JURNAL

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *PERSON CENTERED* TERHADAP RASA PERCAYA DIRI SISWA KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 2 KOTA KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2016-2017

THE EFFECT OF GROUP COUNSELING WITH PERSON CENTERED APPROACH TO STUDENT'S SELF CONFIDENCE OF CLASS VII SMP MUHAMMADIYAH 2 KEDIRI IN THE ACADEMIC YEAR 2016-2017

Oleh:

SRI DWI ANGGRAENI

NPM.12.1.01.01.0025

Dibimbing oleh :

1. Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
2. Rosalia Dewi Nawantara, M.Pd.

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI

2016

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Sri Dwi Anggraeni
NPM	: 12.1.01.01.0025
Telepun/HP	: 085790334464
Alamat Surel (Email)	: dwi98155@gmail.com
Judul Artikel	: Pengaruh Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Person Centered* Terhadap Rasa Percaya Diri
Fakultas – Program Studi	: FKIP-Bimbingan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	: UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	: Kampus I Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 24 Januari
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd NIDN. 0716046202	Rosalia Dewi Nawantara, M.Pd NIDN. 0711039102	Sri Dwi Anggraeni 12.1.01.01.0025

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *PERSON CENTERED* TERHADAP RASA PERCAYA DIRI SISWA KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 2 KOTA KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2016-2017

Sri Dwi Anggraeni
12.1.01.01.0025
FKIP-Bimbingan Konseling
Email

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd. dan Rosalia Dewi Nawantara, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh hasil pengamatan dan olah data yang dilakukan peneliti, bahwa rasa percaya diri siswa masih tergolong rendah. Keberhasilan pemberian konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* diharapkan dapat mencapai target yaitu dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Ajaran 2016/2017. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan teknik eksperimen dengan desain *Pre-Experimental one group pre-test dan post-test*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri yang berjumlah 139 siswa. Sampel penelitian 6 siswa yang teridentifikasi rasa percaya diri rendah dan di tetapkan dengan *purpossive non random sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen berupa skala rasa percaya diri. Analisis data menggunakan uji t-test. Hasilnya didapatkan t_{hitung} (-7,016) $\geq$ t_{tabel} (2,571) maka H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Ajaran 2016/2017. Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, direkomendasikan bagi konselor atau guru bimbingan dan konseling di sekolah dapat menerapkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* untuk membantu siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah agar peserta didik dapat berkembang dan mampu meningkatkan kemampuan dan potensinya.

KATA KUNCI : Konseling kelompok dengan pendekatan *person centered*, rasa percaya diri

I. LATAR BELAKANG

Rasa percaya diri merupakan aspek psikis manusia yang sangat penting untuk dipupuk dan dikembangkan pada setiap lembaga pendidikan, terutama pendidikan formal seperti di sekolah.Karena keberhasilan pembangunan nasional dimasa yang akan datang sangat di tentukan oleh manusia yang berkualitas yang mempunyai rasa percaya diri tinggi yang saat ini berada di bangku sekolah.Seorang peserta didik yang tidak memiliki rasa percaya diri, akan menghambat perkembangan prestasi intelektual, keterampilan dan kemandirian serta membuat peserta didik tersebut tidak cakap bersosialisasi (tidak pandai bergaul). Peserta didik tidak ada keberanian untuk mengaktualisasikan dirinya dilingkungan sosial. Rasa tidak percaya diri membuat seseorang menjadi marah terhadap dirinya sendiri dan mengakibatkan terganggunya prestasi belajar. Sebagian besar peserta didik yang merasa gagal dengan prestasinya sulit untuk mengembangkan rasa percaya diri. Takut dengan tugas yang menantang, takut akan kegagalan, dan terbiasa dalam mengambil tugas yang tantangannya sedikit.

Menurut Kumara (dalam Isaningrum, 2007) individu yang memiliki rasa percaya diri merasa yakin akan kemampuan dirinya, sehingga dapat menyelesaikan masalahnya karena mengerti apa yang dibutuhkan dalam hidupnya. Serta mempunyai sikap positif yang didasari keyakinan akan kemampuannya. Individu tersebut bertanggung jawab akan keputusan yang telah diambil serta mampu melihat fakta dan realita secara obyektif yang didasari keterampilan.

Menurut Agung (dalam susanti 2010) orang yang tidak percayadiri mempunyai ciri-ciri antara lain malu dan canggung, tidak bisa menunjukkan kemampuan diri, tidak berani mengungkapkan ide-ide, membuang-buang waktu dalam mengambil keputusan, rendah diri bahkan takut dan merasa tidak aman sehingga seseorang memilih mencari aman dengan cara menutup diri dalam arti tidak ingin mendapat masalah lain lagi yang akan membuatnya merasa cemas.

Hasil observasi yang telah peneliti lakukan di SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri

terdapat peserta didik yang memiliki ciri-ciri kurang mempunyai rasa percaya diri seperti halnya pada saat mata pelajaran berlangsung peserta didik diberi tugas oleh guru mata pelajaran, ketika diminta mengerjakan peserta didik tersebut memiliki jawaban sendiri namun dia tetap mencontoh temannya karena ragu-ragu dengan jawabannya sendiri. Waktu peserta didik diminta maju ke depan untuk menyampaikan pendapat terkait tugas yang dikerjakan peserta didik merasa ragu menyampaikan pendapatnya, karena takut apabila ada kesalahan. Hal tersebut merupakan cerminan sikap tidak percaya diri yang dialami oleh peserta didik SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri.

Seseorang yang tidak percaya diri itu sangat terganggu kenyamanannya dalam setiap situasi seperti disekolah karena di dalam sekolah maupun kelas kususnya menjumpai banyak teman dengan berbagai macam sifat dan karakternya apabila tidak mempunyai rasa percaya diri bagaimana dapat berbaur dan menyesuaikan diri dengan teman yang lain, karena dengan menunjukkan rasa percaya diri mampu menunjukkan kemampuan di depan orang lain tanpa ada rasa minder,takut,dan khawatir dengan apa yang sudah dilakukan. Berdasarkan masalah tersebut, maka peneliti ingin peserta didikdapat mengubah perilaku yang tidak sesuai. Menurut Prayitno, (2008) konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada peserta didik melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, mampu menyusun rencana, mampu membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, lingkungan dalam membentuk perilaku yang lebih efektif. Menurut Rogers (dalam Susanto, 2011) Pendekatan *person centered* pada hakikatnya adalah cabang khusus dari terapi humanistik. Konselor berfungsi terutama sebagai penunjang pertumbuhan pribadi konselinya dengan jalan membantu konselinya itu dalam menemukan kesanggupan untuk memecahkan masalah-masalah.

Pendekatan *person centered* meletakkan kepercayaan yang besar pada kesanggupan konseli untuk mengikuti jalannya proses konseling dan menemukan arahnya sendiri. Hubungan konseling antara konselor dan konseli merupakan katalisator bagi

perubahan konseli menggunakan hubungan yang unik sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran dan untuk menemukan sumber-sumber terpendam yang bisa digunakan secara konstruktif dalam pengubahan hidupnya.

Menurut Rogers (dalam Susanto, 2011) menggunakan pendekatan *person centered* orang yang kurang mempunyai rasa percaya diri memiliki kapasitas untuk membimbing, mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan dirinya sendiri. Apabila diberikan kondisi tertentu yang mendukung dan Individu memiliki potensi untuk memahami apa yang terjadi dalam hidupnya yang terkait dengan tekanan dan kecemasan yang dirasakan dan individu memiliki potensi untuk mengatur ulang dirinya. Sehingga tidak hanya untuk menghilangkan tekanan dan kecemasan yang dirasakan, tetapi juga untuk memenuhi kebutuhan diri dan mencapai kebahagiaan.

Peneliti akan menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* untuk mengatasi masalah kurangnya rasa percaya diri peserta didik. Peneliti menggunakan metode konseling kelompok karena di dalam konseling kelompok (Sukardi, 2008) memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, dan saran. Konseli dapat meningkatkan kemandiriannya dalam menyelesaiakan masalahnya sendiri dan integrasi yang mengarah pada aktualisasi diri yang sangat penting dimiliki oleh peserta didik untuk mencapai perkembangan secara optimal. Dengan menggunakan pendekatan *person centered,* konselor bertujuan untuk merubah peserta didik tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri, sebagaimana sifat peserta didik yang tidak sesuai untuk membangun kemampuan yang bermanfaat dan merubah perilaku yang tidak sesuai dengan harapan dengan menggunakan pendekatan *person centered*.

Pendekatan *person centered* yaitu pendekatan yang dimana paling berperandalam proses konseling adalah peserta didik sendiri, peserta didik bebas untuk menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapiterkait rasa percaya diri. Penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* diharapkan dapat

memaksimalkan proses konseling yang nantinya dapat berdampak baik bagi peserta didik untuk merubah sifat- sifat yang tidak sesuai. Seperti yang peneliti ketahui bahwa selama ini di SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri belum pernah dilakukan penerapan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *person centered* sehingga belum diketahui teknik tersebut efektif atau tidak. Penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diridi maksudkan untuk menjadi solusi keaktifan peserta didik. Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan tersebut mendorong peneliti untuk menyusun penelitian ini.

II. METODE

Di dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu : Variabel bebas adalah konseling kelompok dengan pendekatan person centered. Variabel terikat adalah rasa percaya diri.

Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif**.** Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik eksperimen. Menurut Sugiyono (2014) metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Desain yang digunakan yaitu *Pre-Experimental One-Group Pretest-Posttest Design.* Adapun karakteristik populasi yang diambil pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri dengan jumlah 139 siswa.Pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil secara *purposive sampling.* Menurut Sugiyono (2014) *purposive sampling* yaitu teknik menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pengambilan sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan hasil *pre-test* nilai paling rendah sehingga karakteristik tujuan variabel terpenuhi yaitu siswa yang memiliki ciri-ciri rasa percaya diri rendah. Dengan teknik pengambilan *purposive sampling*peneliti dapat mengidentifiasikan kumpulan karakteristik penting dari populasi yang memiliki rasa percaya diri rendah. Setelah dilakukan pengambilan sampel peniliti mengambil secara acak siswa yang sesuai dengan karakteristik yang ditentukan peneliti. Pada penelitian ini jumlah sampel sebanyak enam siswakarena penelitian ini diterapkan dalam konseling kelompok dengan anggota kelompok berbatas 5-10 orang.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis Karakteristik jawaban di dalam skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert*. Menurut sugiyono (2014) penggunaan skala *Likert* lebih fleksibel karena tidak terbatas untuk pengukuran sikap saja tetapi dapat digunakan untuk mengukur persepsi dan pendapat seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial. Pada pilihan skala *Likert* terdapat 5 kategori tetapi dalam penelitian ini tidak menggunakan kategori netral karena responden diminta untuk masuk kedalam kategori setuju dan tidak setuju. Pertanyaan dibuat sedemikian supaya responden berpendapat, tidak bersikap netral. Pada penelitian ini setiap item ada 4 kategori pilihan, terdiri atas: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS). Untuk mengukur variabel penelitian supaya mendapatkan data yang lebih akurat, efisien, dan komunikatif, peneliti menggunakan dalam bentuk angka.

Menurut Arikunto (2010) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid memiliki validitas rendah. Menurut Sugiyono (2014) pengujian pengalaman empiris di tunjukkan pada pengujian validitas external dengan jumlah anggota sebanyak 30 orang. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *Cronbach's alpha*denganbantuan program *SPSS 20.0 for window*. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji normalitas Setelah uji normalitas dan data berdistribusi normal maka menggunakan teknik analisis parametris dengan analisis uji *t-test*untuk menguji sebuah perlakuan (*treatment*), dilakukan dengan cara membandingkan kondisi sebelum dilakukan *treatment* dan sesudah dilakukan *treatment*. Untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data, dapat diketahuinya rata-rata skor pre-test dan rata-rata post-test sebagai berikut :

Samples Statistics

Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
75.67	6	.816	.333
81.00	6	2.000	.816

Hasil dari nilai rata-rata *pretest* didapat nilai rasa percaya diri 75,67 yang menunjukkan bahwa rata-rata pre-test tergolong klasifikasi rendah, dan nilai rata-rata *posttest* didapat nilai rasa percaya diri 81,00 yang menunjukkan bahwa rata-rata *post-test* tergolong klasifikasi tinggi.

Hasil analisis data untuk menguji hipotesis sebagai berikut :

Paired Samples Test

		Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest – posttest	-5.333	1.862	.760	-7.287	-3.379	-7.016	5	.001

Berdasarkan tabel hasil analisis data diperoleh t_{hitung} kemudian di dibandingkan dengan t_{tabel} untuk df (6-1) = 5 pada taraf signifikansi 5% dan diperoleh t_{tabel} sebesar 2,571. Hasilnya didapatkan t_{hitung} (-7,016) $\geq$ t_{tabel} (2,571) sehingga perhitungan signifikan. H_a berbunyi ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Ajaran 2016/2017 dapat diterima. Sedangkan H_0 berbunyi tidak ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Ajaran 2016/2017ditolak.

IV. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Kota Kediri tahun pelajaran 2016/2017. Saran yang dapat diberikan kepada konselor sekolah dapat menjalankan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *person centered* untuk membantu siswa yang mengalami rasa percaya diri rendah.

V. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian. Jakarta*: Rineka Cipta.

Isaningrum. 2007. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berwira Usaha.* (Online).*Tersedia:*http://ejournal.umpporwokerto.ac.id. Diunduh 25 Juni 2016

Prayitno, 2008. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta:Rineka cipta

Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sukardi, D. K. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Susanti, R. 2010. *Ciri-Ciri Rasa Percaya Diri*. (online). Tersedia: http://www.e-jurnal.com/2010/03/ciri-ciri-rasa-percaya-diri.html, diunduh 13 Mei 2016.

Susanto, E. 2011. *Pendekatan Konseling Client Centered*. (online). Tersedia: http://eko13.wordpress.com/2011/04/14pendekatan-konseling-client-centered. Diunduh 9 Juli 2016.