

## **Peningkatan Kepercayaan Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung**

### ***Increased Self-Confidence through Group Counseling Services for Students of Class X PS2 SMK Negeri 1 Bandung***

**Cicih Dewi Suryani**

SMK Negeri 1 Bandung, Bandung Jawa Barat, Indonesia  
602cicih.dewi@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepercayaan diri siswa kelas X PS2 di SMK Negeri 1 Bandung Tahun Pelajaran 2017/2018 setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Jenis penelitiannya adalah penelitian tindakan bimbingan konseling dengan subyek penelitian kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung yang berjumlah 36 siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket dan observasi. Instrumen yang digunakan adalah angket kepercayaan diri dan pedoman observasi. Layanan bimbingan kelompok dilakukan dalam dua siklus yang terbagi dalam tiga pertemuan untuk siklus I, dan 2 pertemuan untuk siklus II. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kondisi Pra PTBK kepercayaan diri siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung saat dilakukan *pre-test* skor rata-rata kepercayaan dirinya 93,47 dan dikategorikan kepercayaan diri sedang. Selanjutnya pada siklus I diberikan layanan bimbingan kelompok melalui diskusi kelompok, ceramah, diskusi, Tanya jawab, dan pengisian angket, sehingga kepercayaan diri siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung menjadi meningkat. Peningkatan kepercayaan diri siswa tersebut dibuktikan dari hasil post-test siklus I rata ratanya sebesar 95,69 dengan kategori sedang. Pada siklus II rata-rata 106,33 dengan kategori tinggi. Adapun peningkatan skor kepercayaan diri rata-rata dari siklus I ke Siklus II sebesar 10,86. Melalui observasi pada saat kegiatan layanan, peningkatan kepercayaan diri dari siswa menunjukkan aktif mengeluarkan pendapat antusias melakukan kegiatan layanan, berani mengemukakan pendapat, berani bertanya dan menjawab pertanyaan, lebih percaya diri dengan kemampuannya.

**Kata kunci:** kepercayaan diri, layanan bimbingan kelompok

#### **Abstract**

*This study aims to determine the self-confidence students of class X PS2 at SMK Negeri 1 Bandung inacademic year 2017/2018 after being given group guidance services. The type of this research was counseling action research with 36 students of class X PS2 SMK Negeri 1 Bandung was subjects of this research. Data collection methods used are questionnaires and observations. The instruments used were the self-confidence questionnaire and observation guidelines. Group guidance services are carried out in two cycles divided into three meetings for the first cycle, and two meetings for the second cycle. Data analysis using quantitative descriptive analysis. The results showed that the Pre-PTBK condition of self-confidence in class X PS2 SMK Negeri 1 Bandung during the pre-test score of the average self-confidence was 93.47 and was categorized as moderate self-confidence. Furthermore, in the first cycle, group guidance services were given through group discussions, lectures, discussions, question and answer, and filling out questionnaires, so that the confidence of students of class X PS2 SMK Negeri 1 Bandung became increased. Increased self-confidence of students is evidenced from the results of the post-test cycle I average of 95.69 with the medium category. In the second cycle an average of 106.33 with a high category. The increase in the average self-confidence score from cycle I to Cycle II was 10.86. Through observation during service activities, increasing self-confidence of students shows active expressing enthusiasm to do service activities, daring to express opinions, dare to ask questions and answer questions, be more confident with their abilities.*

**Keywords:** group guidance services, self confidence

## I. PENDAHULUAN

Siswa yang masih duduk di bangku SMK adalah siswa pada usia remaja, antara usia 15-17 tahun. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak yang penuh ketergantungan menuju masa pembentukan bertanggung jawab. Perubahan yang terjadi di masa remaja akan mempengaruhi perilaku individu. Pada masa remaja inilah siswa harus memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk melangkah karena aspek kepercayaan diri ini merupakan aspek yang sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian siswa. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh setiap siswa, karena aspek kepercayaan diri ini mempengaruhi setiap proses belajarnya, baik dalam belajar di kelas, di rumah atau di manapun.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya (Mastuti, 2008:13). Individu yang memiliki sikap positif seperti yang dikemukakan oleh mastuti tersebut nantinya akan mempunyai rasa optimis di dalam melakukan segala hal, serta mempunyai harapan yang realistik terhadap diri sendiri. Rasa percaya diri merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong individu dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar individu dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam interaksinya, individu

mendapat umpan balik yang dapat berupa hadiah dan hukuman. Kepercayaan diri di definisikan sebagai suatu keyakinan individu untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri adalah individu yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri sering di identikkan dengan kemandirian meski demikian individu yang kepercayaan dirinya tinggi pada umumnya lebih mudah untuk terlibat secara pribadi dengan individu lain yang akan lebih berhasil dalam menjalin hubungan secara interpersonal.

Ketidakpercayaan diri dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor dari dalam diri individu itu sendiri dan faktor dari lingkungan individu. Faktor dari dalam diri individu adalah rasa benci, rasa takut, kecemasan, tidak dapat mengaktualisasikan kemampuan yang ada pada dirinya. Faktor lingkungan yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain faktor keluarga, sekolah, teman sebaya dan masyarakat. Masalah tersebut merupakan indikator dari kurang atau tidak adanya kepercayaan diri. Hal ini sudah tentu akan menghambat proses belajar para siswa untuk mencapai hasil yang optimal.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan peneliti dan observer tentang permasalahan yang sering terjadi pada siswa di SMK Negeri 1 Bandung di peroleh informasi bahwa kurang adanya saling memahami pada diri siswa, Siswa kurang mampu memecahkan konflik yang muncul dalam komunikasi antar pribadi Siswa belum mampu mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas, dan siswa

tidak memiliki perasaan percaya diri. Gejala yang diperoleh yaitu (1) siswa tidak berani mengajukan pertanyaan atau pendapatnya kepada guru, (2) tidak bersedia tampil di depan kelas, (3) berbicara gugup, (4) menghindarkan diri ketika akan ditanya oleh guru. Hal ini diperkuat dengan perilaku mereka seperti; tidak mau maju kedepan kelas, tidak berani tampil bila berhadapan dengan orang banyak, dan tidak mau megajukan pendapatnya di dalam kelompok, siswa mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain baik dalam proses belajar di dalam kelas maupun dalam suasana informal di luar kelas.

Salah satu kemungkinan besar yang menjadi penyebab terjadinya kesulitan komunikasi adalah rasa tidak percaya diri, gangguan fisik pada siswa, keadaan lingkungan sekitar tempat tinggal. Ketidakpercayaan diri siswa yang menyebabkan siswa sulit untuk diajak berkomunikasi diantaranya adalah takut menerima tanggapan atau penilaian negatif dari komunikan atau orang yang menerima pesan, dan sulit berkonsentrasi. Fenomena yang tampak adalah ketika siswa masuk dalam suasana diskusi dalam kelas, siswa sulit untuk diajak berkomunikasi karena merasa tidak percaya diri atas gagasan yang dimilikinya karena takut salah dll, sehingga menjadikan diskusi dalam kelas ini membosankan dan tidak ada hasil yang di dapat dalam diskusi ini.

Dari pemaparan uraian di atas, dalam upaya memberikan bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, peneliti akan meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Pengertian layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah salah

satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan dalam bentuk kelompok yang terdiri dari 8-15 siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik-topik yang aktual. Bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat (Santoso, 2012:309-310). Bimbingan kelompok juga diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Karena layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dimana memberikan manfaat atas informasi yang dibahas dan dapat menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa. Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa diberikan bahasan mengenai kepercayaan diri yang pada nantinya diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Dalam Layanan Bimbingan Kelompok, siswa diajak bersama-sama mengemukakan pendapat tentang topik yang dibicarakan dan mengembangkan bersama permasalahan yang dibicarakan pada kelompok. Sehingga terjadi komunikasi antara individu di dalam kelompoknya kemudian siswa dapat mengembangkan sikap dan tindakan yang diinginkan dapat terungkap di kelompok. Anggota yang secara langsung terlibat dan menjalani dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok juga akan dapat mencapai tujuan ganda, yaitu mendapat kesempatan untuk mengembangkan diri untuk memperoleh kemampuan-kemampuan sosial seperti kemampuan beradaptasi, dan segi lain diperoleh berbagai informasi, wawasan, pemahaman, nilai dan sikap, serta

berbagai alternative yang akan memperkaya pengalaman yang dapat mereka pratikkan dalam kehidupan sehari-hari. Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam bimbingan kelompok dapat saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, bebas dalam menanggapi, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semua bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan dan untuk peserta lainnya.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi komunikasi antara individu satu dengan yang lainnya sehingga individu dapat mengungkapkan pendapat, sikap, serta tindakan yang diinginkan. Selain itu para anggota bimbingan kelompok akan berinteraksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok dibutuhkan untuk menciptakan rasa kepercayaan diri, solidaritas dan juga keterbukaan terutama dalam membahas topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok dapat terbentuk sebagai jiwa yang mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, maka para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman dirinya dan pemahaman akan topik yang dibahas yakni yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa.

Telah banyak penelitian yang membahas mengenai pentingnya peningkatan *self esteem* maupaun kepercayaan diri dalam diri siswa yang berkaitan pada pencapaiannya dalam hal akademik dan hal lainnya, beberapa penelitian tersebut adalah penelitian Rollo (2013), Townsend (2013), Greenacre, Tung, & Chapman (2014), El-Daw &

Hammoud (2015), Rahayuningdyah (2016), Twindayaningrum (2016), Macgowan & Wong (2017), Deswarni (2017), Fatayati (2017), Lestari, Larassati, & Astuti (2017), Rosidi, Sutoyo, & Purwanto (2018). Berdasarkan fenomena dan didukung oleh penelitian terdahulu, peneliti tertarik untuk membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

## II. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan ini adalah metode penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang dilaksanakan berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas atau *Classroom Action Research* (CAR) adalah proses pengkajian masalah bimbingan di dalam kelas melalui refleksi diri dalam upaya untuk memecahkan masalah tersebut dengan cara melakukan berbagai tindakan yang terencana dalam situasi nyata serta menganalisis setiap pengaruh dari perlakuan tersebut (Sanjaya, 2017:26). Subyek penelitian ini adalah siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, sedang dan tinggi di kelas X PS 2 SMK Negeri 1 Bandung Tahun Pelajaran 2017/2018. Jumlah siswa kelas X PS2 adalah 36 siswa, terdiri dari 5 laki-laki dan 31 siswa perempuan. Waktu Penelitian, direncanakan akan dilakukan selama bulan Januari sampai Mei 2018.

Instrumen penelitian yang digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling ini adalah: Satuan Kegiatan Layanan Bimbingan dan Konseling (SKLBK), Pedoman Observasi, Kuesioner kepercayaan diri siswa

yang digunakan sebagai *pre test* dan *post test*. Desain penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini merujuk pada model Kemmis dan Taggart dalam Arikunto (2015:97), yang meliputi dua siklus dan dalam setiap siklusnya masing masing siklus terdiri dari 4 (empat) tahapan yaitu Merumuskan masalah dan merencanakan tindakan, melaksanakan tindakan dan pengamatan/ monitoring, refleksi hasil pengamatan.

**Penjelasan dari tahapan Desain tersebut adalah sebagai berikut:**

#### **Siklus I**

- a. Perencanaan Tindakan
  - 1) Penyusunan Satuan Kegiatan Layanan Bimbingan Konseling
  - 2) Menghimpun data masalah yang dihadapi siswa
  - 3) Menyusun dan mengembangkan kuesioner sebagai alat evaluasi
- b. Pelaksanaan tindakan
  - 1) Melaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan materi yang telah ditetapkan selama 3 kali pertemuan.
  - 2) Observer melakukan pengamatan (observasi) dengan menggunakan instrumen lembar pengamatan untuk mencatat peneliti dan catatan lapangan
- c. Observasi (Pengamatan)

Observasi dilakukan oleh observer yang ditunjuk oleh peneliti dari salah satu teman sejawat/guru BK. Observer mengikuti kegiatan bersama peneliti dari awal kegiatan sampai dengan akhir yang bertugas memantau jalannya kegiatan bimbingan kelompok berdasarkan pedoman observasi yang sudah

disediakan.

#### d. Refleksi

Pada tahap refleksi ini mendiskusikan mengenai apakah kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilakukan tersebut telah sesuai dengan apa yang telah direncanakan lalu apakah tingkat pencapaian kepercayaan diri siswa nampak.

#### **Siklus II**

Berdasarkan evaluasi pada siklus I yang telah dilakukan maka pada siklus II ini diharapkan kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan dapat lebih meningkatkan kepercayaan diri para siswa. Pada pelaksanaannya siklus II dilakukan dan terbagi menjadi empat kegiatan, yaitu:

#### a. Perencanaan Tindakan

Penyusunan Satuan Kegiatan Layanan Bimbingan dan Konseling, merencanakan kegiatan menjadi dua kali pertemuan beserta tugas yang akan diberikan pada akhir pertemuan pada siklus II.

#### b. Pelaksanaan tindakan

Kelompok dalam kelas sudah ditentukan pada siklus sebelumnya.

#### c. Observasi

Observasi dilakukan oleh observer. Observer mengikuti kegiatan dari awal kegiatan sampai dengan akhir yang bertugas memantau jalannya kegiatan bimbingan kelompok.

#### d. Refleksi

Pada tahap refleksi ini mendiskusikan mengenai apakah kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilakukan tersebut telah sesuai dengan apa yang telah direncanakan lalu apakah tingkat



pencapaian kepercayaan diri siswa nampak.

Penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini dilakukan dengan dua siklus. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif presentase. Rumus yang digunakan adalah menggunakan rumus Arikunto (2015:236) :

$$\% = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Tabel 1. Rumus Kategori Tingkat Kepercayaan Diri

Batas (Interval)	Kategori
$X < (M-1SD)$	Kepercayaan diri rendah
$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$	Kepercayaan diri sedang
$(M+1SD) > X$	Kepercayaan diri tinggi

Keterangan: X = skor subjek , M = mean ideal, SD = standar deviasi

Peneliti akan menghentikan penelitian apabila telah mencapai kriteria tinggi dengan skor 102 atau nilai kepercayaan diri siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung sudah meningkat, tetapi jika belum terjadi peningkatan nilai dalam siklus I, maka akan dilanjutkan ke siklus II.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* Kepercayaan Diri Pra PTBK Kelas X PS2

Kategori	Batas	Hasil Pengamatan
Tinggi	$X < 88$	5
Sedang	$88 \leq X < 102$	12
Rendah	$X \geq 102$	19
Rata rata		93,47%

Berdasarkan tabel 2 dapat dikategorikan siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah berjumlah 19 siswa, kepercayaan diri sedang berjumlah 12, dan 5 siswa yang berkepercayaan diri tinggi.

### Peningkatan Kepercayaan Diri Siklus I dan Siklus II

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling. Penelitian tindakan meliputi perencanaan

Keterangan:

% : Nilai presentase/hasil, n : Jumlah skor yang diperoleh,

N : Jumlah skor total

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif terhadap data kuantitatif atau biasa disebut dengan analisis data deskriptif kuantitatif. Menunjuk pada penjelasan Azwar (2009):109-110) berikut adalah rumus kategori tingkat kepercayaan diri.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil Penelitian

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 36 siswa terdapat skor yang tertinggi, skor terendah dan skor sedang. Setelah diketahui skor tingkat kepercayaan diri siswa, selanjutnya skor kepercayaan diri siswa tersebut dikategorikan.

(*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan refleksi (*reflection*). Penelitian ini menggunakan 2 siklus yaitu siklus I dan siklus II. Pada siklus 1 peneliti memberikan tindakan melalui layanan bimbingan kelompok sebanyak 3 kali dan pada siklus II peneliti memberikan tindakan melalui layanan bimbingan kelompok sebanyak 2 kali.

## 1. SIKLUS I

### Perencanaan (*planning*)

Mengatur waktu pertemuan dengan anggota, Mengatur tempat dan teknis penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok, Menyiapkan kelengkapan administrasi pendukung penelitian.

#### a. Pelaksanaan (*action*) Siklus I

Tindakan yang diberikan adalah dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Peneliti memberikan materi dengan topik tugas yang bertujuan untuk mengarahkan pemahaman akan kepercayaan diri, metode ini juga akan melatih untuk berpendapat, melatih kesabaran, berkomunikasi, meng-hargai dan menghormati pendapat dan sebagainya. Pertemuan diadakan sebanyak lima kali pertemuan dengan setiap pertemuan berdurasi kurang lebih 45 menit atau sesuai kebutuhan. Berikut adalah uraian rinci pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok:

#### **Pertemuan 1, Kamis, 1 Februari 2018**

##### **Materi Komunikasi yang efektif**

(a) *Tahap Pembentukan*, Peneliti membina hubungan baik (*rapport*), membuka kegiatan bimbingan kelompok. Membagi kelompok menjadi 4 kelompok, masing masing kelompok terdiri dari 9 siswa. Kemudian peneliti menjelaskan permainan “kartu berputar”. Pada permainan ini peneliti mengawali dengan memberikan selembar kertas kepada masing-masing anggota lalu peneliti menyuruh anggota untuk menuliskan nama mereka setelah itu dilipat, di putar ke samping kiri 3x ditulis kata kerja, diputar ke samping kiri 2x, ditulis kata

benda, diputar lagi 2x, ditulis nama anggota dan kemudian peneliti menyuruh anggota kelompok membacakan kata yang telah ditulis. Peneliti menjelaskan pengertian, tujuan, azas, dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas, dan kemudian dilanjutkan dengan kesepakatan waktu bimbingan kelompok kepada seluruh anggota.

- (b) *Tahap Peralihan*, Peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok, setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud dan proses dari kegiatan bimbingan kelompok. Didalam tahap ini peneliti memberikan topik tugas yang akan dibahas. Topik yang akan dibahas adalah komunikasi yang efektif.
- (c) *Tahap Kegiatan*, Pada tahap kegiatan peneliti mulai mengajak anggota mendiskusikan atau membahas topik tentang komunikasi yang efektif. Diskusi yang dilakukan seputar apa itu komunikasi, unsur-unsur komunikasi, manfaat komunikasi dan contoh alat komunikasi.
- (d) *Tahap Pengakhiran*, Peneliti menyimpulkan dari topik yang telah dibahas, peneliti juga mengajukan beberapa pertanyaan kepada anggota mengenai “pemahaman baru, sikap, dan perasaan”, peneliti memberikan lembar evaluasi untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan.

#### **Pertemuan2, Kamis, 8 Februari 2018**

##### **Materi Konsep Diri**

(a) *Tahap Pembentukan*, membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan memberi “salam”, kemudian peneliti memimpin

untuk memainkan permainan “kartu berputar”. Pada permainan ini peneliti mengawali dengan memberikan selebar kertas kepada masing-masing anggota lalu peneliti menyuruh anggota untuk menuliskan nama mereka setelah itu dilipat, di putar ke samping kiri 3x ditulis kata kerja, diputar ke samping kiri 2x, ditulis kata benda, diputar lagi 2x, ditulis nama anggota dan kemudian peneliti menyuruh anggota kelompok membacakan kata yang telah ditulis.

- (b) *Tahap Peralihan*, Peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok, setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud dan proses dari kegiatan bimbingan kelompok. Didalam tahap ini peneliti memberikan topik tugas yang akan dibahas adalah konsep diri.
- (c) *Tahap Kegiatan*, Peneliti mulai mengajak anggota mendiskusikan atau membahas tentang konsep diri. Diskusi yang dilakukan seputar apa itu konsep diri, tujuan dan manfaat, dan bentuk konsep diri.
- (d) *Tahap Pengakhiran*, Peneliti menyimpulkan dari topik yang telah dibahas, peneliti juga mengajukan beberapa pertanyaan kepada anggota mengenai “pemahaman baru, sikap, dan perasaan”, peneliti memberikan lembar evaluasi untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan.

### **Pertemuan3, Kamis, 15 Februari 2018**

#### **Materi Pengendalian Emosi**

- (a) *Tahap Pembentukan*, peneliti membina hubungan baik (*rapport*), Kemudian

peneliti memimpin untuk memainkan permainan “bisik berantai”. Pada permainan ini peneliti mengawali dengan membisikkan kalimat kepada salah satu anggota kelompok yang ada disamping kanan. Kemudian kalimat itu dibisikkan secara berantai oleh antar anggota dari anggota satu ke anggota yang lain sampai berakhir di pemimpin kelompok.

- (b) *Tahap Peralihan*, Peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok, dalam tahap ini peneliti/pemimpin kelompok memberikan topik tugas yang akan dibahas. Topik yang akan dibahas adalah pengendalian emosi.
- (c) *Tahap Kegiatan*, Peneliti mulai mengajak anggota mendiskusikan atau membahas tentang pengendalian emosi. Diskusi yang dilakukan seputar apa itu emosi, macam-macam emosi, dan cara menyalurkan emosi.
- (d) *Tahap Pengakhiran*, Peneliti menyimpulkan dari topik yang telah dibahas, peneliti juga mengajukan beberapa pertanyaan kepada anggota mengenai “pemahaman baru, sikap, dan perasaan”, peneliti memberikan lembar evaluasi untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan.

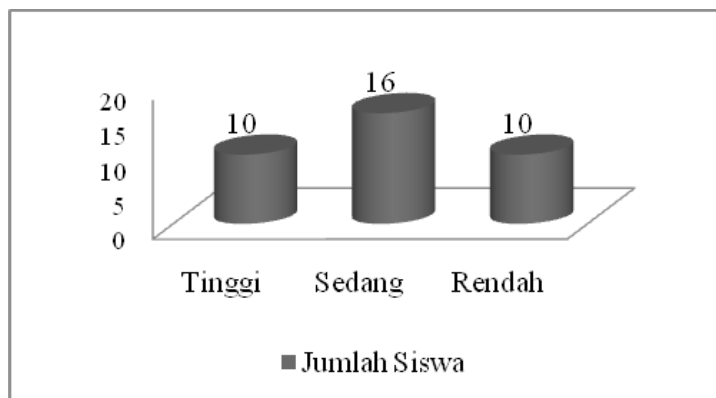
#### **b. Pengamatan (Observation)**

Pada siklus I siswa yang memiliki kepercayaan diri dengan kriteria tinggi berjumlah 10 siswa, banyaknya siswa yang memiliki kepercayaan diri dengan kriteria sedang berjumlah 16 siswa dan t10 siswa kepercayaan dirinya rendah. Untuk lebih jelasnya disajikan tabel 3 sebagai berikut.



Tabel 3. Hasil Post-test 1 Kepercayaan Diri Siswa Kelas X PS2 Siklus I

Kategori	Batas	Hasil Pengamatan
Tinggi	$X < 88$	10
Sedang	$88 \leq X < 102$	16
Rendah	$X \geq 102$	10
Rata rata		95,69%



Grafik 1. Hasil *Post-test* Kepercayaan Diri Siswa Kelas X PS2 Siklus I

Berdasarkan tabel 3 dan grafik 1 terlihat bahwa skor Pra PTBK kesiklus I terdapat peningkatan dari 93,47 menjadi 95,69 yang berkategori sedang. Terdapat peningkatan skor Pra PTBK ke Siklus I dari 5 siswa menjadi 10 siswa berkategori tinggi, kategori sedang terdapat peningkatan dari 12 siswa menjadi 16 siswa dan kategori rendah berkurang dari 19 siswa menjadi 10 siswa. Akan tetapi masih diperlukan siklus ke II

agar peningkatan kategori sedang dan rendah meningkat. Pemberian tindakan berupa layanan bimbingan kelompok ternyata dapat meningkatkan kepercayaan diri. Hal ini terlihat dari hasil *Post Test* kepercayaan diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siklus I menunjukkan bahwa ada peningkatan kepercayaan diri siswa. Berikut perbandingan Kepercayaan diri saat Pra PTBK dan Siklus I.

Tabel 4. Pra PTBK dan Siklus I

	Rata-rata	Tinggi	Sedang	Rendah
Pra PTBK	93,27%	5	12	19
Siklus I	95,69%	10	16	10

Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa skor Pra PTBK ke siklus I terdapat peningkatan dari 93,27% menjadi 95,69% yang berkategori sedang. Terdapat peningkatan skor Pra PTBK ke Siklus I dari 5 siswa menjadi 10 siswa berkategori tinggi, kategori sedang terdapat peningkatan dari 12 siswa menjadi 16 siswa dan kategori rendah

berkurang dari 19 siswa menjadi 10 siswa. Akan tetapi masih diperlukan siklus ke II agar peningkatan kategori sedang dan rendah meningkat.

c. Refleksi (*Reflection*)

Dari pertemuan 1 sampai pertemuan ke 3 terdapat temuan, refleksi dan tidak lanjut yang dijabarkan sebagai berikut :

Tabel 5. Temuan Refleksi dan Tindak Lanjut

Temuan	Refleksi	Tindak Lanjut
Anggota kelompok yang termasuk kriteria rendah belum memahami tentang materi kepercayaan diri	Konselor kurang optimal dalam memberikan layanan bimbingan kelompok	Konselor mengarahkan dan membimbing siswa agar kepercayaan dirinya meningkat
Siswa belum sepenuhnya terbuka, pasif dalam mengeluarkan pendapat, malu malu, tertutup dan cenderung diam	Konselor kurang optimal mengarahkan siswa	Meningkatkan motivasi siswa, memberikan bimbingan individual
adanya permainan menjadikan anggota ramai dan waktu terbuang sia-sia	Konselor kurang mengelola waktu, karena terpakai untuk mengkondisikan siswa	Tidak menggunakan masjid, tetapi menggunakan kelas

Pada siklus I, hasil yang diperoleh sudah menunjukkan adanya peningkatan pada setiap siswa dari kriteria rendah menjadi sedang dan dari kriteria sedang menjadi tinggi, tetapi peningkatannya belum mencapai kriteria keberhasilan yaitu kriteria Baik, maka dilakukan siklus II sebagai tahap lanjutan untuk lebih menguatkan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Siklus II dilakukan dengan mengacu pada refleksi siklus I sehingga hambatan dan kesulitan yang dihadapi pada siklus I dapat diminimalisir dan diperbaiki.

## 2. SIKLUS II

Berdasarkan hasil refleksi pada siklus 1, maka dinyatakan bahwa masih perlu dilaksanakan penelitian siklus II dengan harapan adanya peningkatan kepercayaan diri. Pada penelitian siklus II ini difokuskan pada komponen-komponen yang harus diperbaiki atau ditingkatkan. Berikut ini akan diuraikan langkah-langkah pelaksanaan penelitian siklus II :

### a. Perencanaan (*planning*)

Sama halnya dengan pemberian pada siklus I, sebelum memberikan pada siklus II maka peneliti melakukan persiapan terlebih dahulu. Peneliti menyusun perencanaan

pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Hal ini bertujuan agar kegiatan bimbingan kelompok yang akan diberikan pada siklus II ini nantinya dapat berlangsung dengan baik dan lancar.

Adapun perencanaan yang disusun oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Mengatur waktu pertemuan dengan anggota bimbingan kelompok
2. Mengatur tempat dan teknis penyelenggaraan bimbingan kelompok
3. Menyiapkan kelengkapan administrasi pendukung penelitian

### b. Tindakan (*action*)

Pada tahap tindakan, peneliti melaksanakan semua rencana tindakan yang telah disusun. Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan sebanyak 2 kali pertemuan. Berikut adalah uraian rinci pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok:

#### *Pertemuan1, Kamis, 22 Februari 2018.*

##### *Materi Berfikir Positif*

- (a) *Tahap Pembentukan*, membuka kegiatan bimbingan kelompok, peneliti memimpin untuk memainkan permainan “3 dot”. Pada permainan ini pemimpin memberitahukan kepada anggota kelompok setiap kelipatan 6 menyebutkan kata dot dan seterusnya.

Kemudian yang salah dipersilahkan untuk unjuk kebolehan. Peneliti menjelaskan “pengertian, tujuan, azas, dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas”, dan kemudian dilanjutkan dengan kesepakatan waktu bimbingan kelompok.

- (b) *Tahap Peralihan*, peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok, menegaskan kembali maksud dan tujuan layanan bimbingan kelompok, kemudian peneliti memberikan topik tugas yang akan dibahas adalah berfikir positif.
- (c) *Tahap Kegiatan*, Peneliti mulai mengajak anggota mendiskusikan atau membahas tentang berfikir positif. Diskusi yang dilakukan seputar apa itu berfikir positif, manfaat berfikir positif, cara berfikir positif, dan contoh berfikir positif.
- (d) *Tahap Pengakhiran*, Peneliti menyimpulkan dari topik yang telah dibahas, peneliti juga mengajukan beberapa pertanyaan kepada anggota mengenai “pemahaman baru, sikap, dan perasaan”, peneliti memberikan lembar evaluasi untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan.

### ***Pertemuan 2, Kamis 1 Maret 2018.***

#### ***Membangun Kepercayaan Diri***

- (a) *Pembentukan*, peneliti memimpin anggota untuk memperkenalkan diri, dan peneliti menjelaskan “pengertian, tujuan, azas, dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas”, kemudian dilanjutkan dengan kesepakatan waktu bimbingan kelompok kepada seluruh anggota.
- (b) *Tahap Peralihan*, Peneliti menanyakan

kesiapan anggota kelompok, setelah itu peneliti menegaskan kembali pernyataan mengenai maksud dan proses dari kegiatan bimbingan kelompok. Di dalam tahap ini peneliti memberikan topik tugas yang akan dibahas adalah membangun percaya diri.

- (c) *Tahap Kegiatan*, Peneliti mulai mengajak anggota mendiskusikan atau membahas tentang membangun rasa percaya diri. Diskusi yang dilakukan seputar apa itu percaya diri, ciri-ciri percaya diri, bagaimana membangun percaya diri, contoh percaya diri menurut anggota dan tips khusus percaya diri.
- (d) *Tahap Pengakhiran*, Peneliti menyimpulkan dari topik yang telah dibahas, peneliti juga mengajukan beberapa pertanyaan kepada anggota mengenai “pemahaman baru, sikap, dan perasaan”, peneliti memberikan lembar evaluasi untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan.

#### ***c. Pengamatan (Observation)***

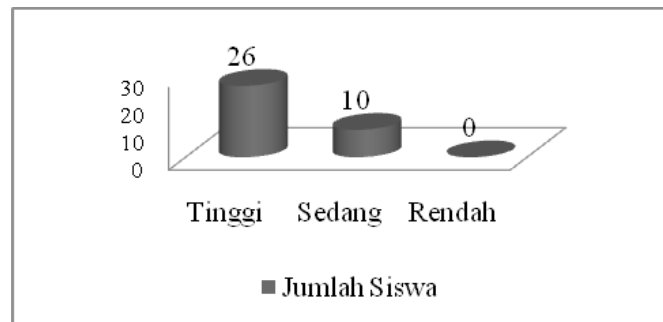
Pengamatan Selama Proses kegiatan bimbingan kelompok berlangsung pada siklus II pada pertemuan pertama dan kedua adalah sebagai berikut:

1. Pada pertemuan pertama, masih ada siswa yang kurang serius mengikuti kegiatan layanan seperti mengobrol dengan temannya.
2. Pada pertemuan pertama masih ada siswa yang kurang aktif, malu malu dalam mengemukakan pendapat.
3. Pada pertemuan kedua siswa tampak lebih antusias melakukan kegiatan layanan, berani mengemukakan pendapat, berani bertanya dan

menjawab pertanyaan teman temanya, lebih aktif dan lebih percaya diri dengan kemampuannya. Berikut hasil *Post Test* Siklus II kepercayaan diri siswa kelas X PS2

Tabel 6. Hasil *Post-test 2* Kepercayaan Diri Siswa Kelas X PS2 Siklus II

Kategori	Batas	Hasil Pengamatan
Tinggi	$X < 88$	26
Sedang	$88 \leq X < 102$	10
Rendah	$X \geq 102$	0
Rata rata		106,33%

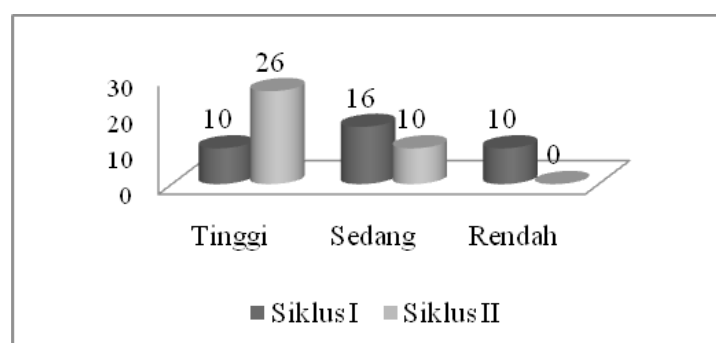


Grafik 2. Siklus II Hasil *Post-test* Kepercayaan Diri Kelas X PS2

Dari hasil skala yang disebarakan oleh peneliti menunjukkan adanya perubahan pada kepercayaan diri yang diperlihatkan oleh siswa. Berikut ini disajikan secara lengkap peningkatan skor kepercayaan diri siswa kelas X PS2 setelah melalui layanan bimbingan kelompok.

Tabel 7. Siklus I, Siklus II Gambaran Peningkatan Kepercayaan Diri

No	Kategori	Siklus I	Siklus II
1	Tinggi	10	26
2	Sedang	16	10
3	Rendah	10	-

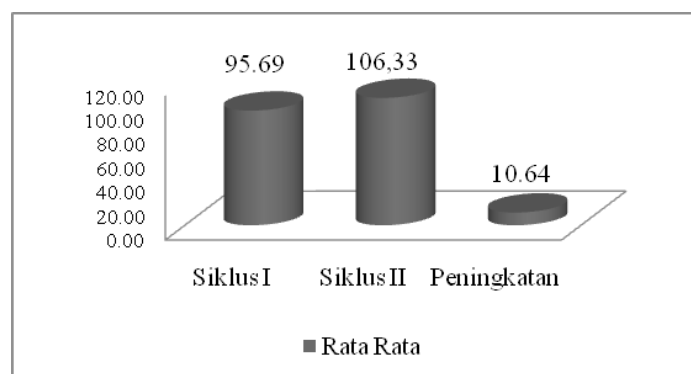


Grafik 3. Siklus I, Siklus II Perbandingan Kriteria Peningkatan Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel 7 dan grafik 3 diatas pada siklus I terdapat 10 siswa yang berkatagori tinggi, 16 siswa yang berkatagori sedang dan 10 siswa yang berkatagori rendah. Dan pada Siklus II terdapat 10 siswa yang berkatagori sedang dan 26 siswa berkatagori tinggi. Berikut disajikan tabel dan grafik rata-rata peningkatan kepercayaan diri selama siklus I ke siklus II.

Tabel 8. Siklus I Siklus II Rata-rata Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa

Keterangan	Rata-rata Siklus I	Rata-rata Siklus II	Peningkatan
Kepercayaan Diri	95,69	106,33	10,64



Grafik 4. Siklus I dan Siklus II Rata-rata Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa

Dari tabel 8 dan grafik 4 dapat dilihat bahwa skor kepercayaan diri hasil rata-rata siklus I kelas X PS2 6 SMK Negeri 1 Bandung yaitu 95,69 dan masuk dalam kategori kepercayaan diri sedang. Kemudian skor kepercayaan diri hasil rata-rata Siklus II

mengalami peningkatan yaitu menjadi 106,33 dan masuk dalam kategori kepercayaan diri tinggi. Sehingga skor kepercayaan diri siswa meningkat dari Siklus I ke Siklus II yaitu sebesar 10,64.

Tabel 9. Siklus I, Siklus II Gambaran Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa

Kriteria Kenaikan	Tinggi	Sedang	Tetap	Jumlah skor Siklus I
rendah	4	6	0	10
sedang	12	0	4	16
tinggi	10	0	0	10
Jumlah skor Siklus II	26	6	4	36

Berdasarkan Tabel 9 dapat diketahui bahwa terdapat 4 siswa mendapat kenaikan skor dari katagori rendah ketinggi, 6 siswa mendapat kenaikan skor dari kategori rendah menjadi sedang, 12 siswa dari kategori sedang menjadi tinggi, 4 siswa tetap dalam kategori sedang, dan 10 siswa tetap dalam kategori tinggi. Meskipun tidak seluruh siswa mengalami peningkatan ke kategori kepercayaan diri tinggi, namun secara skoring seluruh siswa mengalami peningkatan skor setelah dilakukan tindakan.

observer, peningkatan skor 6 siswa dari kategori kepercayaan diri rendah menjadi sedang diimbangi dengan perubahan sikap yang ditunjukkan siswa pada saat tindakan berlangsung. Sebelumnya siswa-siswa tersebut belum memahami hal-hal yang berkaitan dengan bimbingan kelompok dan cenderung kurang aktif dalam mengikuti kegiatan layanan.

Berdasarkan amatan peneliti dan

Pada tindakan 1, 6 siswa tersebut tersebar di dalam kelas dan berbaur dengan siswa lain. Siswa tersebut terlihat masih kurang memperhatikan dan kurang konsentrasi



dalam mengikuti kegiatan layanan. Dalam kegiatan tanya jawab, keenam siswa tersebut juga masih belum dapat menyampaikan ide-ide yang dimiliki sehingga terlihat cenderung pemalu. Pada tindakan ke 2 di mana bimbingan kelompok yang dilaksanakan berupa diskusi, siswa-siswa tersebut sedikit mulai berani mengungkapkan ide-ide yang dimiliki untuk. Ada beberapa yang mulai dapat menyampaikan masukan untuk diskusi yang diberikan dengan lancar dan tidak terlihat malu.

Pada tindakan ke 3, siswa mulai menunjukkan partisipasi dalam diskusi. Namun, mereka belum terlihat saat penampilan di depan kelas, siswa-siswa tersebut masih terlihat pemalu dan kurang percaya diri. Peningkatan kepercayaan diri mulai ditunjukkan siswa pada Siklus II tindakan ke 1 di mana partisipasi aktif dalam kelas mulai terlihat, siswa-siswa tersebut berani menyampaikan contoh perilaku berpikir positif dan siswa secara sukarela menyampaikan contoh perilaku berpikir positif. Hal ini sekaligus menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri dalam diri siswa tersebut.

Berdasarkan skala peningkatan, terdapat 12 siswa yang mengalami peningkatan skor dari kategori kepercayaan diri sedang menjadi tinggi. Pada mulanya, siswa dengan kategori kepercayaan diri sedang terlihat belum mengenal hal-hal yang berkaitan dengan layanan bimbingan kelompok yang menunjang kepercayaan diri, akan tetapi mereka cukup aktif berpartisipasi mengikuti setiap kegiatan layanan bimbingan kelompok yang diberikan. Peneliti menyimpulkan demikian berdasarkan pengamatan ketika

kegiatan diskusi dan tanya jawab. Dalam tindakan ke 3 siswa terlihat aktif dalam proses diskusi dengan kelompok lainnya.

Hasil yang hampir sama diperoleh 4 siswa yang mengalami peningkatan skor namun kategorinya tidak meningkat yaitu tetap pada kategori kepercayaan diri sedang. Meskipun kategorinya tidak meningkat namun sikap siswa menunjukkan kemajuan yang positif, seperti 12 siswa yang mengalami peningkatan skor dari kategori kepercayaan diri sedang ke tinggi. 4 siswa ini juga menunjukkan partisipasi yang tinggi dalam diskusi, pelaksanaan pelatihan dan tugas-tugas dalam setiap tindakan.

Siswa yang mengalami peningkatan skor dari kategori kepercayaan diri rendah menjadi kepercayaan diri tinggi berjumlah 4 siswa. Berdasarkan amatan peneliti, siswa-siswa tersebut merupakan siswa-siswa yang dominan dan aktif di kelas. Pada awal-awal tindakan, siswa menunjukkan perilaku kurang percaya diri. Namun setelah pemberian materi dari konselor, siswa-siswa tersebut mulai menunjukkan perilaku percaya diri. Siswa tersebut juga terlihat antusias dan serius dalam setiap kegiatan yang diberikan. 10 siswa siswa dengan kategori kepercayaan diri tinggi pada Siklus I dan Siklus II adalah siswa yang aktif dalam kegiatan-kegiatan sekolah. Kesepuluh siswa tersebut memiliki rasa percaya diri tinggi karena terbiasa mengikuti organisasi yang ada di sekolah, bahkan ada beberapa yang mengikuti ekstrakurikuler.

Peneliti menarik kesimpulan bahwa siswa dengan hasil post-test Siklus II kategori kepercayaan diri telah mencapai seluruh aspek-aspek kepercayaan diri

yang disimpulkan dari pendapat beberapa ahli, yaitu yakin akan kemampuan diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat, mandiri, mampu bergaul secara fleksibel dan mampu mengambil langkah pasti dalam kehidupannya. Sedangkan siswa dengan hasil post-test siklus II kategori kepercayaan diri sedang telah memenuhi sebagian besar aspek-aspek kepercayaan diri di atas. Akan tetapi ada sebagian yang belum dikuasai dengan baik, dan terdapat perbedaan aspek-aspek yang belum dikuasai tersebut pada siswa-siswa dengan kategori kepercayaan diri sedang.

### **c. Refleksi (*Reflection*)**

Refleksi dilaksanakan melalui diskusi antara peneliti dengan observer. Pada dasarnya penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sudah berjalan sesuai dengan rencana. Layanan Bimbingan Kelompok yang dilakukan berhasil meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hal tersebut diketahui dari peningkatan skor pada siklus I dan siklus II skala kepercayaan diri, dengan peningkatan rata-rata skor 10,64.

Peningkatan juga terlihat dari indikator-indikator percaya diri yang terlihat pada saat tindakan berlangsung. Melalui refleksi yang dilakukan konselor kepada siswa, siswa sudah mengerti apa yang dimaksud dengan layanan bimbingan kelompok, dan manfaat layanan bimbingan kelompok yaitu meningkatnya rasa percaya diri siswa. Siswa menyampaikan termotivasi untuk terus melakukan layanan bimbingan kelompok karena dengan kegiatan ini sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam hal kepercayaan dirinya. Melalui

layanan bimbingan kelompok siswa dapat belajar berani mengatakan “tidak”, berani mengungkapkan pendapat yang dimiliki dan dapat mengekspresikan perasaannya. Siswa juga menunjukkan hasrat berprestasi yang tinggi, mulai berani siswa untuk menunjukkan kemampuan dimiliki.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sudah sesuai dengan kriteria keberhasilan yang ditetapkan peneliti yaitu meningkatkan kepercayaan diri siswa dan hasil skor rata-rata tindakan mencapai 106,33 (kategori kepercayaan diri tinggi).

### **3.2 Pembahasan**

Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri siswa telah dilaksanakan dengan baik dan telah berjalan sesuai dengan tujuan karena hasil skala menunjukkan adanya peningkatan. Peningkatan kepercayaan diri pada penelitian ini dilakukan dengan empat tindakan dalam lima pertemuan melalui diskusi kelompok, ceramah, Tanya jawab, diskusi dan pengisian angket siswa. Pembahasan tersebut terdapat dalam Lampiran Satuan layanan Bimbingan dan Konseling tentang layanan bimbingan kelompok.

#### **Peningkatan kepercayaan diri secara kuantitatif**

Secara kuantitatif, kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan setelah siklus I. Nilai rata-rata skala Siklus I adalah 95,69 termasuk dalam kategori rata-rata sedang. Sedangkan nilai rata-rata Siklus II adalah 106,33 termasuk dalam kategori rata-rata tinggi. Peningkatan yang terjadi adalah 10,64.

### **Peningkatan kepercayaan diri secara kualitatif**

Secara kualitatif, kepercayaan diri siswa juga mengalami peningkatan. Hal ini terlihat dari pengetahuan dan kemampuan siswa yang meningkat serta partisipasi aktif dalam setiap kegiatan. Kepercayaan diri siswa juga terlihat dari kemampuan siswa mengungkapkan pendapat yang dimiliki serta kemandirian siswa di dalam kelas. Siswa juga menunjukkan pemahaman yang tinggi mengenai layanan bimbingan kelompok yang ditunjukkan dengan penyampaian contoh perilaku tentang percaya diri oleh setiap siswa. Banyak siswa yang mulai menerapkan layanan bimbingan kelompok di dalam kelas dan diikuti dengan rasa percaya diri.

Peningkatan skor kepercayaan diri siswa didukung oleh beberapa hal. Secara teknis, kolaborasi yang baik antara peneliti dan siswa memberikan pengaruh positif terhadap lancarnya pelaksanaan tindakan. Antusiasme siswa yang tinggi dan aktif dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok, menjadikan kegiatan berjalan lancar. Materi bimbingan yang disampaikan oleh peneliti membuat siswa memahami tujuan dari Layanan bimbingan kelompok. Faktor tersebut secara tidak langsung berpengaruh terhadap hasil tindakan yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

### **Respon Keaktifan siswa**

Pada angket prosentase respon siswa yang dicapai adalah 3,89 artinya siswa merespon dengan positif kegiatan layanan bimbingan kelompok dan siswa nyaman dalam mengikuti kegiatan layanan. Jika siswa nyaman dalam mengikuti kegiatan layanan

maka akan diperoleh hasil kegiatan layanan yang baik. Dalam hal ini sebagian besar aktivitas kegiatan layanan berpusat pada siswa, yakni mempelajari materi kepercayaan diri, berdiskusi untuk memecahkan masalah tentang kepercayaan diri. Secara substantif, melalui refleksi yang dilakukan peneliti, siswa menyatakan senang mengikuti kegiatan pelatihan, karena tidak hanya mendengarkan ceramah saja, namun juga langsung belajar memecahkan masalah dan praktik melakukan apa yang diberikan. Dari refleksi diketahui bahwa melalui bimbingan kelompok siswa tidak hanya belajar teori untuk meningkatkan kemampuan kognitif, namun juga secara afektif dan motorik terlibat aktif berpartisipasi dalam kegiatan layanan yang dilaksanakan.

Hasil kegiatan Siklus II disimpulkan dan ada beberapa hal yang perlu dievaluasi, diantaranya adalah pada umumnya siswa sudah memahami pentingnya kepercayaan dirinya, siswa merasa senang setelah mendapat layanan konseling, Siswa antusias, aktif mengeluarkan pendapat antusias melakukan kegiatan layanan, berani mengemukakan pendapat, berani bertanya dan menjawab pertanyaan teman-temannya, lebih percaya diri dengan kemampuannya.

Dari pembahasan di atas menyatakan bahwa hipotesis layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung Tahun Pelajaran 2017/ 2018 dapat diterima. Seperti yang dikemukakan oleh Surya (2007:56) bahwa rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan

penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi.

#### IV. SIMPULAN

Kondisi Pra PTBK kepercayaan diri siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung saat dilakukan pre-test skor rata-rata kepercayaan dirinya 93,47 dan dikategorikan kepercayaan diri sedang. Selanjutnya pada siklus I dan siklus II diberikan layanan bimbingan kelompok melalui diskusi kelompok, ceramah, diskusi, Tanya jawab, dan pengisian angket, sehingga kepercayaan diri siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung menjadi meningkat. Peningkatan kepercayaan diri siswa tersebut dibuktikan dari hasil post-test siklus I rata ratanya sebesar 95,69 dengan kategori sedang. Pada siklus II rata-rata 106,33 dengan kategori tinggi. Adapun peningkatan skor kepercayaan diri rata-rata

dari siklus I ke Siklus II sebesar 10,86. Melalui observasi pada saat kegiatan layanan, peningkatan kepercayaan diri dari siswa menunjukkan aktif mengeluarkan pendapat antusias melakukan kegiatan layanan, berani mengemukakan pendapat, berani bertanya dan menjawab pertanyaan, lebih percaya diri dengan kemampuannya.

Untuk Sekolah, diharapkan agar dapat memfasilitasi konselor sekolah sehingga dapat melaksanakan kegiatan-kegiatan dalam layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok untuk mengatasi masalah kepercayaan diri. Untuk peneliti, diharapkan dapat memberikan perlakuan atau perhatian khusus kepada siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah sebagai upaya dalam mengatasi masalah kepercayaan diri rendah dalam pembelajaran.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, S. (2015). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Deswarni, D. (2017). The Use of Skit Technique to Increase Students' Self-Confidence in Speaking. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 9(2), 93–118.
- El-Daw, B., & Hammoud, H. (2015). The Effect of Building Up Self-esteem Training on Students' Social and Academic Skills 2014. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 190, 146–155. <https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2015.04.929>
- Fatayati, D. A. (2017). *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII D Di SMP Negeri 3 Ngrambe*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Greenacre, L., Tung, N. M., & Chapman, T. (2014). Self confidence, and the ability to influence. *Academy of Marketing Studies Journal*, 18(2), 169–180.
- Lestari, Larassati, R., & Astuti, L. P. (2017). Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok melalui Pendekatan Person Centered. *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 238–248.
- Macgowan, M. J., & Wong, S. E. (2017). Improving Student Confidence in Using Group Work Standards. *Research on Social Work Practice*, 27(4), 434–440. <https://doi.org/10.1177/1049731515587557>
- Mastuti, I. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: Hi-Fest Publishing.
- Rahayuningdyah. (2016). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII D Di SMP Negeri 3 Ngrambe. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi*, 1(2). Retrieved from <http://jurnal.stkipngawi.ac.id/index.php/JIPE/article/view/155>
- Rollo, L. J. (2013). *Shining From Within: The Effect of Group Counseling on the Self-esteem of Students in Individualized Education Programs*. The College at Brockport: State University of New York. Retrieved from [http://digitalcommons.brockport.edu/edc\\_theses/143](http://digitalcommons.brockport.edu/edc_theses/143)
- Rosidi, R., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2018). Effectiveness of Reality Therapy Group Counseling to Increase The

- 
- Self-Esteem of Students. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(1), 12–16. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/21582>
- Sanjaya, W. (2017). *Paradigma baru mengajar*. Jakarta: Kencana.
- Santoso, S. (2012). *Jual Dinamika Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Surya, H. (2007). *Percaya Diri Itu Penting*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Townsend, E. (2013). *The Effectiveness of Group Counseling on the Self-Esteem of Adolescent Girls*. The College at Brockport: State University of New York. Retrieved from [http://digitalcommons.brockport.edu/edc\\_theses/142](http://digitalcommons.brockport.edu/edc_theses/142)
- Twindayaningrum, N. (2016). *Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa di SMA Piri 1 Yogyakarta*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.