

STRATEGI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VII SMPN 10 KOTA SERANG

Vela Febrianti¹, Sholih², Ibrahim Al Hakim³

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
Email: velafebrianti96@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian dilatar belakangi oleh adanya permasalahan kepercayaan diri yang terjadi pada siswa. Tujuan penelitian adalah untuk melihat tingkat kepercayaan diri siswa, kemudian membuat kerangka kerja konseling karier untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa khususnya pada siswa kelas VII di SMPN 10 Kota Serang. Penelitian mengenai kepercayaan diri dilakukan dengan melihat dari lima aspek yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menyebar instrumen penelitian berupa angket. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa yang merupakan siswa kelas VII di SMPN 10 Kota Serang berada pada kategori sedang dengan presentase 64% yaitu sekitar 119 siswa dari sampel 185 siswa. Terdapat siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah dengan presentase 3% yaitu sekitar 5 siswa dari jumlah sampel 185 siswa. Setelah terdapat 119 siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, maka dibuat strategi bimbingan kelompok untuk mengembangkan kepercayaan diri.

Kata Kunci : Kepercayaan diri, Strategi Bimbingan Kelompok

ABSTRACT

Research is motivated by the existence of self-confidence problems that occur in students. The research objective was to see the level of self-confidence of students, then create a career counseling framework to develop student self-confidence, especially in grade VII students at SMPN 10 Kota Serang. Research on self-confidence is carried out by looking at five aspects, namely self-confidence, optimism, objective, responsibility, rational and realistic. The data collection technique used was to spread the research instrument in the form of a questionnaire. While the data analysis technique used is descriptive quantitative. The results showed that the level of self-confidence of students who were grade VII students at SMPN 10 Serang City was in the medium category with a percentage of 64%, which was about 119 students from a sample of 185 students. There are students who have a low level of self-confidence with a percentage of 3%, which is about 5 students from a total sample of 185 students. After there were 119 students who had moderate levels of self-confidence, a group guidance strategy was made to develop self-confidence.

Keywords: *Self-confidence, Group Guidance Strategy*

PENDAHULUAN

Santrock (Papalia, 2008, hlm.520) mengemukakan fase remaja merupakan fase peralihan seorang individu dari masa anak-anak hingga dewasa. Pada fase remaja individu mengalami pertumbuhan cepat, baik secara fisik, psikis, dan sosial, sehingga pada fase remaja merupakan proses pencarian jati diri. Pada proses pencarian jati diri remaja membutuhkan

Vela Febrianti¹, Sholih², Ibrahim Al Hakim³ .**STRATEGI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VII SMPN 10 KOTA SERANG.**

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

kepercayaan diri untuk membantu pembentukan citra diri atau jati diri positif. Pembentukan citra diri positif membantu remaja dalam menjalankan berbagai tugas perkembangannya. Kepercayaan diri pada remaja merupakan hal esensial untuk dapat membantu menyelesaikan tugas perkembangan.

Siswa yang mempunyai kepercayaan diri memang selalu yakin akan dirinya, karena yakin kemampuannya akan mendukung diri dan pengembangan dirinya. Siswa yakin akan apa yang dikerjakannya akan selalu berhasil. Sumber kepercayaan diri ada dua Hendriana (2014 hlm.57), yakni internal dan eksternal. Sumber internal, berarti kepercayaan diriberasal dari dirinya sendiri. Siswa mempunyai dasar pemahaman kepercayaan diri yang baik untuk bidang tertentu, misalnya siswa yang belum mempunyai kepercayaan diri kuat, akan mudah terpengaruh oleh reaksi eksternal (yang berasal dari luar dirinya) terhadap apa yang sedang dilakukannya. Siswa yang kepercayaan dirinya kurang, biasanya akan menjadi peka terhadap pembicaraan mengenai diri atau prestasinya dan hal semacam ini pasti akan mempengaruhi pelaksanaan kerjanya.

Menurut Prayitno (2004 hlm.309) tujuan bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian siswa. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik yang mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif, dengan demikian ditingkatkannya kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal. Dan dengan menggunakan topik tugas disini ialah bimbingan dimana isi atau bahasan bimbingan kelompok telah ditentukan oleh pemimpin kelompok (guru BK).

Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan oleh peneliti di SMP Negeri 10 Kota Serang masih ada beberapa siswa yang kurang percaya diri sehingga dari beberapa siswa masih mengalami gemeteran ketika berhadapan dengan lingkungan sosialnya, gugup ketika menjawab pertanyaan dari guru, tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan di kelas, tidak mau bertanya pada orang yang tidak dikenal, dan merasa tidak ada yang menyukainya. Tanpa kepercayaan diri individu memiliki resiko kegagalan ataupun kurang optimal dalam mengerjakan tugasnya. Berbanding terbalik dengan individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi, mereka cenderung berani tampil bahkan tanpa persiapan apapun dan tanpa memikirkan hasilnya.

Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan salah satu profesi yang bidang gerakannya bisa dimana saja, baik di sekolah maupun dimasyarakat yang lebih luas, bahkan termasuk dalam lingkungan keluarga. Adapun fokus perhatian yang menjadi bidang gerak BK sebagaimana yang disampaikan Yusuf (2009, hlm. 51-57) antara lain: 1) Bidang Akademik (Belajar), 2) Bidang Pribadi, 3) Bidang Sosial, dan 4) Bidang Karier. Bimbingan dan konseling terdiri atas dua kata yakni bimbingan dan konseling. Menurut Walgito (2004, hlm. 34) masing-masing kata tersebut memiliki makna tersendiri. Adapun perbedaan bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut :

Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan hidupnya, agar individu dapat mencapai kesejahteraan dalam kehidupannya. Sedangkan konseling merupakan hubungan antara seorang penolong (konselor) yang terlatih dan seseorang yang mencari pertolongan (konseli), dimana keterampilan si penolong dan situasi yang diciptakan olehnya menolong orang untuk belajar berhubungan dengan dirinya sendiri dan orang lain dengan terobosan-terobosan yang semakin bertumbuh.

Bimbingan dan Konseling adalah proses interaksi antara konselor dengan konseli baik secara langsung maupun tidak langsung dalam rangka untuk membantu konseli agar dapat mengembangkan potensi dirinya atau pun memecahkan permasalahan yang dialaminya. Salah

satu dari fungsi bimbingan dan konseling adalah fungsi preventif yang merupakan upaya konselor untuk mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya. Teknik yang digunakan yaitu bimbingan.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah metode kuantitatif, yaitu merupakan usaha peneliti untuk mengumpulkan data menggunakan instrument penelitian, analisis data kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Tujuan pada metode ini adalah untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan Sugiyono (2017, hlm.8)

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 10 Kota Serang dengan subjek yaitu kelas VII dengan jumlah 339 siswa, kemudian dilakukan pengambilan sampel dengan teknik sampling random sederhana (*simple random sampling*) dengan jumlah sampel sebanyak 185 siswa.

Peneliti difokuskan pada kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Serang dengan strategi bimbingan kelompok. Pengumpulan data menggunakan kuesioner kepercayaan diri dengan 5 lima variabel, yaitu: Lauster (1997, hlm.34) 1) Keyakinan akan kemampuan diri, 2) Optimis, 3) Objektif, 4) Bertanggung jawab, 5) Rasional dan Realistis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dilakukan dengan cara penyebaran kuesioner berupa angket kepercayaan diri siswa kepada siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Serang sebanyak 185 responden. Hasil data penelitian kepercayaan diri siswa bisa uraikan berdasarkan kategorisasi yang telah di tentukan. Kategorisasi yang digunakan penelitian kepercayaan diri siswa berdasarkan pada perbandingan *mean* hipotetik dan standar deviasi. Hasil perbandingan *mean* hipotetik dan standar deviasi dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1.
Hasil perhitungan Min, Max, SD Kepercayaan Diri

Sub Variabel	Skor						
	<i>Ideal</i>	Min	Max	Total	<i>Mean</i>	SD	Ket.
Keyakinan Diri(8)	32	8	32	4101	20%	4	S
Optimis(14)	56	14	56	7699	35%	7	T
Objektif(2)	8	2	8	1068	5%	1	T
Bertanggung Jawab(5)	20	5	20	2801	12,5%	2,5	T
Rasional dan Realistis(4)	16	4	16	2107	10%	2	R

Berdasarkan Tabel 1 didistribusi rata-rata dan presentase kepercayaan diri dapat diketahui secara umum sebesar 64% berada kategori sedang. Lebih lanjut, secara khusus kepercayaan diri berdasarkan variabel antara lain, (1) Keyakinan diri dengan kategori sedang yaitu sebesar 20%, (2) Optimis dengan kategori tinggi yaitu sebesar 35%, (3) Objektif dengan kategori tinggi yaitu sebesar 5%, (4) bertanggung jawab dengan kategori tinggi yaitu sebesar 12,5%, (5) Rasional dan Realistis dengan kategori rendah yaitu sebesar 10%.

Vela Febrianti¹, Sholih², Ibrahim Al Hakim³ .**STRATEGI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VII SMPN 10 KOTA SERANG.**

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Profil kepercayaan diri di SMP Negeri 10 Kota Serang dapat dilihat melalui skor yang diperoleh tiap-tiap subjek,. Kategorisasi dibagi menjadi tiga bagian, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Adapun hasilnya yaitu:

Tabel 2.
Profil Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Kota Searang

Kategorisasi	Skor	Frekuensi (f)	Presentasi
Tinggi	$\geq x 99$	61	33%
Sedang	$66 \geq x < 99$	119	64%
Rendah	$\leq x 66$	5	3%
Total		185	100%

Berdasarkan tabel 2 mengenai profil kepercayaan diri dari 185 siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Serang. 61 siswa atau 33% dari 185 siswa berada pada kategori tinggi dan dapat dikategorikan siswa sudah memiliki kepercayaan diri, seperti mampu berpikir secara optimis, bertanggung jawab serta melakukan hal yang realistis.

Sedangkan 119 siswa atau 64% dari 185 siswa berada pada kategori sedang yang artinya sebagian besar siswa sudah cukup memiliki kepercayaan diri seperti sudah cukup mampu mengenali dirinya sendiri, mampu mengenali kekurangan dan kelebihan yang dimiliki siswa. Namun untuk mendapatkan hasil yang maksimal perlu adanya pengembangan kepercayaan diri.

Selanjutnya 5 siswa atau 3% dari 185 siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, berarti masih ada siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, ciri-cirinya yaitu masih belum bisa mengenal dirinya sendiri, belum mengenal kemampuan yang dimiliki, sehingga tidak dapat berpikir secara rasional dan realistis.

Pembahasan

Hasil penelitian dari siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Searang digolongkan pada tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang, rendah. Siswa terbanyak pada kategori sedang dengan jumlah 119 dengan presentase 64% sementara siswa dengan tingkat rendah dengan jumlah 5 siswa dengan presentase 3% dan yang termasuk dalam tingkat tinggi berjumlah 61 siswa dengan presentase 33%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Serang berada pada tingkat kepercayaan diri yang sedang. Menurut hasil penelitian ada 119 siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang. Meskipun dalam kategori cukup atau sedang, pemberian layanan dalam kepercayaan diri tetap harus diberikan kepada siswa sebagai bantuan untuk mengembangkan kepercayaan diri. Ciri-ciri siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang (Mufarohah, 2013:16) diantaranya yaitu tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh, tidak memiliki keputusan melangkah yang decisive (menentukan), mudah frustrasi atau *give-up* ketika menghadapi masalah atau kesulitan, Kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah, sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal), canggung dalam menghadapi orang, tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan, sering memiliki harapan yang tidak realistis, terlalu perfeksionis, terlalu sensitif (perasa).

Permasalahan kepercayaan diri siswa yang terjadi di SMPN 10 Kota Serang pada siswa kelas VII adalah ada 119 siswa yang kurang mampu akan kepercayaan diri, kurang optimis, kurang objektif, kurang bertanggung jawab dan kurang rasional dan realistis. Siswa lalai dalam mengerjakan tugas sekolah, memiliki rasa ragu terhadap diri, bertindak sesuai suasana hati dan bertindak tanpa memikirkan resiko.

Proses meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat dibantu dengan bimbingan kelompok menggunakan layanan dasar, yang digunakan untuk membuat proses bimbingan kelompok agar bisa mencapai pada tujuannya. Bimbingan kelompok disesuaikan dengan respon dan kebutuhan siswa. Bimbingan kelompok akan membantu siswa dalam mencapai kepercayaan diri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kepercayaan diri pada siswa, maka diperoleh hasil profil kepercayaan diri siswa yang merupakakan siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Serang secara umum berada pada kategori sedang 64% pada kategori tinggi 33% dan pada kategori rendah 3%.

Berdasarkan hasil penelitian perlu adanya mengembangkan kepercayaan diri siswa yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling. Salah satunya dengan membuat strategi bimbingan kelompok. Pada penetapan tujuan pribadi-sosial. Hukuman dan penghargaan diri, memfokuskan pikiran dan meningkatkan kinerja yang sukses merupakan sub indikator yang memiliki presentase sedang, yang dijadikan prioritas dan dasar pembuatan strategi bimbingan kelompok.

REFERENSI

- Hendriana. (2014). *Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pembelajaran Matematika Humanis*. jpmipa. Vol. 19 No 1 hal 57
- Mufarohah. (2013). *Hubungan Antara Percaya Diri Deangan Prilaku Mencontek Pada Siswa XI Di Madrasah Aliyah Salafiyah Bangli Pasuruan*. Skripsi pada program studi psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim: tidak di terbitkan
- Paplaia. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta:Kencana
- Prayitno dan Amti, E. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2017. *METODE PENELITIAN, Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA
- Yusuf, S. (2009). *Program bimbingan & konseling di sekolah*. Rizqi Press: Bandung.