

**EXPERIMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *SELF-INSTRUCTION*
UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGEMUKAKAN PENDAPAT
PESERTA DIDIK KELAS X
DI SMAN 3 MENGGALA
T.A 2021/2022**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling**

**Disusun Oleh:
Reva Aprilia Ayuningtias
NPM: 1811080325**

Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
TAHUN 1444 H/2022 M**

**EXPERIMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *SELF-INSTRUCTION*
UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGEMUKAKAN PENDAPAT
PESERTA DIDIK KELAS X
DI SMAN 3 MENGGALA
T.A 2021/2022**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling**

Disusun Oleh:

Reva Aprilia Ayuningtias

NPM: 1811080325

Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I: Dr. H. Yahya AD, M. Pd.

Pembimbing II: Drs. H. Badrul Kamil, M. Pd. I

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
TAHUN 1444 H/2022 M**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Guna menghindari kesalahpahaman dalam memahami penelitian ini penulis mengambil judul “Experimentasi Konseling Individu Dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Peserta Didik Kelas X Di SMAN 3 Menggala T.A 2021/2022”. Maka perlu dijelaskan istilah-istilah yang terdapat dalam judul tersebut yaitu sebagai berikut :

1. **Experimen**

Experimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.²

2. **Konseling Individu**

Konseling individu menurut Sofyan Willis, merupakan pertemuan konselor dengan konseli secara individual dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli dan konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.³

3. **Teknik *Self-Instruction***

Teknik *Self-Instruction* merupakan suatu teknik yang dapat membantu siswa untuk mengganti pikiran-pikiran negatif yang muncul menjadi pikiran-pikiran positif yang bersifat rasional dengan tujuan mengubah perilaku siswa tersebut.⁴

4. **Meningkatkan**

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) arti kata Meningkatkan adalah proses, cara, perbuatan meningkatkan (usaha, kegiatan). Jadi Meningkatkan adalah lapisan dari sesuatu yang kemudian membentuk susunan, peningkatan berarti kemajuan, penambahan keterampilan dan kemampuan agar menjadi lebih baik.⁵

5. **Kemampuan Mengemukakan Pendapat**

Menurut Cawood dalam Indah Apria Dzulfour “kemampuan mengemukakan pendapat adalah gambaran dari pengekspresian pikiran, perasaan, kebutuhan dan hak yang dimiliki seseorang bersifat langsung, jujur dan sesuai tanpa adanya kecemasan yang tidak beralasan namun disertai kemampuan untuk dapat menerima perasaan atau pendapat orang lain dan dengan tidak mengingkari hak mereka dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan”.⁶

² Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D, (Bandung: Alfabeta, 2011), 72.

³ Sofyan S. Willis, Konseling Individual Teori dan Praktek, (Bandung : Alfabeta, 2013), 159.

⁴ Isna Muftiana Yunan, Denok Setiawati, “Penerapan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 40 Surabaya”, Universitas Negeri Surabaya, 2017, hal 3

⁵ Ebta Setiawan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, | Kamus Versi Online/Daring, last modified 2020, accessed February 26, 2021, <https://kbbi.web.id/meningkatkan>

⁶ Indah Apria Dzulfour, “Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Tgt (*Teams Games Tournaments*) Pada Tema Daerah Tempat Tinggalku Di Kelas Iv Sdn55/1Sridadi”, Artikel Ilmiah, hal3, <https://repository.unja.ac.id/4821/1/ARTIKEL%20INDAH%20APRIA%20DZULFOUR%20A1D114082.pdf>.

6. Peserta Didik

Peserta didik menurut ketentuan Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Peserta didik adalah orang yang mempunyai pilihan untuk menempuh ilmu sesuai dengan cita-cita dan harapan masa depan.⁷

Dari penjelasan pengertian istilah yang terdapat dalam judul, maka dapat ditarik kesimpulan umum bahwa yang dimaksud dengan *experimentasi* konseling individu dengan teknik *Self Intruction* dalam meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat peserta didik kelas X di SMAN 3 Menggala adalah suatu penelitian eksperimen untuk mengetahui pengaruh konseling individu dengan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat peserta didik.

B. Latar Belakang Masalah

Pendidikan menurut Undang-Undang SISDIKNAS no. 20 tahun 2003, adalah sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sedemikian rupa supaya peserta didik dapat mengembangkan potensi dirinya secara aktif supaya memiliki pengendalian diri, kecerdasan, keterampilan dalam bermasyarakat, kekuatan spiritual keagamaan, kepribadian serta akhlak mulia. Di dalam pendidikan terdapat unsur pendidikan dimana unsur tersebut meliputi : 1. Peserta didik 2. Pendidik 3. Interaksi edukatif 4. Tujuan pendidikan 5. Materi pendidikan 6. Alat dan metode 7. Lingkungan pendidikan. Apabila unsur-unsur tersebut dapat berjalan dengan baik yang baik maka akan mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.⁸

Hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku siswa dari tidak tahu menjadi tahu, hasil belajar dipengaruhi oleh kemampuan siswa dan keterampilan pengajar, dalam proses pembelajaran bukan hanya tentang hasil belajar tapi pengembangan potensi diri juga perlu diperhatikan, contoh pengembangan potensi diri adalah mengemukakan pendapat, mengemukakan pendapat setiap orang berbeda-beda, pada saat pembelajaran mengemukakan pendapat sangat penting, sebab kemampuan mengemukakan pendapat siswa menjadi bentuk keaktifan siswa dalam pembelajaran.⁹ Henrika Dewi Anindawati dalam Tia Fatimah mengungkapkan bahwa Pendapat adalah suatu hasil pemikiran manusia yang diekspresikan atau diungkapkan dengan kata kata sebagai suatu respon dalam menanggapi suatu permasalahan.¹⁰ Mengemukakan pendapat salah satu wujud nyata siswa mampu berkomunikasi dengan baik. Kemampuan mengemukakan pendapat dapat diintegrasikan ke dalam materi pembelajaran. Kemampuan mengemukakan pendapat siswa dalam proses pembelajaran merupakan salah satu hal penting yang harus ada dalam kegiatan pembelajaran. Mengemukakan pendapat merupakan kegiatan menyampaikan ide, pikiran, perasaan baik kepada orang lain baik secara lisan maupun tulisan.¹¹

Pengertian kemampuan mengemukakan pendapat adalah keinginan seseorang untuk mengemukakan sesuatu berdasarkan pengetahuan dan pemikiran yang dimilikinya. Lahirnya kemampuan mengemukakan pendapat disebabkan karena adanya sesuatu yang tidak sepeham atau sepemikiran dengan apa yang ada dalam dirinya. Kemampuan mengemukakan pendapat dapat melatih

⁷ Ashabul Khirom, "Peran Guru dan Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran Berbasis Multikultural," Jurnal Pendidikan Agama Islam Vol 3. No. 1 Des 2017, h. 78-79.

⁸ Admin disdikpora, "Definisi Pendidikan Menurut UU No.20 Th 2003", Artikel Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga, (diakses pada 6 November 2014),

<https://disdikpora.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/definisi-pendidikan-menurut-uu-no-20-th-2003-79>.

⁹ Slameto, Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta, 2010, hlm. 2

¹⁰ Tia Fatimah, "Peningkatan kemampuan mengemukakan pendapat melalui teknik debat aktif pada siswa kelas VIII smp negeri 2 jati tujuh kabupaten majalengka jawa barat", <https://core.ac.uk/download/78025622.pdf>

¹¹ Ginting, Kelara Br, Analisis Penyebab Siswa Tidak Mampu Mengajukan Pendapat Di Kelas IV Di Sd Masehi No.4 Kabanjahe T.A 2018/2019, Skripsi Thesis, hal 1, <http://portaluniversitasquality.ac.id:5555/407/>

siswa untuk menjadi pribadi yang berani tanpa harus menerima akan sesuatu baik itu benar atau salah.¹² Hal ini juga sesuai dengan moto peneliti dalam Qs. Asy-Syura: 38 bahwasannya dalam mengemukakan pendapat bahkan adu argument dalam proses tersebut tentunya harus melibatkan ra'yu (akal) agar tercapainya keputusan yang benar dalam memecahkan masalahnya.

Pembelajaran yang efektif akan membantu siswa untuk bertindak secara aktif baik secara fisik, intelektual maupun emosional. Pembelajaran keterampilan berbicara tampaknya masih jauh dari tujuan yang telah direncanakan. Keterampilan bertanya penting dimiliki setiap siswa, di sekolah seharusnya keterampilan bertanya mulai dilatih.¹³ Bertanya adalah kegiatan yang terdapat dalam kehidupan sehari-hari dirumah, di pasar, di perjalanan, di sekolah dan dimana saja selalu terjadi kegiatan bertanya. Hal ini terlihat dalam kegiatan pembelajaran di kelas siswa hanya bisa diam dan tidak berani bertanya tentang apa yang tidak diketahuinya atau menyampaikan pendapat bahkan pada saat guru menjelaskan materi pelajaran dikelas.

Kondisi belajar dimana siswa hanya menerima materi dari pengajar, mencatat, dan menghafalkannya harus diubah menjadi bertukar pengetahuan, mencari pengetahuan, menemukan pengetahuan secara aktif sehingga menjadi peningkatan pemahaman bukan lagi peningkatan ingatan. Agar dapat mencapai tujuan tersebut guru dapat menggunakan pendekatan, strategi, model, atau metode pembelajaran inovatif.¹⁴

Sehubungan dengan hal diatas, remaja merupakan manusia yang juga memiliki kebutuhan akan bersosialisasi terhadap orang lain dan lingkungan sekitar. Remaja dalam menjalani kehidupannya perlu bersosialisasi agar mampu melakukan interaksi dengan orang lain dan mampu beradaptasi. Pada usia remaja, kehidupan mereka lebih banyak dihabiskan di lingkungan sekolah guna menuntut ilmu. Dan pada dasarnya terdapat remaja yang telah memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik, dan juga terdapat remaja dengan kemampuan bersosialisasi yang kurang. Sedangkan pada saat ini, siswa dituntut untuk dapat berperan aktif dalam kegiatan belajar selama berada di sekolah agar proses belajar mengajar menjadi lebih efektif. Seperti yang dijelaskan dalam firman Allah Swt :

وَإِذَا حُيِّبْتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبٌ

Artinya : Dan apabila kamu dihormati dengan suatu (salam) penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik atau balaslah (penghormatan itu yang sepadan) dengannya. Sungguh Allah memperhitungkan segala sesuatu. (Qs. An. Nisa:86)¹⁵

Makna dalam ayat ini adalah sebagai makhluk sosial, manusia dapat saling berinteraksi dan menjalin hubungan yang baik, saling menghormati dengan sesama, serta berkasih sayang.

Menurut Kwastuti dalam Isna Muftiana Yunan dan Denok Setiawati meningkatkan keterampilan sosial remaja yang kurang populer atau kurang aktif penting dilakukan untuk tidak hanya memfokuskan pada perilaku-perilaku yang membuat mereka tidak aktif. Guru perlu mengembangkan keterampilan sosial mereka secara umum, karena mereka mungkin juga kurang memiliki ketrampilan sosial lain dan mengalami kesulitan untuk memahami cara merespon berbagai macam situasi sosial. Kurangnya keterampilan siswa di kelas, salah satunya adalah sikap malu. Malu adalah perasaan yang

¹² Devi Supriyani, "Analisis Perilaku Akademik Siswa Kelas IV Pada Diskusi Pembelajaran PKN SD Se-kecamatan Candi Sari Kota Semarang", <http://lib.unnes.ac.id/24390/1/1401412366.pdf>

¹³ Sukatmi, "Upaya Meningkatkan Keterampilan Berbicara Dengan Media Gambar (Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas V Sd Negeri II Nambangan, Selogiri, Wonogiri)", Skripsi Thesis, Universitas Sebelas Maret, 2009, <https://core.ac.uk/download/pdf/16507061.pdf>.

¹⁴ Handayani, "Meningkatkan Partisipasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Ips Menggunakan Metode Role Playing Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Playen III", Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2013, <https://core.ac.uk/download/33513105.pdf>.

¹⁵ Al-Qur'an Terjemahan. 2015. Departemen Agama RI, Bandung : CV Daurus Sunnah

pada tingkat tertentu dimiliki semua anak, tetapi bila menjadi begitu luas dapat menghambat perkembangan sosial anak. Sikap pemalu pada anak dapat di tangani dengan cukup melalui tanda-tanda seperti menghindari tatapan mata serta sikap bungkam secara verbal atau berdiam diri secara fisik. Anak-anak pemalu sering bicara dengan suara sangat pelan dan ragu-ragu.¹⁶

Pada saat ini, salah satu masalah yang dihadapi dunia pendidikan adalah masalah lemahnya proses pembelajaran Wina Sanjaya dalam Isna Muftiana Yunan dan Denok Setiawati. Dalam proses pembelajaran, seorang guru hendaknya dapat mengembangkan proses pembelajaran aktif, sehingga dapat terwujudnya partisipasi aktif siswa dalam kegiatan belajar mengajar. Dengan adanya partisipasi siswa yang optimal maka pengalaman belajar akan tercapai secara efektif dan efisien. Jadi, proses pembelajaran aktif dapat terlaksana apabila seorang guru dapat berperan aktif dalam melibatkan interaksi dengan siswa selama proses belajar mengajar berlangsung.¹⁷

Pada penelitian ini, obyek yang akan diteliti adalah tentang siswa SMA yang rata-rata berusia 16-17 tahun dan mereka memiliki permasalahan berkenaan dengan mengemukakan pendapat. Permasalahan bagi tiap individu sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, baik permasalahan yang berhubungan langsung dengan dirinya maupun dengan orang lain. Hal itu timbul karena adanya komunikasi yang terhambat. Tiap manusia harus berusaha mengungkapkan perasaan maupun pendapat yang ada dalam dirinya untuk meringankan permasalahan yang dihadapinya, begitupun dengan remaja dan dalam hal ini siswa SMA yang sedang mengikuti pelajaran di kelas. Pendapat tersebut itu dapat diungkapkan baik kepada teman maupun guru saat proses pembelajaran berlangsung.

Kemampuan mengungkapkan pendapat dipengaruhi oleh keterbukaan diri siswa, dan menurut Sujanto dalam Diana Tri Widyaastuti, keterbukaan diri pada siswa dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, masyarakat, dan sekolah.¹⁸ Cara didik keluarga yang dimaksud disini adalah cara didik orang tua. Cara didik orang tua bagi siswa sangat berpengaruh terhadap tingkat keterbukaan diri siswa baik di sekolah. Karena pendidikan pertama yang didapat siswa adalah dari orang tua. Cara didik keluarga yang otoriter dapat mempengaruhi kejiwaan siswa sehingga siswa sulit mengungkapkan perasaannya. Disisi lain, lingkungan masyarakat yang individual mengakibatkan siswa tidak memiliki hubungan antar siswa lain dan hubungan siswa dengan guru bimbingan dan konseling. Hubungan teman sebaya yang kurang baik menyebabkan siswa merasa terkucil, sehingga siswa mengalami kesulitan dalam pergaulan dan menghambat proses pembelajaran baik secara individu maupun kelompok. Hal ini tidak dapat terus dibiarkan, karena siswa membutuhkan proses pembelajaran yang baik agar dapat memaksimalkan kemampuan yang dimilikinya.¹⁹

Teori Kemampuan Mengemukakan Pendapat Teori yang mendasari kemampuan mengemukakan pendapat yaitu teori belajar Konstruktivistik. Teori ini mempercayai kemampuan individu dalam membentuk dan menyusun (mengonstruksi) sendiri pengetahuannya. Siswa didorong untuk belajar sendiri melalui keterlibatan aktif dengan konsep-konsep dan prinsip-prinsip, dan guru mendorong siswa untuk memperoleh pengalaman dan melakukan eksperimen yang memungkinkan mereka menemukan sendiri prinsip-prinsip. Mengetahui adalah proses bukan produk. Hal ini disebabkan pengetahuan merupakan suatu bentuk hasil konstruksi atau bentuk aktif individu itu sendiri.²⁰ Berdasarkan teori ini siswa dapat menumbuhkan kemampuan mengemukakan pendapatnya.

¹⁶ Isna Muftiana Yunan, Denok Setiawati, "Penerapan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 40 Surabaya", Jurnal BK UNNESA, Vol 3, No 6, (2016), hal 3-4, <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/17208>

¹⁷ Ibid

¹⁸ Diana Tri Widyaastuti, "Pelatihan Dasar Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar (Studi Pada Sdn 5 Bangsri Jepara)", <http://lib.unnes.ac.id/6845/1/8508.pdf>.

¹⁹ Eka Sari Setianingsih, "Keterbukaan Diri Siswa (*Self Disclosure*)", Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol 2, No 2, (2015), <http://journal.upgris.ac.id/index.php/EMPATI/article/view/2276/1770>

²⁰ Robert E, Slavin, Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik Edisi Sembilan, (Jakarta: PT. Indeks), 2017, hal 8-1

Didukung pula oleh teori retorika yang dipopulerkan oleh Aristoteles. Menurut Aristoteles, retorika adalah kemampuan retorikan untuk mengemukakan sesuatu, dan dalam penyampaian tersebut, retorikan dapat memberikan efek persuasif kepada para pendengarnya. Aristoteles dalam bukunya “Rhetoric” mengemukakan pengertian retorika, yaitu kemampuan untuk memilih dan menggunakan bahasa dalam situasi tertentu secara efektif untuk mempersuasi orang lain. Didukung pula oleh pendapat dari P. Dori Wuwur Hendrikus, yang menjelaskan bahwa retorika adalah kesenian untuk berbicara baik yang digunakan dalam proses komunikasi antarmanusia. Artinya disini teori retorika berfungsi sebagai teori yang didalamnya berisi tentang bagaimana seorang individu dapat mengemukakan pendapatnya secara baik dan dapat diterima oleh orang yang mendengarkannya. Menurut Aristoteles, keindahan bahasa hanya dapat digunakan untuk 4 hal yaitu, membenarkan (corrective), memerintah (instructive), mendorong (suggestive), serta mempertahankan (deensive). Tradisi retorika dapat menjelaskan baik dalam kontek komunikasi antar personal maupun komunikasi massa.²¹

Menurut Sujanto dalam Kartono dan Kartini, Indikator penghambat peserta didik dalam mengungkapkan pendapatnya yaitu :²²

1. Takut salah dan tidak adanya ruang untuk berpendapat
2. Masih merasa malu dalam mengutarakan pendapatnya pada saat di kelas saat diminta untuk berpendapat atau mengajukan pertanyaan bagi materi yang belum dipahami oleh siswa
3. Mereka tidak mampu untuk mengungkapkan pendapatnya di dalam kelas karena mereka beranggapan bahwa dirinya kurang pintar sehingga siswa akan merasa kurang percaya diri dan sulit untuk mengungkapkan diri saat maju di depan kelas.
4. Memiliki sifat introvert (tertutup), cenderung terlihat diam dan enggan bercerita dengan teman sekelasnya.

Fakta yang ada di lapangan menunjukkan bahwa siswa SMAN 3 Menggala yang berani tampil untuk mengemukakan pendapat pada saat proses pembelajaran masih sangat sedikit khususnya di mata pelajaran sejarah. Permasalahan sedikitnya siswa yang mampu untuk mengemukakan pendapat pada saat proses pembelajaran salah satunya dialami oleh siswa kelas X IPS 1 SMAN 3 Menggala. Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan pada tanggal 10 Oktober 2021 di kelas X IPS 1 pada saat proses pembelajaran, terlihat banyak siswa yang belum mampu berpendapat secara formal di dalam kelas. Siswa cenderung pasif dan kurang berminat untuk mengemukakan pendapat tentang pelajaran yang disampaikan oleh guru baik dalam bentuk bertanya maupun menjawab pertanyaan, mereka beranggapan bahwa dirinya kurang pintar sehingga siswa akan merasa kurang percaya diri dan sulit untuk mengungkapkan diri saat maju di depan kelas. Selain itu siswa yang memiliki sifat introvert (tertutup), cenderung terlihat diam dan enggan bercerita dengan teman sekelasnya. Proses pembelajaran yang seharusnya terdapat interaksi dua arah menjadi interaksi satu arah saja karena banyak siswa yang terkesan kurang berminat atau pasif dalam menerima pelajaran dari guru.²³

Fakta lainnya diperoleh dari hasil wawancara dengan beberapa siswa kelas X IPS 1 di SMAN 3 Menggala. Dari wawancara yang telah dilakukan, sebagian besar siswa mengaku bahwa dirinya jarang mengungkapkan pendapat karena menurut siswa mendengarkan penjelasan dari guru saja sudah cukup sehingga sebagian besar siswa menganggap mengemukakan pendapat di dalam kelas merupakan hal yang tidak perlu untuk dilakukan. Selain itu, terdapat beberapa siswa yang mengungkapkan bahwa dirinya takut menjadi bahan ejekan teman-temannya sehingga dirinya memilih

²¹ Isbandi Sutrisno, Ida Wiendijarti, “Kajian Retorika Untuk Pengembangan Pengetahuan dan Ketrampilan Berpidato“, Vol 12, No 1, (2014), <http://jurnal.upnyk.ac.id/index.php/komunikasi/article/view/359>

²² Kartono, Kartini, Psikologi Anak (Jakarta: Alumni, 2000), 202.

²³ Data Hasil Observasi Awal Peneliti

untuk diam saja dan juga siswa tidak tahu apa yang harus disampaikan ketika diminta untuk mengemukakan pendapat.²⁴

Selain informasi yang diperoleh dari siswa, informasi lain juga diperoleh dari hasil wawancara dengan Ibu Firyal Nabila Shafira, S. Pd selaku guru BK atau pamong peneliti saat melakukan penelitian dan Wali kelas yang mengampu kelas X IPS 1 yaitu Ibu Evitri, S. Pd. I Dari keterangan yang disampaikan oleh guru BK dan Wali Kelas yang mengampu kelas X IPS 1, diketahui bahwa memang sebagian besar siswa kurang begitu aktif ketika kegiatan pembelajaran baik dalam hal bertanya maupun mengemukakan pendapat. Menurut keterangan yang disampaikan oleh guru BK sebagian besar guru di SMAN 3 Menggala dalam kegiatan pembelajaran masih menggunakan metode ceramah sehingga hal tersebut kurang memicu siswa untuk dapat aktif dalam kegiatan pembelajaran.²⁵

Maka berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru BK dan Wali Kelas X di SMAN 3 Menggala diatas masih terdapat peserta didik yang kepercayaan dirinya rendah dalam mengemukakan pendapat saat proses belajar mengajar berlangsung disekolah.

Tabel 1
Data peserta didik dalam mengemukakan pendapat di SMAN 3 Menggala T.A 2021/2022

No	Nama	Indikator			
		Takut salah dan tidak adanya ruang untuk berpendapat	Masih merasa malu dalam mengutarakan pendapatnya pada saat di kelas saat diminta untuk berpendapat atau mengajukan pertanyaan bagi materi yang belum dipahami oleh siswa	Mereka tidak mampu untuk mengungkapkan pendapatnya di dalam kelas karena mereka beranggapan bahwa dirinya kurang pintar sehingga siswa akan merasa kurang percaya diri dan sulit untuk mengungkapkan diri saat maju di depan kelas.	Memiliki sifat introvert (tertutup), cenderung terlihat diam dan enggan bercerita dengan teman sekelasnya.
1.	HSP	√	√	-	√
2.	STM	√	√	√	-
3.	RJSB	√	√	√	√

Sumber : Dari guru BK X IPS 1 di SMAN 3 Menggala

²⁴Data Hasil Wawancara Peneliti Terhadap Peserta Didik SMAN 3 Menggala

²⁵ Data Hasil Wawancara Peneliti Terhadap Guru BK dan Wali Kelas X di SMAN 3 Menggala

Kondisi mengenai siswa kelas X IPS 1 di SMAN 3 Menggala perlu ditingkatkan agar siswa mampu mengungkapkan pendapatnya terhadap setiap individu, terutama saat berada di sekolah. Apabila kemampuan mengungkapkan pendapat siswa tidak ditingkatkan maka dampak yang diperoleh adalah siswa akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan orang lain baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat. Berdasarkan gambaran diatas, masalah kurangnya kemampuan mengemukakan pendapat siswa harus segera diatasi, maka dari itu peneliti berencana memberikan bantuan konseling kepada siswa yang memiliki kemampuan mengemukakan pendapat rendah.

Berdasarkan masalah diatas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat, dengan judul penelitian “Experimentasi Konseling Individu Dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Peserta Didik Kelas X DI SMAN 3 Menggala”.

C. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat teridentifikasi permasalahan yang terjadi dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Terdapat 3 peserta didik dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah dalam mengemukakan pendapat
2. Terdapat 3 peserta didik, 1 diantaranya masih merasa malu dalam pada saat di kelas saat diminta untuk berpendapat atau mengajukan pertanyaan bagi materi yang belum dipahami oleh siswa. Mereka tidak mampu untuk mengungkapkan pendapatnya di dalam kelas karena mereka beranggapan bahwa dirinya kurang pintar sehingga siswa akan merasa kurang percaya diri dan sulit untuk mengungkapkan diri saat maju di depan kelas. Selain itu siswa yang memiliki sifat introvert (tertutup), cenderung terlihat diam dan enggan bercerita dengan teman sekelasnya.
3. Belum adanya penanganan mengenai meningkatkan rasa kepercayaan diri peserta didik dalam mengemukakan pendapat dengan menggunakan Teknik self instruction.

D. Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan tidak menimbulkan perluasan masalah maka peneliti perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, merujuk dari identifikasi masalah maka penulis akan mengkaji “Experimentasi Konseling Individu Dengan Teknik *Self Instruction* untuk meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat peserta didik Kelas X SMAN 3 Menggala”.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, Maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah teknik *Self-Instruction* dapat meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat peserta didik Kelas X di SMAN 3 Menggala? “

F. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah teknik *Self-Instruction* dapat meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat peserta didik Kelas X SMAN 3 Menggala.

G. Manfaat Peneleitian

1. Manfaat Teoritis :

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan banyak ilmu yang bermanfaat khususnya dalam program bimbingan dan konseling dalam bidang pendidikan yakni untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Sangat besar bagi usaha pemantapan arah hidup generasi muda dalam berbagai bidang yang menyangkut ilmu pengetahuan, keterampilan, dan sikap mental dalam masyarakat. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi siswa agar dapat meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat secara optimal.

b. Bagi peneliti

Dapat memberikan pengetahuan, serta pengalaman bagi seorang calon konselor dalam meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini sangat bermanfaat untuk sekolah khususnya untuk meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat peserta didik sehingga peserta didik dapat berani dalam mengemukakan pendapat dalam proses belajar disekolah.

H. Kajian Peneliti Terdahulu

Penelitian ini mengacu pada berbagai literatur yang mendukung sebagai acuan untuk menegaskan dan menguatkan teori yang dipakai dalam penelitian ini. Selain menggunakan buku dan jurnal dari internet, peneliti juga merujuk dari berbagai penelitian terdahulu. Adapun penelitian terdahulu yang digunakan peneliti dalam memperkuat teori dalam penelitian ini yaitu:

Diah Ayu Pratiwi Ningsih, Edy Legowo, dan Rian Rokhmad Hidayat. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling. Memaparkan bahwa Siswa perlu memiliki keterampilan komunikasi lisan dalam proses pembelajaran di kelas untuk mengekspresikan pemikiran atau gagasan mereka secara lisan langsung kepada siswa lain atau gurunya. Komunikasi antara guru dan siswa di dalam kelas merupakan komunikasi interpersonal yang bisa saja terjadi satu arah atau dua arah, bergantung pada respon siswa. Jika siswa bersikap pasif, tanpa ada ekspresi pernyataan atau pertanyaan, maka proses komunikasinya hanya berlangsung satu arah dan implikasinya pembelajaran tersebut tidak efektif. Hal tersebut dapat diartikan bahwa dalam proses pendidikan di sekolah yang berlangsung di dalam kelas proses komunikasi antara guru dengan siswa dinilai tidak efektif apabila siswa hanya mendengarkan pernyataan guru tanpa mengekspresikan pendapatnya dalam bentuk pertanyaan atau diskusi. Subjek penelitian yaitu tiga orang siswa kelas sepuluh yang memiliki keterampilan komunikasi lisan rendah dalam proses pembelajaran. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental menggunakan single case experimental dengan desain A-B. Hasil analisis data kuantitatif dan hasil analisis klinis dapat disimpulkan bahwa teknik instruksi diri efektif untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi lisan siswa dalam proses pembelajaran di kelas. Subjek mampu mereduksi kecemasan yang dialami lewat intruksi diri sehingga tidak merasa cemas lagi dan mampu berkomunikasi lisan dalam proses pembelajaran di kelas. Persamaan antara penelitian ini dengan skripsi penulis adalah sama-sama meneliti tentang meningkatkan mengemukakan pendapat atau kemampuan berkomunikasi lisan, sama-sama menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan sampel peserta didik kelas X. Sedangkan Perbedaan antara penelitian ini dengan skripsi penulis terletak pada jenis penelitian pada Teknik yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, desain penelitian yang berbeda peneliti menggunakan desain penelitian A-B-A dengan penelitian jenis experimental single case experimental.²⁶

²⁶ Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, "Peningkatan Keterampilan Komunikasi Lisan Siswa sebagai Fungsi dari Teknik Instruksi Diri", Vol 2, No 3., Juni-September, (2017): 86-96

Hariadi Ahmad dan Yolana Oktaviani, Jurnal Realita. Memaparkan bahwa Harga diri merupakan satu kesatuan dalam kebutuhan manusia untuk menilai dirinya sebagai sesuatu yang positif maupun negatif. Harga diri yang positif akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna, serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini. Sebaliknya, harga diri yang negatif akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia. Timbulnya harga diri rendah pada siswa adalah bentuk manifestasi dari reaksi emosional yang tidak menyenangkan akibat cara pandang dan penilaian negatif terhadap diri sendiri. Teknik self instruction adalah salah satu teknik di dalam pendekatan Cognitive Behavior Therapy yang bertujuan untuk membentuk ulang pola-pola kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan. Teknik self instruction memiliki keunggulan yaitu selain dapat mengganti pandangan negatif individu menjadi positif, teknik ini juga dapat mengarahkan individu untuk mengubah konsekuensi dirinya agar memperoleh konsekuensi yang efektif dari lingkungan. Individu tidak hanya diajak untuk mengubah pandangannya, tetapi juga diarahkan untuk mengubah perilaku yang lebih efektif. Sampel dalam penelitian ini kelas XI SMK dengan jenis penelitian kuantitatif. Persamaan antara penelitian ini dengan skripsi penulis adalah sama-sama meneliti dengan menggunakan Teknik *self instruction*, sama-sama menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Perbedaan antara penelitian ini dengan skripsi penulis adalah sampel dan objek penelitian, layanan yang diberikan, topik masalah yang berbeda.²⁷

Fani Juliyanto Perdana, Jurnal Edueksos. Memaparkan bahwa percaya diri merupakan indikator yang penting untuk menghasilkan keberhasilan dalam kaitannya dengan aktivitas yang ia lakukan. Akan tetapi ada hal yang tidak bisa dipungkiri bahwa tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh masing-masing individu berbeda-beda, dan hal tersebut dipengaruhi oleh faktor lain disamping proses pendewasaan dirinya sendiri. Percaya diri seorang mahasiswa dalam keaktifannya ketika mengikuti KBM tidak hanya dipengaruhi oleh motivasi sosial tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan dalam pengetahuan yang ia miliki. Menumbuhkan rasa percaya diri adalah hal penting. Cukup membangun rasa percaya diri dalam satu bidang kehidupan, maka hal itu akan menyebar ke semua aspek dalam hidup kita. Terkadang rasa percaya diri bisa muncul secara berlebihan yang mengarah pada kesombongan. Mereka yang merasa rendah diri biasanya berpura-pura memiliki rasa percaya diri yang kuat. Semakin merasa minder, semakin ia tampil dengan rasa percaya diri yang semu. Kurangnya kecerdasan sosial itu membuatnya menjadi orang yang arogan. Populasi dalam penelitian ini adalah mengambil sampel pada mahasiswa tingkat I semester I Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKES Cirebon Tahun Akademik 2018/2019 yang berjumlah 23 mahasiswa, Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Persamaan penelitian ini dengan skripsi penulis yaitu sama-sama meneliti topik permasalahan rendahnya rasa percaya, sedangkan perbedaannya terletak pada topik permasalahan ini tidak berfokus pada satu topik melainkan beragam, jenis penelitian, sampel dan objek penelitian.²⁸

Khairul Amri, Syahniar, dan Herman Nirwana. eJurnal UNP Konselor. Memaparkan bahwa Fenomena yang terjadi di lapangan ada siswa disaat mengemukakan pendapat tidak jelas apa yang disampaikan, gugup, terbata-bata bahkan takut dan cemas bilamana pendapat yang disampaikan tidak diterima guru. Selain itu dari segi bahasa dan penyampaian kalimat masih belum sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Yuni dan Retno mengungkap bahwa melalui strategi pengubahan pola berfikir dalam mengurangi kecemasan siswa mengemukakan

²⁷ Jurnal Realita, "Pengaruh Teknik *Self Instruction* Terhadap Harga Diri Pada Siswa Kelas Xi Di Smk Negeri 1 Lingsar Kabupaten Lombok Barat", Vol 4, No 8., Oktober, (2019): 806-815

²⁸ Jurnal Edueksos, "Pentingnya Kepercayaan Diri Dan Motivasi Sosial Dalam Keaktifan Mengikuti Proses Kegiatan Belajar", Vol 8, No 2., Desember, (2019): 70-87

pendapat, menunjukkan adanya perbedaan yang positif yaitu menurunnya tingkat kecemasan dalam mengemukakan pendapat pada siswa setelah diberikan perlakuan. Salah satu penyebab kurangnya kemampuan mengemukakan pendapat adalah karena kurangnya strategi yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat, maka dari itu dibutuhkan strategi untuk dapat meningkatkan kemampuan siswa mengemukakan pendapat. Salah satunya adalah melalui layanan bimbingan kelompok, hal ini seperti diungkapkan oleh Prayitno yaitu Tujuan umum layanan BKp dan KKp adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam hal ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif. Persamaan penelitian ini dengan skripsi penulis yaitu sama-sama mengambil topic permasalahan meningkatkan kemampuan mengemukakan pendapat. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini terletak pada teknik dalam menyelesaikan masalah penelitian, tipe dan desain penelitian pun berbeda.²⁹

I. Sistematika Penulisan

1. BAB 1 PENDAHULUAN

Dalam bab ini memuat antara lain yaitu penegasan judul, latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan dan sistematika penulisan.

2. BAB II LANDASAN TEORI

Landasan teori memuat secara rinci landasan-landasan teori yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan penelitian.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Didalam metode penelitian terdapat tempat, waktu penelitian dan setting penelitian, metode penelitian, desain penelitian, pemilihan subjek penelitian, pemilihan partisipan, metode pengumpulan data, variabel penelitian, definisi operasional dan analisis data.

4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan pembahasan berisi tentang deskripsi data, analisis data pembahasan penelitian dan keterbatasan penelitian.

5. BAB V PENUTUP

Dalam bab penutup memuat secara rinci simpulan dan rekomendasi

²⁹ Ejournal Unp, "Peningkatan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok", Vol 3, No 2, Juni (2014).

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan yakni Experimentasi Konseling Individu Dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Peserta Didik Kelas X DI SMAN 3 Menggala, dapat ditarik kesimpulan bahwa terjadi perubahan peningkatan dalam kemampuan mengemukakan pendapat pada salah satu peserta didik kelas X di SMAN 3 Menggala setelah diberikan intervensi dengan menggunakan Teknik *self-instruction*. Teknik ini dapat dilaksanakan dengan baik oleh konseli karena dengan senang hati konseli melakukannya tanpa paksaan dari pihak manapun.

B. Rekomendasi

1. Bagi penulis, diharapkan lebih menguasai teknik yang akan dilakukan sebelum penelitian.
2. Hendaknya layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan sebaik mungkin agar mendapatkan hasil yang maksimal
3. Meningkatkan kolaborasi antara guru, wali murid, dan sekolah
4. Kepada pihak guru BK agar lebih dapat menjalin hubungan yang lebih baik lagi dengan peserta didik
5. Bagi peneliti selanjutnya, penulis harap dapat menjadi referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya. Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dalam dunia pendidikan. Terutama di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, UIN Raden Intan Lampung.



DAFTAR RUJUKAN

- Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Refika Aditama, 2007.
- Al-Qur'an Terjemahan. Departemen Agama RI, Bandung : CV Daurus Sunnah. 2015
- Anas Sujuono. *Pengantar Statistic Pendidikan*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2015).
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Yogyakarta: Rineka Cipta 2002.
- Admin disdikpora, "Definisi Pendidikan Menurut UU No.20 Th 2003". Artikel Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga. (diakses pada 6 November 2014).
<https://disdikpora.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/definisi-pendidikan-menurut-uu-no-20-th-2003-79>.
- Ahmad Fadhil, Sahrani. "Kebebasan Berpendapat Dalam Al-Qur'an (Studi Tafsir Al-Maraghi)". *Jurnal Al-Fath*, vol 08, no 02, 2014
- Alfiatun Fitriani Ulfah, Rully Charitas Indra Prahmana, "Single Subject Research, Implementasi Pembelajaran Berbasis Masalah Terhadap Pemahaman Matematis Siswa". *Jurnal Elemen*, Vol. 4 No. 1, 2018, 107.
- Ashabul Khirom. "Peran Guru dan Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran Berbasis Multikultural." *Jurnal Pendidikan Agama Islam* Vol 3. No. 1 Des 2017, h. 78-79.
- Bambang Setiawan, Muhammad Solehuddin, dan Anne Hafina. "Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Self-Regulation Siswa". *KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, Vol 1, No 1, (2019): 01-10. <https://journal.ilinstitute.com/konseling>.
- Dewi Yastin, "Pengaruh Pelaksanaan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Time Token Terhadap Kemampuan Mengemukakan Pendapat Siswa Sd Negeri 41 Mallari Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone". *Artikel Ilmiah*. 2019,
<http://eprints.unm.ac.id/13347/1/ARTIKEL%20DEWI%20YASTIN%20PASCA.pdf>.
- Diana Tri Widyastuti, "Pelatihan Dasar Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar (Studi Pada SDN 5 Bangsri Jepara)". *Skripsi*. 2011, <http://lib.unnes.ac.id/6845/1/8508.pdf>.
- Darminto, *Teori-Teori Konseling Surabaya*: Unesa Universitas Press, 2007.
- Diyah Nur Fauziyyah Amin. "Penerapan Metode Curah Gagasan (Brainstorming) untuk meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Siswa", *Jurnal Pendidikan Sejarah*. Vol. 5, No. 2 Julis 2016, hlm. 4.
- Devina Rahmadiani and Kamaruddin Nur, "Pengaruh Pembelajaran Kontekstual Terhadap Kemampuan Berhitung Pengurangan Pada Siswa Tunagrahita Kelas 4," 2004.
- Eka Sari Setianingsih, "Keterbukaan Diri Siswa (*Self Disclosure*)". *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 2, No 2, (2015), <http://journal.upgris.ac.id/index.php/EMPATI/article/view/2276/1770>.
- Fitri Ardiyani Dewi, Adi Atmoko, Triyono, "Keefektifan Teknik Self Instruction Dalam Konseling Kognitif-Perilaku Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial". *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 01 No. 04 Tahun 2016

- Ferdiana Ika, dkk. "Penerapan Strategi Pembelajaran Student Facilitator and Explaining (SFAE) untuk Meningkatkan Kemampuan Berpendapat dan Berprestasi Belajar Fisika Siswa Kelas XI-IPA SMA Negeri 1 Kalidawir Tulung Agung". Jurnal Online. Universitas Negeri Malang. 2014
- Ginting, Kelara Br, "Analisis Penyebab Siswa Tidak Mampuu Mengajukan Pendapat Di Kelas IVDiSdMasehiNo.4KabanjaheT.A2018/2019". <http://portaluniversitasquality.ac.id:55555/47/>
- Hartono, Boy Soedarmadji, Psikologi Konseling, Jakarta: Kencana, 2012.
- Handayani, "Meningkatkan Partisipasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Ips Menggunakan Metode *RolePlaying* Pada Siswa Kelas VSdNegeriPlayenIII". Skripsi. 2013, <https://core.ac.uk/download/33513105.pdf>.
- Hellen, Bimbingan Dan Konseling, Jakarta: Quantum Teaching, 2005.
- Holipah, The Using Of Individual Counseling Service TO Improve Student's Learning Attitude Anda Habit At The Second Grade Student Of SMP PGRI 6 Bandar Lampung (Journal Counseling, 2011)
- Husaini Usman Dan Purnomo Setiadi Akbar, Jakarta: Bumi Aksara, 1996.
- Isna Muftiana Yunan, Denok Setiawati, "Penerapan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Pada Siswa Kelas VIIISmpNegeri40Surabaya", Jurnal BKUNNE SA, Vol3, No6, (2016), hal3-4, <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bkunesa/article/view/17208>.
- Indah Apria Dzulfour. "Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Menggunakan Model Pembelajaran *Kooperatif Tipe Tgt (Teams Games Tournaments)* Pada Tema Daerah Tempat Tinggalku Di Kelas IvSdn55/1Sridadi", Artikel Ilmiah. <https://repository.unja.ac.id/4821/1/ARTIKEL%20INDAH%20APRIA%20DZULFOUR%20A1D114082.pdf>.
- Juang Sunanto, Dkk. Penelitian Dengan Subyek Tunggal Bandung: UPI Press, 2006
- Konten pembelajaran abad 21 dikenal dengan term 4C (Communication, Collaboration, Critical Thinking and Problem Solving, dan Creativity and Innovation). Kecakapan abad 21 secara global dijabarkan Binkley et.al. (2018) dalam 4 kategori: (a) Cara berpikir: Kreatifitas dan inovasi, berpikir kritis, memecahkan masalah, mengambil keputusan, dan belajar untuk belajar; (b) Cara untuk bekerja: Berkomunikasi dan bekerja sama; (c) Alat untuk bekerja: Pengetahuan umum dan keterampilan teknologi informasi dan komunikasi; (d) Cara untuk hidup: karir, tanggung jawab pribadi dan social termasuk kesadaran akan budaya dan kompetensi. Lihat: Rayinda Dwi Prayogi dan Rio Estetika, Kecakapan Abad 21: Kompetensi Digital Pendidik Masa Depan, Jurnal Manajemen Pendidikan (ISSN: 1907-4034) - Vol. 14, No. 2, Desember 2019: 144-151
- Marini Kartika. "Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik *Low Self Confidence* Pada Pembelajaran Fisika Kelas VII A Smpn 4 Tellulimpoe Kab. Sinjai". 2020. <http://repository.uin-alaudidin.ac.id/14999/1/MARINI%2020600115057.pdf>.
- Meningkatkan Self-regulation Siswa et al., "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Self-Regulation Siswa". Ilmiah Bimbingan Dan Konseling 1, no. 1. 2019. 1–10, <https://doi.org/10.31960/konseling.v1i1.317>.
- Maidar G. Arsjad, Mukti U. S. "Pembinaan Kemampuan Berbicara Bahasa Indonesia". Jakarta :Erlangga. 1988.

- M Ramli, "Hakikat Pendidik dan Peserta Didik". *Tarbiyah Islamiyah*, Vol. 5 No. 1 Juni 2015, h. 70.
- Musaddad Harahap. "Esensi Peserta Didik dalam Perspektif Pendidikan Islam". *Jurnal AT Thariqah*, Vol. 1. No. 2, 2016, h. 1421.
- Meningkatkan Kemampuan Mengenal Huruf Hijaiyah Melalui Media Papan Magnetik Pada Anak Tunagrahita Sedang Kelas VI Slb Karya Padang, "E-JUPEKhu E-JUPEKhu," *Ilmiah Pendidikan Khusus* 5, no. 2 (2016): 115–25, <https://doi.org/http://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu>.
- Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011.
- M. Umar, Sartono, *Bimbingan Dan Penyuluhan*, Bandung: Pustaka Setia, 1998.
- Nila Kusumawati Desak P.E, Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008).
- Narbuko Cholid, Achmadi Abu. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 2010.
- Prayitno, Amti Erman, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008.
- Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, 108.
- Rafika Siregar, "Meningkatkan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Siswa Mwngunakan Strategi Pembelajaran Time Token Pembelajaran IPS Kelas V Sekolah Dasar". Skripsi, 2018
- Suskino, dkk. "Kemampuan dan Sikap Berpendapat Dalam Pembelajaran Klarifikasi Nilai Pada Siswa Sekolah Menengah Atas". *Jurnal SNasPPM*, Universitas PGRI Ronggolawe Tuban. Vol. 3. 2018, hlm. 61.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitaif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2011.
- Slameto, *Belajar dan Faktor- faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta. 2010
- Sukatmi, "Upaya Meningkatkan Keterampilan Berbicara Dengan Media Gambar (Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas V Sd Negeri II Nambangan, Selogiri, Wonogiri)". Skripsi Thesis. 2009. <https://core.ac.uk/download/pdf/16507061.pdf>.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Raja Grafindo, 2011.
- Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Sekolah Dan Madrasah Berbasis Integrasi*.
- Trianto Safaria, *Terapi Kognitif Perilaku Untuk Anak Yogyakarta*: Graha Ilmu, 2007.
- Tia Fatimah, "Peningkatan Kemampuan Mengemukakan Pendapat Melalui Teknik Debat Aktif Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 2 Jati tujuh Kabupaten Majalengka Jawa Barat". *E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 4 Tahun Ke-5 2016*, hlm. 34
- Utami, "Peningkatan kemampuan berpendapat mahasiswa melalui problem base learning (PBL) sebagai pendukung pencapaian kerangka kualifikasi nasional Indonesia (KKNI) pada mata kuliah pragmatik". *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Universitas Negeri Semarang. Vol 32. No 2. 2015. hlm 99
- Wirda Hanim. "Pengaruh Teknik Self-Instructional Dalam Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siwa." *Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 1 (2018): 24–47.