

**UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN  
KONSELING KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII MTsN GODEAN  
SLEMAN YOGYAKARTA TAHUN AJARAN 2016/2017**

**Oleh  
Kristiawan**

**Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Yogyakarta**

**Abstrak**

Penelitian bertujuan: untuk mengetahui upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan konseling kelompok pada siswa kelas VII MTsN Godean, Sleman, Yogyakarta tahun ajaran 2016/2017.

Metode Penelitian: Jenis penelitian Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research (CAR)*. Subyek penelitian adalah siswa kelas VII MTsN Godean Sleman pada tanggal 18 – 20 April Tahun 2017. Sampel Sebanyak 128 siswa dengan menggunakan tehnik sampling, data dalam penelitian ini terkumpul dalam bentuk *Kuantitatif* (angka) sehingga memungkinkan untuk dianalisis secara *statistik* dilanjutkan dengan Uji t satu arah pada pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

Hasil Penelitian: Layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VII MTsN Godean tahun ajaran 2016/2017 yang ditunjukkan dari nilai t hitung  $(-9,888) < t$  tabel  $(2,131)$ .

Kata kunci: kepercayaan diri, layanan konseling kelompok.

*Abstrak*

*The research aims: to know the effort to improve self confidence through group counseling service at grade VII student MTsN Godean, Sleman, Yogyakarta academic year 2016/2017.*

*Research Methods: Type of Classroom Action Research (PTK) or Classroom Action Research (CAR) research. The subjects of the study were the students of grade VII MTsN Godean Sleman on April 18th - 20th of 2017. Sempel A total of 128 students using sampling technique, the data in this study collected in the form of quantitative (number) so it is possible to be analyzed statistically followed by t test one direction At the level of significance  $\alpha = 0.05$ .*

*Result: The group counseling service can increase self-confidence in grade VII student of MTsN Godean academic year 2016/2017 which is shown from t value  $(-9,888) < t$  table  $(2,131)$ .*

*Keywords: confidence, group counseling services.*

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja 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.

“Kepercayaan 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”. Sikap optimisme inilah yang menjadikan orang itu percaya terhadap dirinya (Surya, 2007: 56).

Pentingnya memiliki Kepercayaan Diri adalah siswa dapat mengaktualisasikan diri. Aktualisasi diri adalah kemampuan seseorang untuk menemukan dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Kepercayaan diri merupakan aspek yang sangat penting bagi seseorang untuk dapat mengembangkan potensinya. Jika seseorang memiliki bekal kepercayaan diri yang baik, maka individu tersebut dapat mengembangkan potensinya dengan mantap. Namun jika seseorang memiliki kepercayaan diri rendah, maka individu tersebut cenderung menutup diri, mudah frustrasi ketika menghadapi kesulitan, canggung dalam menghadapi orang, dan sulit menerima realita dirinya. Dengan kepercayaan diri saat maju didepan kelas, dapat meningkatkan keberanian siswa dalam menjawab pertanyaan, mempunyai penampilan diri yang baik, dan mampu mengendalikan perasaan. Memiliki kepercayaan diri yang tinggi dalam diri siswa dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik lagi. Anak yang ragu terhadap kemampuan diri sendiri atau tidak percaya diri saat pembelajaran biasanya kurang dapat berbicara atau menyampaikan pesan kepada orang lain. Dengan begitu akan terjadi proses perubahan dalam diri siswa bukan hanya pada hasil belajar tetapi juga pada perilaku dan sikap siswa, yaitu keberanian, keaktifan, dan aktualisasi diri siswa saat proses belajar mengajar.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Diadakannya layanan bimbingan dan konseling di sekolah bukan karena

adanya landasan hukum, namun yang lebih penting adalah adanya kesadaran atau komitmen untuk memfasilitasi siswa agar mampu mengembangkan potensi dirinya.

“Belajar merupakan proses dimana suatu organisme mengubah perilakunya karena hasil dari pengalaman. Inilah yang membuat individu dari tidak tahu menjadi tahu” (Gagne dan Berliner dalam Ani, 2006: 2). Siswa adalah individu yang sedang mengalami masa perkembangan, yaitu berkembang kearah kematangan atau kemandirian. Dalam masa inilah siswa membutuhkan banyak bimbingan untuk memperluas pengetahuan dan wawasan tentang dirinya dan lingkungannya.

Pada remaja dibutuhkan dukungan, dukungan itu berasal dari dalam diri maupun pihak luar, salah satu dari pihak luar adalah keluarga. Keluarga merupakan tempat dimana seorang anak dilahirkan dan dibesarkan dimana keluarga sangat besar pengaruhnya terhadap kepribadian anak dikemudian hari. Sikap orang tua dan perhatian yang diberikan akan berpengaruh terhadap kepribadian anak dikemudian hari. Orang tua berperan sebagai peletak dasar bagi pembentukan pribadi anak, termasuk percaya diri. Rasa cinta, rasa kasih sayang, saling percaya dan sikap menerima yang diciptakan dalam suasana rumah dapat membentuk rasa percaya diri pada anak. Begitu juga orang tua yang memaksakan kehendak tidak mendengarkan suara anak cenderung menghambat kepercayaan diri pada anak. Siswa yang merasa rendah diri diekspresikan melalui sikap yang pemalu, kurang pandai bergaul, cenderung menarik diri, kurang berani untuk berbicara dan mengemukakan pendapat, selalu takut berbuat kesalahan, bahkan sulit menunjukkan bakat atau kemahirannya dalam bidang tertentu.

Lingkungan sekolah juga merupakan salah satu faktor yang memiliki peran dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa, disekolah bisa dibina dengan melihat kemajuan dalam berprestasi baik bidang akademik maupun non akademik. Contoh: berprestasi dibidang akademik yaitu anak merai juara dikelas, sedangkan yang non akademik yaitu anak meraih juara dalam olah raga. Anak harus memperoleh kesan bahwa dirinya diakui dan dihargai dengan anak lain, bahkan bila perlu bentuk penghargaan yang diberikan berupa hadiah sederhana yang bisa membangun kepercayaan diri anak untuk berprestasi dan dapat menimbulkan keinginan untuk selalu berusaha mencapai kemajuan atau prestasi baru. Menumbuhkan kepercayaan diri siswa tidaklah mudah, hal ini membutuhkan dorongan, motivasi dan perhatian dari teman, keluarga, maupun guru di sekolah.

Layanan konseling kelompok dapat membantu penyelesaian masalah kurangnya kepercayaan diri secara bersama – sama anggota kelompok. Melalui layanan konseling kelompok diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN Godean Sleman.

## **METODE DAN HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 12 sampai 22 April 2017 yang bertempat di MTsN Godean Sleman. Kegiatan layanan konseling kelompok dalam penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus yang setiap siklusnya terdiri dari 3 kali pertemuan, sehingga jumlah pertemuan yang dilakukan untuk melaksanakan konseling kelompok adalah 6 kali pertemuan.

Untuk mencapai tujuan penelitian, maka langkah yang harus ditempuh dalam penelitian ini adalah menetapkan aspek – aspek yang diteliti yaitu hal – hal yang terkait dengan cara untuk meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu, peneliti juga melakukan pengamatan dan mencatat hasilnya. Dalam setiap siklus terdiri dari beberapa kegiatan yang meliputi perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi serta refleksi.

Sebelum melakukan kegiatan konseling kelompok peneliti menyebarkan angket pre test pada kelas VII B,C,dan D MTsN Godean terlebih dahulu pada tanggal 12 April 2017. Hasil pre test siswa kelas VII MTsN Godean dari 88 siswa menunjukkan 4 siswa dalam kategori tinggi, 68 siswa dalam kategori sedang dan 16 siswa dalam kategori rendah.

Berikut adalah penjelasan pada kegiatan siklus 1:

### **1. Penelitian Siklus 1**

#### **a. Perencanaan Siklus 1**

Peneliti mengambil subyek penelitian yang memiliki masalah kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil pre test dan saran dari guru bimbingan dan konseling, yaitu DNN, ANN, CY, DDP, FAM, FR, HW, NY, NIS, NAFS, N, NR, RMF, DAFI, DAFA, dan VNL. Selanjutnya peneliti menentukan waktu dan tempat pelaksanaan layanan konseling, yaitu pada tanggal 12, 13, dan 15 April 2017 bertempat di ruang kelas. Peneliti mempersiapkan materi atau topik bahasan yang akan disampaikan dalam layanan konseling kelompok. Selain itu, peneliti juga menyiapkan lembar observasi untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama pelaksanaan layanan berlangsung.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus 1

Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 12 April 2017, pertemuan kedua dilakukan pada tanggal 13 April 2017 dan pertemuan ketiga tanggal 15 April 2017. Layanan yang digunakan adalah layanan konseling kelompok melalui kegiatan diskusi.

Adapun proses pelaksanaan tindakan siklus 1 adalah sebagai berikut:

1) Pelaksanaan Tindakan 1

Waktu : Rabu, 12 April 2017

Tempat : Ruang Kelas

Jumlah Siswa : 16 orang

a) Pendahuluan

Kegiatan diawali dengan mengumpulkan siswa yang akan diberikan layanan konseling kelompok dalam satu ruangan. Selanjutnya, peneliti membuka pertemuan dengan salam dan doa. Kemudian, untuk mengawali layanan konseling kelompok, peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan pelaksanaan konseling kelompok kepada siswa yaitu bersama – sama berusaha untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa.

b) Kegiatan Inti

Pada tahap kegiatan peneliti mempersilahkan siswa untuk mengungkapkan masalah masing – masing yang berkaitan dengan rasa percaya diri. Setelah siswa mengungkapkan dan menjelaskan masalah masing – masing kemudian masalah tersebut didiskusikan antar siswa yang dipimpin oleh peneliti. Dalam kegiatan konseling kelompok ini permasalahan yang dialami siswa adalah sama atau homogen, yaitu siswa kurang mempunyai rasa kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki.

Pada pertemuan pertama ini hanya beberapa siswa yang nampak cukup antusias dalam berdiskusi namun masih ada siswa yang malu dan tertutup untuk menyampaikan pendapat. Peneliti berusaha memberi semangat dan pujian agar siswa lebih aktif berpendapat. Peneliti mengamati proses pelaksanaan konseling kelompok dan respon siswa dalam mengikuti layanan konseling kelompok.

c) Penutup

Peneliti dan siswa mengevaluasi secara lisan proses konseling kelompok yang telah dilakukan. Setelah itu peneliti dan siswa membuat janji untuk pertemuan selanjutnya. Kemudian peneliti menutup kegiatan dengan memimpin doa dan mengucapkan salam.

2) Pelaksanaan Tindakan 2

Waktu : Kamis, 13 April 2017

Tempat : Ruang Kelas

Jumlah Siswa : 16 orang

a) Pendahuluan

Peneliti mengawali kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan memimpin doa. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih karena siswa berkenan hadir kembali dalam kegiatan konseling kelompok. Peneliti juga menanyakan kabar siswa dan perasaan siswa saat itu. Ada beberapa siswa yang menanggapi dan ada juga yang masih malu – malu untuk menjawab atau berbicara. Kemudian peneliti menjelaskan kontrak kegiatan yang akan dilakukan mengenai lamanya durasi kegiatan dan peraturan yang ada selama kegiatan.

b) Kegiatan Inti

Melanjutkan pertemuan tindakan pertama, peneliti menanyakan kepada siswa kendala yang dihadapi untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Kemudian peneliti mempersilahkan siswa untuk menyampaikan pendapat atau hal – hal yang dirasakan. Setelah semua siswa menyampaikan perasaannya, peneliti mengajak siswa untuk berdiskusi mengenai hal – hal yang dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa. Selain itu peneliti juga memotivasi siswa yang belum mengungkapkan masalah agar siswa bersedia mengungkapkan masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri.

Selama kegiatan berlangsung peneliti menjadi observer dengan mengamati proses diskusi dan mencatat hal – hal yang terjadi selama layanan konseling kelompok. Hal – hal yang diobservasi yaitu berupa keterlaksanaan konseling kelompok dan respon siswa terhadap kegiatan.

c) Penutup

Dalam kegiatan ini peneliti memberitahu kepada siswa bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Peneliti mempersilahkan siswa untuk menyampaikan kesan dan pesan dari kegiatan yang telah diadakan. Kemudian peneliti dan siswa bersama – sama membuat janji untuk pertemuan yang akan datang. Peneliti mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan membaca doa dan mengucapkan salam.

3) Pelaksanaan Tindakan 3

Waktu : Sabtu, 15 April 2017

Tempat : Ruang Kelas

Jumlah Siswa : 16 orang

a) Pendahuluan

Peneliti mengawali kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan berdoa, kemudian peneliti menanyakan kabar dan mengucapkan terimakasih kepada siswa karena berkenan hadir kembali. Selain itu peneliti juga menanyakan kepada siswa mengenai kemajua yang dialami dari permasalahan mereka.

b) Kegiatan Inti

Peneliti mempersilahkan siswa untuk menceritakan dan menyampaikan kendala yang masih dialami dalam menumbuhkan kepercayaan diri. Peneliti memberikan tanggapan dan motivasi kepada siswa agar terus meningkatkan rasa percaya diri. Kemudian peneliti mendorong siswa untuk lebih aktif dengan cara mempersilahkan siswa untuk menyampaikan pendapat melalui kegiatan diskusi. Setelah diskusi selesai dan seluruh siswa telah menyampaikan pendapat, peneliti mengajak siswa untuk merangkum kegiatan yang telah dilakukan dari pertemuan pertama hingga ketiga. Selama kegiatan berlangsung peneliti mengamati proses diskusi dan mencatat proses konseling kelompok dan respon siswa pada lembar observasi.

c) Penutup

Peneliti mempersilahkan siswa untuk menyampaikan pesan dan kesan. Seluruh siswa sudah berani menyampaikan pesan dan kesan mereka, serta. Peneliti membuat janji untuk pertemuan selanjutnya dan

disepakati pada tanggal 18 April 2017. Peneliti menutup kegiatan konseling kelompok dengan berdoa dan mengucapkan salam.

c. Hasil Observasi Siklus 1

Berikut adalah hasil observasi pelaksanaan layanan konseling kelompok pada siklus 1:

- 1) Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok pertemuan pertama berjalan lancar hanya saja siswa masih malu – malu dan pasif dalam mengikuti kegiatan. Pada pertemuan ke-2 nampak respon dari siswa mengalami perubahan, siswa lebih aktif meskipun terlihat masih kurang antusias, keterlaksanaan konseling kelompok juga mengalami peningkatan. Pada pertemuan ke-3 respon siswa terhadap pelaksanaan konseling kelompok juga meningkat, siswa terlihat semakin antusias dan keterlaksanaan konseling kelompok berjalan lancar.
- 2) Situasi dalam pelaksanaan konseling kelompok sudah cukup kondusif dari pertemuan pertama hingga ketiga, sehingga pelaksanaan konseling kelompok berjalan lancar.

d. Hasil Refleksi Siklus 1

Berdasarkan kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan pada siklus 1 terdapat beberapa hal yang didapatkan dari hasil refleksi sebagai berikut:

- 1) Adanya peningkatan dari pertemuan pertama hingga ketiga yaitu antar siswa yang awalnya tidak saling memperhatikan kini memiliki sikap saling menghargai, seperti mendengarkan dan menerima pendapat.
- 2) Menurut siswa secara keseluruhan menyatakan bahwa mereka senang diadakan konseling kelompok. Siswa menyatakan bahwa mereka merasa terbantu dengan kegiatan konseling kelompok untuk meningkatkan percaya diri. Pada dasarnya pelaksanaan konseling kelompok berjalan lancar hanya saja terkendala dengan jam pelajaran yang membuat mereka terburu – buru untuk masuk kekelas.

## **2. Penelitian Siklus II**

a. Perencanaan Siklus II

Pelaksanaan tindakan pada siklus II ini merupakan kelanjutan pada siklus I yang dinyatakan belum sesuai harapan dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Peneliti dan guru bimbingan konseling melakukan diskusi untuk melakukan tindakan perbaikan pada siklus II. Diskusi tersebut berisi tentang metode atau cara yang akan dilakukan pada siklus ke II ini dan ketrampilan konseling apa saja yang perlu untuk ditingkatkan. Peneliti dan guru bimbingan konseling sepakat untuk siklus ke II ini akan menggunakan metode modeling atau percontohan kasus beserta pemecahan masalahannya. Peneliti juga mempersiapkan waktu dan tempat pelaksanaan yang disepakati ditempat yang sama yaitu diruang kelas MTsN Godean dan waktunya pada tanggal 18, 19 dan 20 April 2017.

Selanjutnya peneliti mempersiapkan lembar observasi dengan format yang sama seperti siklus pertama dan memberi penjelasan dengan guru pembimbing mengenai pelaksanaan siklus ke II, dari penjelasan tersebut dengan guru pembimbing didapatkan kesepakatan mengenai cara pengobservasian selama konseling kelompok yang masih sama dengan siklus pertama.

b. Pelaksanaan siklus II

Pada siklus kedua ini dilaksanakan tiga kali pertemuan yaitu pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 18 April 2017, pertemuan kedua tanggal 19 April 2017, dan pertemuan ketiga pada tanggal 20 April 2017. Layanan yang digunakan adalah layanan konseling kelompok dengan metode *modeling* atau percontohan.

Adapun proses pelaksanaan tindakan siklus II adalah sebagai berikut:

1) Pelaksanaan Tindakan I

Waktu : Selasa, 18 April 2017

Tempat : Ruang kelas

Jumlah Siswa : 16 orang

a) Pendahuluan

Peneliti membuka kegiatan konseling kelompok dengan salam dan doa serta menanyakan kabar siswa. Kemudian peneliti menjelaskan tujuan diadakan konseling kelompok siklus ke II kepada siswa serta menyampaikan aturan yang harus ditaati oleh para peserta konseling kelompok.

b) Kegiatan Inti

Pada tahap kegiatan ini peneliti mempersilahkan siswa yang masih belum dapat membangun rasa percaya diri untuk menyampaikan

permasalahan yang terjadi. Peneliti mempersilahkan siswa lain yang dapat memberikan contoh ilustrasi untuk memecahkan masalah, kemudian peneliti dan anggota membahas masalah yang mendalam. Pada kegiatan ini peneliti juga memberikan motivasi dan dukungan terhadap siswa untuk selalu berfikir positif, semangat dan percaya diri.

c) Penutup

Pada tahap penutup peneliti memberitahu bahwa kegiatan akan diakhiri, kemudian peneliti mempersilahkan siswa untuk menyampaikan pertanyaan jika ada yang ditanyakan. Pada kesempatan tanya jawab ini tidak ada siswa yang merespon. Peneliti juga mengajak siswa untuk merencanakan pertemuan berikutnya dan telah disepakati pada tanggal 19 April 2017, selanjutnya peneliti menutup pertemuan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

2) Pelaksanaan Tindakan 2

Waktu : Rabu, 19 April 2017

Tempat : Ruang kelas

Jumlah Siswa : 16 orang

a) Pendahuluan

Peneliti membuka kegiatan konseling kelompok terlebih dahulu dengan salam dan doa. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih karena siswa sudah berkenan hadir kembali serta menanyakan kabar siswa. Peneliti menanyakan kepada siswa mengenai perasaan yang sedang dirasakan.

b) Kegiatan Inti

Peneliti mempersilahkan siswa CY dan NY untuk menyampaikan kemajuan atau perubahan yang dialami, kemudian peneliti mempersilahkan siswa lain untuk menanggapi pernyataan siswa CY dan NY. Peneliti dan anggota membahas secara mendalam. Pada kegiatan ini peneliti juga tak lupa memberikan motivasi dan dukungan terhadap siswa untuk berfikir positif, semangat dan percaya diri.

c) Penutup

Pada tahap penutup peneliti memberitahu bahwa kegiatan akan diakhiri, peneliti mempersilahkan siswa untuk menyampaikan pertanyaan

jika ada yang ditanyakan. Dalam sesi pertanyaan ini siswa DAFI memberi pertanyaan mengenai manfaat percaya diri bagi siswa. Peneliti memberikan jawaban pertanyaan dari siswa DAFI tersebut. Peneliti bersama siswa untuk memutuskan untuk pertemuan berikutnya berlangsung pada hari Kamis tanggal 20 April 2017. Peneliti juga menyampaikan kepada siswa bahwa diakhir pertemuan akan diadakan post test kemudian peneliti menutup dengan doa dan salam.

### 3) Pelaksanaan Tindakan 3

Waktu : Kamis, 20 April 2017

Tempat : Ruang kelas

Jumlah Siswa : 16 orang

#### a) Pendahuluan

Pada pertemuan ketiga ini peneliti membuka kegiatan konseling kelompok dengan salam dan doa, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada siswa karena sudah berkenan hadir kembali dan menanyakan kabar siswa. Peneliti bertanya kepada siswa mengenai perasaan yang sedang dirasakan, siswa menjawab dengan aktif pertanyaan dari peneliti sambil sekali bercanda.

#### b) Kegiatan Inti

Peneliti mempersilahkan masing-masing siswa untuk menyampaikan kemajuan yang telah dialami kaitannya dengan rasa percaya diri. Dalam kegiatan ini siswa sudah dapat menunjukkan rasa percaya dirinya dengan menyampaikan pendapatnya didepan siswa lain. Siswa juga telah berani memberikan sanggahan dan tanggapan dari pernyataan siswa yang lain. Peneliti tidak lupa memberi pujian dan kesimpulan dari beberapa pendapat siswa, selain itu juga tidak lupa memberikan motivasi dan dukungan terhadap siswa untuk selalu berfikir positif, semangat dan percaya diri. Setelah dirasa cukup peneliti memberikan post test untuk diisi oleh siswa peserta konseling kelompok.

#### c) Penutup

Peneliti memberitahu siswa bahwa kegiatan akan diakhiri, serta mempersilahkan siswa untuk menyampaikan kesan dan pesan selama

kegiatan dilaksanakan. Dari kegiatan menyampaikan kesan pesan ini sebagian besar siswa merasa senang dengan kegiatan konseling kelompok dan mengatakan bahwa kegiatan konseling kelompok sangat bermanfaat. Peneliti juga meminta maaf kepada siswa karena dalam kegiatan masih banyak kesalahan, kemudian peneliti menutup kegiatan dengan doa dan salam.

c. Hasil Observasi Siklus II

Tindakan siklus II dilaksanakan tiga kali pertemuan yaitu tanggal 18– 20 April 2017. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan lembar observasi. Berikut adalah hasil observasi pelaksanaan layanan konseling kelompok pada siklus II:

- 1) Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok pertemuan ke 4 sampai ke 6 berjalan lancar, siswa aktif mengeluarkan pendapat dan memberi perhatian dengan teman serta terlihat sikap saling menguatkan antara sesama siswa.
- 2) Situasi dalam melakukan konseling kelompok kondusif, seperti lingkungan yang tenang, keadaan fisik dan kesehatan siswa yang baik sehingga pelaksanaan konseling kelompok berjalan lancar.
- 3) Selalu ada peningkatan sikap dan respon yang baik dari siswa.

d. Hasil Refleksi Siklus II

Berdasarkan kegiatan konseling kelompok telah dilakukan pada siklus II terdapat beberapa hal yang didapatkan dari hasil refleksi yaitu sebagai berikut:

- 1) Adanya peningkatan dari pertemuan pertama hingga ketiga yaitu antar siswa sudah memiliki sikap saling menghargai, seperti mendengarkan, menerima pendapat dan saling menguatkan. Komunikasi antar siswa berjalan lancar sehingga terjalin keakraban dalam proses konseling kelompok.
- 2) Siswa merasa bahwa konseling kelompok memberikan manfaat bagi siswa, terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

## **PEMBAHASAN**

Menurut Juntika Nurihsan, (2006: 24) mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan.

Hal ini dibuktikan dengan kegiatan konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN Godean. Adanya peningkatan kepercayaan diri siswa dapat diketahui dari hasil observasi dan pemberian angket pre tes dan post tes kepercayaan diri siswa. Sebelum dilakukan tindakan nilai rata – rata kepercayaan diri siswa sebesar 68,87 dan setelah melakukan layanan konseling kelompok meningkat menjadi 80,18. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri siswa sebesar 11,31 poin setelah dilakukan layanan konseling kelompok.

Adanya peningkatan kepercayaan diri juga dapat diketahui dari hasil observasi setelah tindakan antara siklus 1 dan siklus 2. Pada siklus 1 terdapat 16 siswa yang berada dalam kategori cukup. Hal ini dikarenakan pada siklus 1 siswa masih malu bertanya, belum aktif, dan malu mengungkapkan pendapat. Pada siklus 2 dilakukan kegiatan konseling kelompok dengan cara pemberian contoh. Pada akhir siklus 2 diketahui bahwa siswa yang memiliki kategori cukup ada 10 siswa dan yang 6 siswa dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah mulai antusias dengan kegiatan konseling kelompok, sehingga siswa berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan kegiatan, berani menyampaikan pendapat, memiliki rasa empati dan menghargai pendapat orang lain serta bersikap terbuka. Selain itu siswa patuh pada aturan yang dibuat pada kegiatan konseling kelompok.

Melihat dari hasil observasi yang dicapai siswa setiap siklus tindakan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa. Hal ini juga didukung dari hasil uji t dapat diketahui bahwa nilai t hitung  $-9,889 < t$  tabel (2,131) sehingga  $H_0$  ditolak, yang mempunyai arti bahwa ada peningkatan kepercayaan diri siswa melalui layanan konseling kelompok pada siswa kelas VII MTs Godean. Layanan konseling kelompok terbukti mampu memberikan perubahan yang signifikan terhadap kepercayaan diri siswa.

Dalam penelitian ini peneliti telah melaksanakan penelitian dengan semaksimal mungkin, namun jika ada data yang kurang akurat maka hal tersebut dikarenakan keterbatasan peneliti.

Keterbatasan tersebut yaitu:

1. Keterbatasan yang terkait dengan instrumen penelitian

Pengisian angket dilakukan pada saat jam pelajaran, sehingga ada kemungkinan siswa merasa terburu – buru dalam mengisi angket sehingga hasil kurang memuaskan dan nilai angket tidak masuk dalam hasil nilai pelajaran sehingga siswa kurang serius dalam mengisi angket.

2. Keterbatasan terkait penelitian

Siswa masih asing dengan pelaksanaan konseling kelompok dan jarang sekali melakukan konseling sehingga beberapa siswa masih pasif, kurang peduli dengan kegiatan yang ada dan tidak memahami jalannya kegiatan sehingga menjadi menghambat tersendiri dalam pelaksanaan konseling kelompok.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan:

1. Rata-rata skor kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN Godean setelah diberi tindakan layanan konseling kelompok lebih tinggi dari pada sebelum dilakukan tindakan ( $80,18 > 68,87$ ).
2. Layanan konseling kelompok mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN Godean Sleman yang ditunjukkan dari nilai  $t$  hitung  $-9,889 < t$  tabel ( $2,131$ ).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Angelis, De Barbara 2005. *Confidence, Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*. Jakarta: PT. Gramedia. Pustaka Utama
- Anita Lie. 2004. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: PT.Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia..
- \_\_\_\_\_. 2003. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: PT.Elex Komputindo Kelompok Gramedia
- Ghufron, N & Risnawati, R. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta. Ar-Ruzz Media
- Hakim, Turshan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Iswandharmanjaya, Derry, dkk, 2004. *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. Pt.Elex komputindo Kelompok Gramedia
- Indri Mastuti. 2008. *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: HI-Frest Publising.

- \_\_\_\_\_. 2007. *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: PT Buku Kita.
- Mungin Eddy Wibowo. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Natawidjaja, Rohman. 2009. *Konseling Kelompok Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: Rizqi Press.
- Rahman, Hibana S. 2003. *Bimbingan dan Konseling Pola 17*. Yogyakarta: UCY Press.
- Sangkala, Candra SDW. 2010. *Berdamai Dengan Diri Sendiri*. Yogyakarta: Diva Press
- Sugiyana. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2002. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto, Suhardjono & Supardi. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Syamsu Yusuf. 2009. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Winkel, WS, Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.