Upaya Peningkatan Self Confidence pada Siswa SMKN 5 Lhokseumawe

Psychoeducation Efforts to Increase Self Confidence in Students SMKN 5 Lhokseumawe

Ika Amalia^(1*), Yara Andita Anastasya⁽²⁾ & Ella Suzanna⁽³⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas kedokteran, Universitas Malikusaleh, Indonesia

*Corresponding author: E-mail: ika.amalia@unimal.ac.id

Abstrak

SMKN 5 merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan negeri yang berada di kota Lhokseumawe. Salah satu permasalahan yang terdapat di SMKN 5 ialah rasa percaya diri siswa yang kurang. Hal ini terlihat dari keluhan guru maupun siswa yang menyatakan bahwa merasa ragu akan kemampuan yang dimiliki oleh diri sendiri. Siswa merasa bingung dan tidak tahu cara yang harus dilakukan agar dapat meningkatkan kepercayaan diri. Hal ini mendorong pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan mengangkat tema meningkatkan *self confidence* pada siswa. Metode pelaksanaan yang dilakukan ialah ceramah, tanya jawab serta konseling. Luaran yang diharapkan dialami oleh siswa berupa pemahaman mengenai apa itu *self confidence*, upaya apa saja yang bisa dilakukan untuk meningkatkan *self confidence*, serta cara mengembangkan potensi yang sebenarnya telah dimiliki. Hasil dari pelaksanaan pengabdian ialah siswa merasa paham dan mengetahui langkah yang akan dilakukan untuk meningkatkan *self confidence*, melakukan praktik di kehidupan nyata serta terlihatnya antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan.

Kata Kunci: Psikoedukasi; *Self confidence*; SMKN 5 Lhokseumawe

Abstract

SMKN 5 is one of the state vocational high schools located in the city of Lhokseumawe. One of the problems in SMKN 5 is the lack of self-confidence of students. This can be seen from the complaints of teachers and students who stated that they had doubts about their own abilities. Students feel confused and do not know what to do in order to increase their self-confidence. This encourages the implementation of community service by raising the theme of increasing self-confidence in students. The implementation method used is lecture, question and answer and counseling. The outcomes that are expected to be experienced by students are in the form of an understanding of what self-confidence is, what efforts can be made to increase self-confidence, and how to develop the potential that they actually have. The result of the implementation of the service is that students feel they understand and know the steps to be taken to increase self-confidence, practice in real life and the enthusiasm of students in participating in activities is visible.

Keywords: Psychoeducation; *Self-confidence*; SMKN 5 Lhokseumawe

Rekomendasi mensitasi :

Amalia, I., Anastasya, Y. A., & Suzanna, E. (2022), Psikoedukasi Upaya Peningkatan self Confidence pada Siswa SMKN 5 Lhokseumawe. Gotong Royong: *Jurnal Pengabdian, Pembinaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 1 (2): 34-36.

PENDAHULUAN

Berdasar pada hasil wawancara yang dilakukan dengan dua orang guru di SMKN 5 Lhokseumawe didapat informasi bahwa terdapat beberapa permasalahan yang terjadi pada siswa. Salah satu permasalahan yang *urgent* untuk ditangani terlebih dahulu ialah terkait kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa.

Sejatinya, kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting dalam mencapai keberhasilan belajar pada siswa maupun siswi di sekolah. Kepercayaan diri tidak hanya berdampak pada proses pembelajaran di sekolah, begitu pula di luar sekolah atau di luar kegiatan akademik.

Kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik. Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Bagaimana pun kemampuan manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai (Lautser dalam Ghufron & Risnawita, 2010). Mulkiyan (2017) menyatakan bahwa kepercayaan diri menjadi faktor kesuksesan seseorang.

Rasa percaya diri merupakan hal utama yang perlu dimiliki setiap individu, terutama siswa. Rasa percaya diri dapat menumbuhkan perasaan positif pada diri sehingga diharap mampu untuk memiliki keyakinan kuat, tidak memiliki keraguan serta mampu mengendalikan diri dengan baik (Mulkiyan, 2017).

Jika tidak memiliki rasa percaya diri, dikhawatirkan siswa tidak memiliki keyakinan internal sehingga dapat menghambat tindakan serta perilaku di masa mendatang. Sehingga hal ini dikhawatirkan dapat mengganggu perkembangan potensi yang dimiliki oleh siswa siswi.

BAHAN DAN METODE PELAKSANAAN

Jumlah siswa yang mengikuti pengabdian ialah sebanyak 40 siswa yang terdiri dari 21 siswa laki-laki dan 19 siswa perempuan. Metode yang dilakukan berupa ceramah, diskusi atau tanya jawab serta konseling. Ceramah merupakan cara mengajar dengan penyajian informasi yang diberikan secara lisan kepada peserta didik atau siswa (Muhibbin Syah, 2002).

Ceramah disampaikan secara lisan untuk membentuk pemahaman yang sama antara pemateri dan siswa atau siswa selaku peserta. Diskusi atau tanya jawab dilakukan agar siswa siswi dapat bertanya kembali mengenai materi yang masih belum dipahami dengan baik oleh para siswa siswi. Pada sesi ini, siswa siswi diharap mampu memiliki *insight* atau pencerahan terkait hal yang harus dilakukan untuk meningkatkan *self confidence*.

Konseling merupakan pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien (Prayitno dan Amti, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan berjalan lancar dan sesuai harapan semua pihak. Pihak siswa selaku peserta dan pihak sekolah merasa bersyukur atas terselenggaranya kegiatan pengabdian yang bertajuk meningkatkan *self confidence*. Kesuksesan kegiatan terlihat dari antusias serta pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan. Mayoritas siswa mengajukan pertanyaan pada saat sesi diskusi, hal ini membuat sesi diskusi menjadi hangat serta hidup. Sesama siswa bahkan memberi masukan kepada siswa yang lain, hal ini menan-

dakan bahwa siswa memperoleh *insight* terhadap materi yang telah diberikan.



Gambar 1. Suasana saat psikoedukasi berlangsung

Selain itu, pada sesi konseling yang dilaksanakan satu hari setelah kegiatan pengabdian dilakukan, mayoritas siswa menyatakan bahwa banyak manfaat yang mereka rasakan setelah mengikuti kegiatan peningkatan *self confidence*. Siswa menyatakan merasa yakin akan kemampuan yang dimiliki oleh diri, yakin mampu menjalani atau menghadapi tantangan yang mungkin terjadi serta semangat dalam menjalani hari-hari di masa depan.

SIMPULAN

Kegiatan psikoedukasi upaya peningkatan *self confidence* pada siswa SMKN 5 Lhokseumawe berjalan lancar dan terselenggara dengan baik. Kegiatan ini mendapat sambutan hangat dari segenap pihak sekolah, baik guru maupun siswa selaku peserta. Selama berjalannya proses psikoedukasi, para siswa menyimak dengan baik. Setelah selesai sesi pemberian materi, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, dan ini menjadi *moment* yang ditunggu-tunggu oleh peserta. Peserta banyak memberikan pertanyaan menarik seputar bagaimana upaya dalam meningkatkan *self confidence*, hal ini

terlihat jelas pada antusiasme siswa dalam mengikuti psikoedukasi yang dilaksanakan oleh tim pengabdian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih tak terhingga kami sampaikan kepada LPPM Universitas Malikussaleh yang telah mendanai pengabdian sehingga dapat berjalan lancar. Terimakasih pula kepada SMKN 5 Lhokseumawe yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Rasa syukur tak terhingga kepada guru yang terlibat serta segenap siswa siswi SMKN 5 Lhokseumawe yang berpartisipasi sebagai peserta kegiatan. Tidak lupa pula rasa terima kasih kepada mahasiswa Prodi Psikologi yang telah ikut membantu kelancaran kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghufro dan Risnawita, R. S. (2010). Teori-teori Psikologi. Yogyakarta: Ar ruzz Media
- Mulkiyan, M. (2017). Mengatasi masalah kepercayaan diri siswa melalui konseling kelompok. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5 (3), 136-142
- Prayitno dan Amti, E. (2013). Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling, Jakarta: Rhineka Cipta.
- Syah, M. (2002). *Psikologi Belajar*. Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada