PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VII SMP AL YAQIN SLUKE TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

ERIKA WIDYARTI

NPM: 11.1.01.01.0350

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2015

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X SMP AL YAQIN SLUKE TAHUN PELAJARAN 2014/2015

yang disusun dan diajukan oleh:

ERIKA WIDYARTI

NPM: 11.1.01.01.0350

telah disetujui untuk diajukan kepada panitia ujian / sidang skripsi jurusan bimbingan dan konseling FKIP UNP Kediri pada 10 Mei 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Atrup M.Pd, M.M	Dr. Endang Ragil W.P.M.Pd
NIDN.0709116101	NIDN.0726125801

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X SMP AL YAQIN SLUKE TAHUN PELAJARAN 2014/2015

yang disusun dan diajukan oleh

ERIKA WIDYARTI

NPM: 11.1.01.01.0350

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dan panitia sidang skripsi jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP UNP Kediri pada tanggal 10 Mei 2015 dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Anggota Penguji :

1. **Ketua** (Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.)
2. **Penguji I** (Dr. Atrup M.Pd M.M)
3. **Penguji II** (Dra. Endang Ragil, WP, M.Pd.)

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca S,M.Pd
NIDN.0716046202

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
FKIP UNP KEDIRI

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama	: ERIKA WIDYARTI
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat/tanggal lahir	: Rembang, 14 Maret 1992
NPM	: 11.1.01.01.0350
Fak/Jur/Prodi	:FKIP / Bimbingan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, Mei 2015

Yang Menyatakan

ERIKA WIDYARTI

NPM: 11.1.01.01.0350

ABSTRAK

Erika Widyarti. Bimbingan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. UNP Kediri 2015. Skripsi. ”Pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa Kelas VII SMP AL-YAQIN Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015”.

Permasalahan yang diungkap dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa Madrasah Aliyah Negeri Lasem tahun pelajaran 2011/2012.

Tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa Kelas VII SMP AL-YAQIN Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015.

Populasi adalah siswa kelas Kelas VII SMP AL-YAQIN Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015. Sampel berjumlah 30 siswa yang diambil dari data populasi. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala psikologis. Berdasarkan hasil uji validitas skala kepercayaan diri yang berjumlah 40 butir item terdapat 25 butir yang valid dan 15 butir yang tidak valid.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *product moment* dan rumus *uji t-test.* Berdasarkan hasil *uji t-test* dengan taraf signifikan 5% (0,05) menunjukkan $t_{hitung=}$ 17,21> $t_{tabel=}$ 2,045. Hasil perhitungan selengkapnya dapat dilihat dilampiran. Dengan demikian, berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa SMP AL-YAQIN Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015 meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok.

Berdasarkan simpulan yang diperoleh dalam penelitian yang penulis laksanakan ternyata layanan konseling kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa Kelas VII SMP AL-YAQIN Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015”. Dari hasil penelitian ini disarankan kepada siswa yang tingkat kepercayaan dirinya kurang, hendaknya lebih bersedia dan lebih aktif dengan memanfaatkan layanan konseling kelompok untuk memecahkan permasalahan yang dialaminya. Bagi pihak sekolah hendaknya memprogramkan jam khusus untuk kegiatan bimbingan dan konseling khususnya layanan konseling kelompok serta memfasilitasi ruang bimbingan dan konseling dan menambah jadwal konseling kelompok. Bagi guru pembimbing, hendaknya dapat lebih memanfaatkan layanan yang ada dalam kegiatan bimbingan dan konseling, khususnya dalam menerapkan layanan konseling kelompok untuk membantu memecahkan permasalahan siswa maka dari itu guru pembimbing harus memberikan layanan yang lebih intensif dan efektif terhadap siswa-siswa yang kepercayaan dirinya rendah untuk dipecahkan permasalahanya.

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah merupakan saat-saat yang dipenuhi dengan berbagai macam perubahan dan terkadang tampil sebagai masa yang tersulit dalam kehidupannya sebelum memasuki dunia kedewasaan. Begitu pula perubahan yang dialami seseorang tidak saja menyangkut perubahan yang dapat teramati secara langsung, misalnya perubahan tinggi badan, berat badan, wajah atau tingkah laku tetapi juga menyangkut perubahan yang lebih halus yang tidak dapat dengan segera teramati misalnya kepercayaan diri.

Ada fenomena setiap remaja sekarang cenderung mengharapkan dirinya untuk bisa berkembang lebih maju dan dapat menjadi lebih baik secara cepat,tetapi perkembangan potensi remaja tidak bisa terwujud begitu saja secara instan apabila tidak diupayakan semaksimal mungkin dan seberapa jauh remaja tersebut dapat mengupayakan sehingga bisa mewujudkan potensinya menjadi aktual dan terwujud dalam sikap kepribadianya. Hal ini dapat diperoleh remaja tersebut setidaknya memiliki rasa percaya diri dahulu, sehingga dapat meningkatkan perkembanganya baik oleh dirinya sendiri maupun orang lingkungan yang akan membantu pencapaianya.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih, siswa dituntut untuk bisa siap untuk menyongsong dan menghadapi setiap perubahan yang ada, sehingga nantinya dengan adanya perkembangan ilmu

pengetahuan dan teknologi yang ada siswa dapat meraih cita-citanya di masa depan. Salah satu aspek yang bisa menjadi bekal bagi siswa untuk meraih masa depan adalah dengan kepercayaan diri. Kurang percaya diri pada ssiswa akan menghambat aktualisasi dalam kehidupan, akibatnya siswa tidak bisa mencapai cita-citanya di masa depan.

Kurangnya kepercayaan diri siswa bisa tampak dalam berbagai hal, misalnya ketika mengungkapkan pendapat dalam forum diskusi atau ketika guru meminta pendapat dari siswa, maka siswa yang kepercayaan dirinya rendah tidak akan berani mengungkapkan pendapatnya, padahal sebenarnya siswa tersebut mampu dan mempunyai potensi untuk bisa tampil lebih baik dan mempunyai pendapat yang dibutuhkan dalam forum diskusi.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan atau situasi yang dihadapinya (Fatimah, 2006: 149). Sedangkan pendapat lain menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan salah salah aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Lauster dalam Ghufron dan Risnawita, 2010: 34).

Berdasarkan dua pengertian tentang kepercayaan diri diatas dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri diperlukan dalan segala hal, dimana seseorang yang percaya diri berarti menghargai dirinya sendiri, menyadari kelemahan dan kelebihanya optimis dan tidak putus asa. Orang harus yakin bahwa

manusia memiliki kemampuan untuk berhasil karena orang yang percaya diri akan lebih mampu melakukan hal-hal untuk orang lain. Orang yang seperti ini akan berfikir positif dan menghindari hal-hal yang tidak perlu dilakukan.

Namun pada kenyataanya banyak ditemui siswa yang cenderung belum mengenali apa yang menjadi tujuan hidupnya, sehingga mereka mengikuti segala hal yang terjadi di sekitarnya, siswa juga belum dapat mengenali secara pasti tentang dirinya sendiri, baik kelemahan dan kelebihanya.

Pada siswa kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015 pada dasarnya mempunyai potensi yang bisa diaktualisasikan, namun karena kepercayaan diri yang rendah dan kemampuan diri sendiri, pesimis, maka potensi yang dimilikipun tidak dapat dimanfaatkan dengan optimal. Menjadi bimbingan dan konseling di sekolah untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah kurangnya kepercayaan diri Usaha sekolah terutama tugas seorang guru pembimbing dalam rangka membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri adalah dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

Bimbingan dan konseling memiliki beberapa jenis layanan diantaranya layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengetasan permasalahan yang dialami nya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok (Hellen, 2005: 82). Layanan konseling kelompok berfungsi membantu siswa agar mengatasi masalah yang

dialaminya. Maka diharapkan konseling kelompok dapat membantu siswa yang mempunyai permasalahan terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang berkembang, yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesame anggota kelompok (Sukardi, 2008: 68). Apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik maka anggota kelompok akan saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus. Konseling kelompok merupakan wahana untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, menemukan alternatif cara penyelesaian masalah dan mengambil keputusan yang tepat dari konflik yang dialaminya dan untuk meningkatkan tujuan diri, rasa tanggung jawab pada diri sendiri dan orang lain.

Konseling kelompok memberikan kesempatan untuk menjadi instrumen bagi perkembangan pribadi orang lain, adanya kesempatanuntuk berinteraksi, berkomunikasi, dan bersikap terbuka dan jujur yang akan menimbulkan adanya pemahaman diri dan perkembangan diri, Sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Penyelenggaraan konseling kelompok siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri karena siswa dapat bersosialisasi dengan cara berkomunikasi langsung dengan semua anggota kelompok yang lain, dengan cara seperti ini siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan terpicu untuk bias tampil seperti siswa lain yang berani mengungkapkan pendapatnya. Konseling kelompok

juga memberika kontribusi yang penting dalam meningkatkan kepercayaan diri, apalagi masalah kepercayaan diri merupakan masalah yang banyak dialami oleh siswa sehingga untuk mengefensiensikan waktu konseling kelompok lebih efektif dibandingkan dengan layanan konseling individual.

SMP Al-Yaqin Sluke sebagai salah satu sekolah dibawah naungan Departemen agama (Depag) yang memiliki beberapa peraturan salah satunya adalah siswa putri diwajibkan untuk berjilbab, siswa putra tidak boleh gondrong, memakai sepatu hitam, wajib memilih dan mengikuti ektrakurikuler, dan sebagainya. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru pembimbing maupun siswa, dan juga menurut pengalaman dari penulis karena penulis juga alumni dari sekolah tersebut masih ada beberapa siswa kurang percaya diri. Gejalanya nampak pada siswa yang tidak berani berbicara atau berdiskusi di depan kelas dan tidak berani mengungkapkan pendapatnya. Selama ini disekolah tersebut layanan konseling kelompok belum berjalan dengan optimal,para pembimbingnya hanya melaksanakan layanan konseling individual dan layanan informasi. Para pembimbing hanya akan memanggil siswa kalau sisiwa itu melanggar peraturan dan memanggil siswa yang bermasalah saja, dan hanya memberikan arahan saja terhadap yang tidak melanggar secara bersama-sama di jam pelajaran BK, bimbingan yang diberikan kepada siswa hanya bersifat nasehat , padahal masalah yang terkait dengan kepercayaan diri selama ini masih belum teratasi dengan maksimal.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling

Kelompok Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siwa Kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke 2014/2015"

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang masalah yang penulis uraikan di atas maka dapat penulis identifikasi permasalahan yang ada antara lain: (a) Kepercayaan diri memperngaruhi perkembangan siswa, (b) Kepercayaan diri siswa masih rendah, (c) Kurang percaya diri pada siswa akan menghambat aktualisasi dalam kehidupan, (d) Konseling kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, (e) Konseling kelompok belum berjalan optimal dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

C. Pembatasan Masalah

Dengan adanya berbagai permasalahan-permaslahan yang ada seperti telah diuraikan dalam identifikasi maslah di atas maka penulis hanya akan meneliti tentang "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke 2014/2015". Dengan menggunakan dua variabel yaitu konseling kelompok sebagai variabel bebas dan peningkatan kepercayaan diri sebagai variabel terikat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan Identifikasi Masalah di atas, maka rumusan masalahnya adalah "adakah pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri pada siswa kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke 2014/2015?".

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri sisiwa kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke 2014/2015.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

a. Mengetahui peningkatan kepercayaan diri siswa.

b. Dari penelitian ini diharapkan memperkaya khasanah bimbingan dan konseling pada umumnya dan layanan konseling kelompok pada khususnya.

2. Manfaat Praktis

a. Memberikan motivasi kepada siswa untuk memanfaatkan bimbingan dan konseling, bila ada masalah atau tidak ada masalah yang dialami siswa dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri siswa.

b. Dapat memberikan saran pada pihak sekolah untuk lebih mengembangkan bimbingan dan konseling di sekolah sehingga bermanfaat bagi siswa.

G. Definisi Operasional Variabel

1. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri adalah sikap positif yang dimiliki oleh individu untuk dapat memberikan penilaian positif terhadap dirinya sendiri, lingkungan dan

berbagai situasi yang dihadapinya. Tetapi hal ini tidak berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi menunjuk pada adanya beberapa aspek kehidupan individu tersebut dimanan individu merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi, aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

2. **Konseling kelompok**

Konseling kelompok pada hakekatnya adalah layanan yang memungkinkan peserta didik untuk memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dialami masing-masing peserta didik secara berkelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok .

BAB II
KAJIAN TEORI

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian kepercayaan diri

Kepercayaan diri adalah sikap positif yang dimiliki seseorang individu yang membisakan dan memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain, lingkungan, serta situasi yang dihadapinya untuk meraih apa yang diinginkanya (Syaifullah, 2010: 10). Dengan kata lain, kepercayaan diri berarti suatu sikap positif individu untuk dapat memberikan penilaian positif terhadap dirinya sendiri, lingkungan dan situasi yang dihadapinya. Percaya diri adalah suatu sikap diri yang merasa pantas, nyaman dengan diri sendiri dari penilaian orang lain, serta memiliki kemampuan yang kuat. Maka kalau seorang individu tidak merasa puas, tidak merasa nyaman dan tenang berarti individu itu tidak memiliki sifat percaya diri.

Pendapat lain mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mancapai segala sesuatu yang diinginkan (Anthony dalam Ghufron dan Risnawita, 2010: 34). Oleh karena itu, kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai keyakinan pada diri individu yang dapat membuat individu melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya untuk mendapatkan segala sesuatu yang diinginkan, karena rasa percaya diri yang tinggi

membuat individu merasa memiliki kompetensi, keyakinan, kemampuan, dan percaya bahwa dia mampu.

Setiap individu mempunyai hak untuk menikmati kebahagian dan kepuasan atas apa yang diperolehnya, tetapi itu akan sulit dirasakan apabila individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang rendah. Kepercayaan diri pada individu tidak selalu sama, pada saat tertentu individu merasa yakin atau tidak mungkin, ada situasi di mana individu merasa yakin atau mungkin tidak, ada situasi di mana individu merasa yakin dan situasi dimana individu merasa demikian. Seperti pendapat yang mengemukakan bahwa: rasa percaya diri tidak bisa disama-samakan dari satu aktivitas ke aktivitas lainnya (Angelis, 2005: 13).

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, maka penulis menyimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan dan kemampuan diri, optimis, obyektif, bersikap positif, bertanggung jawab, rasional dan realistik untuk dapat memberikan penilaian positif terhadap dirinya sendiri, lingkungan dan situasi yang dihadapinya untuk meraih apa yang diinginkan.

2. **Aspek –aspek kepercayaan diri**

Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Menurut Lauster (dalam Ghufron dan Risnawati 2010: 36) Orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah yang disebutkan di bawah ini:

a. Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya.Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukanya.

b. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuanya.

c. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

d. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

e. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah anilisis terhadap sesuatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah sifat yang dimiliki seseorang yang memiliki aspek-aspek keyakinan diri, optimis, objetif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

3. **Tingkatan kepercayaan diri**

Menurut Gunawan (2009: 51) ada beberapa tingkatan kepercayaan diri diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Rendah diri

Merupakan suatu keyakinan pada diri yang menganggap diri sendiri tidak memiliki kemampuan yang berarti atau kurang berharga yang timbul karena ketidakmampuan psikologis, sosial, atas keadaan jasmani yang kurang sempurna.

b. Kurang percaya diri

Yaitu keraguan pada kemampuan diri ketika menghadapi situasi tertentu, yang bahkan (kalau boleh memilih), ia akan cenderungmenghindari situasi yang penuh resiko dan tantangan.

c. Cukup percaya diri

Yaitu suatu keyakinan pada diri bahwa dengan kemampuan jasmaniah dan akal budi yang dimilikinya, ia akan merasa mampu menghadapi situasi, mampu meraih apa saja yang diinginkannya, direncanakanya, diusahakanya.

d. Sangat percaya diri

Yaitu memiliki kepercayaan diri yang berlebihan dengan keyakinan bahwa ia mampu menghadapi dan mengalahkan situasi terberat dimana orang lain tidak mampu melakukaknya.

4. **Karakteristik individu yang percaya diri**

Beberapa cirri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional adalah a) Percaya akan kemampuan diri sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau rasa hormat orang lain, b) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok, c) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain atau berani menjadi diri sendiri, d) Mempunyai pengendalian diri yang baik, e)

Memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usahanya sendiri atau tidak tergantung pada orang lain, f) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, g) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri sehingga ketika harapan itu tidak terwujud tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi (Fatimah, 2006: 149-150).

5. **Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri**

Menurut Ghufron dan Risnawita (2010: 37-38) kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor berikut ini adalah faktor-faktor tersebut :

a. Konsep diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulanya dalam sebuah kelompok Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk haraga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri, tingkat haraga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri, Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunya rasa percaya diri seseorang.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan

orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain yamg lebih pandai dari pada dirinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

B. **Konseling Kelompok**

1. **Pengertian Konseling Kelompok**

Konseling kelompok yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok (Hellen, 2005: 82). Layanan konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di kelompok itu, masalah -masalah yang dibahas merupakan masalah pribadi yang dialami oleh masing – masing anggota.

Pendapat lain mengemukakan tentang pengertian layanan konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok (Sukardi, 2008: 68). Konseling kelompok berarti layanan yang di dalamnya membahas dan mengentaskan permasalahan yang dialami oleh peserta didik yang penyelenggaraanya dilakukan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Selain itu konseling kelompok dapat diartikan sebagai suatu upaya pembimbing atau konselor yang membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan secara optimal (Tohirin, 2007: 179). Dengan perkataan lain, konseling kelompok juga dimaknai sebagai suatu upaya pemberian bantuan yang diberikan kepada peserta didik yang mengalami masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar mencapai perkembangan optimal.

Berdasarkan beberapa pengertian konseling kelompok dapat di tarik kesimpulan bahwa konseling kelompok merupakan suatu layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah pribadi yang dialaminya melalui dinamika kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

2. **Tujuan konseling kelompok**

Tujuan konseling kelompok meliputi: 1) Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak, 2) Melatih anggota kelompok dapat bertanggung jawab dengan teman sebayanya, 3) Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok, 4) Mengentaskan permasalahan-permasalahan anggota kelompok (Sukardi, 2008: 68).

Selain itu tujuan konseling kelompok yang secara umum adalah memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah pribadi yang dialami siswa melalui dinamika kelompok (Mugiarso, 2006: 69). Jadi dapat disimpulkan tujuan konseling kelompok yaitu melatih siswa untuk memiliki kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi untuk memecahkan

masalah pribadin yang dimilikinya secara berkelompok yang meamnfaatkan dinamika kelompok.

3. **Komponen-komponen konseling kelompok**

a. Anggota kelompok

Anggota konseling kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok, dapat dikatakan bahwa suatu kelompok tidak mungkin akan terbentuk dan ada kalu tidak ada anggota kelompok.

Kegiatan atau kehidupan kelompok itu sebagian besar didasarkan atas peranan para anggota kelompok, adapun peranan kelompok diantaranya adalah a) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok, b) Mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, c) Berusaha agar yang dilakukan itu membantu tercapainya tujuan bersama, d) membantu tersusunya aturan kelompok dan berusaha mematuhinya dengan baik, e) Benar-benar berusaha untuk secara efektif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok, f) Berusaha membantu anggota lain, g) Memberikan pada anggota lain untuk juga mengalami perannya, h). Menyadari pentingnya kegiatan kelompok tersebut (Prayitno, 1995: 32).

b. Pemimpin kelompok

Pemimipin kelompok juga merupakan komponen yang penting dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja harus mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan, melaikan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut.

Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin kelompok, tugas pemimpin kelompok adalah a) Membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antar anggota kelompok, b) Memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui bahasa konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling, c) Melakukan penstruturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok tentang apa, mengapa, dan bagaimana layanan konseling kelompok dilaksanankan, d) Melakukan pentahapan kegiatan konseling kelompok, e) Memberikan penilaian segera hasil layanan konseling kelompok, f) Melakukan tindak lanjut layanan konseling kelompok (Tohirin, 2007: 180).

c. Topik permasalahan

Topik yang digunakan dalam layanan konseling kelompok adalah topik bebas. Anggota secara bebas mengemukakan permasalahan yang dihadapi atau yang sedang dirasakan anggota kelompok dan dibahas satu persatu. Seperti pendapat yang dikemukakan oleh Prayitno bahwa konseling kelompok membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Satu persatu anggota kelompok mengemukakan masalah pribadinya secara bebas, kemudian dipilih mana yang akan dibahas dan dientaskan pertama, kedua, ketiga, dan seterusnya (Prayitno, 2012: 169).

d. Dinamika kelompok

Dinamika kelompok yaitu rasa keterikatan yang kuat terhadap kelompok, dengan tarik kegiatan kelompok bagi masing-masing anggota, relevansi dari sikap, pandangan dan perilaku yang akan diubah bagi semua

anggota kelompok, penghargaan dari anggota yang satu terhadap anggota yang lain. Sehingga semua sumbangan pikiran dan perasaan diakui dan diterima. Kesempatan bersama mengenai tuntutan untuk merubah diri dan kearah mana perubahan ini harus diusahakan (Wingkel dan Hastuti, 2004: 559).

4. **Asas-asas konseling kelompok**

Dalam pelayanan bimbingan dan konseling kaidah-kaidah tersebut dikenal dengan asas-asas bimbingan konseling, yaitu ketentuan-ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan pelayanan itu. Apabila asas-asas itu dikuti dan terselenggara dengan baik sangat dapat diharapkan proses pelayanan mengarah pada pencapaian tujuan yang diharapkan, sebaliknya apabila asas-asas itu di abaikan atau dilanggar sangat dikhawatirkan kegiatan yang terlaksana itu justru berlawanan dengan tujuan bimbingan dan konseling, bahkan akan dapat merugikan orang-orang yang terlibat dalam pelayanan,serta profesi bimbingan dan konseling itu sendiri. Asas-asas yang dimaksud adalah asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, dan asas kekinian (Prayitno dan Amti, 2004: 115).

a. Asas kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibicarakan klien kepada konselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain, lebih-lebih hal atau keterangan yang tidak boleh atau tidak layak diketahui orang lain. Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses layanan bimbingan dan konseling baik untuk konselor atau konseli oleh karena itu seluruh anggota kelompok maupun pemimpin kelompok harus berkomitmen penuh untuk melakasanakannya.

b. Asas kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak si terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor. Klien diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapinya, dan konselor juga hendaknya dapat memberikan bantuan dengan tidak terpaksa, atau dengan kata lain konselor memberikan bantuan dengan ikhlas secara sukarela dan tanpa pamrih.

c. Asas keterbukaan

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan, baik keterbukaan dari koselor atau pemimpin kelompok maupun keterbukaan dari klien atau anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, malahan lebih dari itu, diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan (anggota kelompok) bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah individu yang membutuhkan bimbingan diharapkan dapat berbicara sejujur mungkin dan berterus terang tentang dirinya sendiri sehingga dengan keterbukaan ini penelaah dan pengkajian berbagai kekuatan dan kelemahan si terbimbing dapat dilaksanakan.

d. Asas kekinian

Masalah individu yang ditanggulangi ialah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang sudah lampau, dan juga bukan masalah mungkin akan dialami di masa yang akan datang. Asas kekinian juga mengandung pengertian bahwa konselor tidak boleh menunda-nunda pemberian bantuan. Jika diminta bantuan oleh klien atau konselor atau jelas-jelas terliat misalnya adanya

siswa yang mengalami masalah, maka konselor hendaklah segera member bantuan.

5. **Tahap-tahap konseling kelompok**

Konseling kelompok dilaksanakan melalui empat tahap kegiatan yaitu tahap pembukaan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap penutupan (Prayitno, 1995: 40-60).

a. Tahap pembetukan

Tahap ini tahap pengenalan dan perlibatan dari anggota ke dalam kelompok dengan bertujuan agar anggota memahami maksud konseling kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan konseling kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka yang mengikutinya. Pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok

b. Tahap peralihan

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan, pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan konseling kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keragu-raguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok. Jadi tahap peralihan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya agar lebih terarah.

c. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan konseling kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*follow up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan konseling kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tertentu. Dalam kegiatan kelompok terpusat pada pembahasan dan penjelasan kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh melalui layanan konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.

C. **Kerangka Berfikir**

Kepercayaan diri merupakan sikap positif individu untuk dapat memberikan penilaian positif terhadap diri sendiri, lingkungan dan situasi yang dialaminya. Tetapi hal ini tidak berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri tanpa bantuan orang lain. Kurangnya rasa percaya diri pada siswa akan menghambat aktualisasi kehidupan siswa baik di lingkungan rumah, sekolah maupun masyarakat. Akibatnya siswa akan kurang maksismal dalam mencapai aktualisasi dirinya di dalam lingkungan

tersebut. Kurangnya kepecayaan diri siswa bisa tampak dalam berbagai hal, misalnya siswa kurang berani untuk mengemukakan pendapatnya, tidak berani untuk tampil dan berbicara di depan orang banyak dan kurang percaya diri dalam bersosialisasi atau brhubungan dengan orang lain.

Rasa percaya diri yang tinggi menunjukkan pada adanya beberapa aspek kehidupan individu tersebut dimana individu merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi, aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Konseli akan merasa nyaman, dihargai dan dihormati oleh masing-masing anggota kelompok dengan memberikan empati, penghargaan, solusi, dan kekongritan.

Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik maka anggota kelompok akan saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus. Konseling kelompok merupakan wahana untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, menemukan alternatif cara penyelesaian masalah dan mengambil keputusan yang tepat dari konflik yang dialaminya dan untuk meningkatkan tujuan diri, rasa tanggung jawab pada diri sendiri dan orang lain.

Layanan konseling kelompok yang dilakukan terhadap siswa bertujuan untuk mengembangkan pribadi siswa atau anggota kelompok untuk mencapai suatu pemecahan masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok. Konseling kelompok sebagai suatu layanan dalan sebuah kelompok-kelompok kecil untuk membahas dan menyelesaikan masalah secara mandiri dan

bertanggung jawab. Remaja atau siswa adalah masa yang sulit dan bermasalah, dengan demikian remaja harus selalu dalam bimbingan atau dukungan dari orang tua dan guru di dalam mereka memecahkan masalah yang dialaminya.

Penyelenggaraan layanan konseling kelompok yang diberikan kepada siswa berupaya untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa. Dengan dilakukannya layanan konseling kelompok diharapkan siswa mampu untuk bersosialisasi dan berkomunikasi yang baik antar anggota kelompok, sehingga setelah layanan diberikan siswa yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah akan terpacu untuk bisa mengaktualisasikan dirinya dengan cara mengeluarkan pendapatnya dalam konseling kelompok serta diharapkan mampu untuk mengaplikasikannya di lingkungan bermasyarakat.

Siswa yang telah memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi diharapkan dapat mempertahankan rasa percaya dirinya dan lebih bisa mengaktualisasikan dirinya dengan lebih baik lagi. Oleh karena itu, kegiatan konseling kelompok yang diberikan kepada siswa diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015 .

D. **Hipotesis**

Hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2006: 71). Sebagai suatu dugaan sementara maka belum tentu benar dan karenanya perlu dibuktikan kebenaranya. Adapun hipotesis yang penulis

kemukakan dalam penelitian ini adalah: “Ada pengaruh yang signifikan antara layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Al-Yaqin Sluke Tahun Pelajaran 2014/2015”.