

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK MTSN 3 LAMPUNG
UTARA TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

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

Oleh
Elda Puspita
NPM: 1811080417

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
TAHUN 1444 H / 2023 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK MTSN 3 LAMPUNG
UTARA TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

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

Oleh:

Elda Puspita
NPM: 1811080417

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing 1 : Dr. Oki Dermawan, M. Pd
Pembimbing 2 : Nova Erlina, S.IQ., M. Ed

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
TAHUN 1444 H / 2023 M**

ABSTRAK

Kepercayaan diri belajar adalah sikap positif yang dimiliki oleh seorang individu yang membiasakan dan menampakkannya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain, lingkungan, serta situasi yang dihadapi untuk meraih apa yang diinginkan dalam mencapai penguasaan ilmu pengetahuan. Dalam mengoptimalkan kemampuan peserta didik pada proses belajar, tidak semua peserta didik memiliki kepercayaan diri belajar yang tinggi. Namun terdapat pula peserta didik yang memiliki kepercayaan diri belajar yang rendah seperti yang terjadi di MTSN 03 Lampung Utara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik dengan kelas di MTSN 03 Lampung Utara tahun pelajaran 2022/2023.

Metode penelitian yang digunakan berbentuk *pre experimental design* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan teknik pengumpulan data berupa angket serta desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest posttest design*. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas VIII MTSN 03 Lampung Utara dengan jumlah populasi sebanyak 30 peserta didik dan sampel sebanyak 10 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri belajar rendah.

Berdasarkan data hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri belajar peserta didik setelah melaksanakan bimbingan kelompok teknik *self-instruction* dengan diperoleh hasil *pretest* sebesar 46,1 dengan rata-rata skor 46,1 setelah diberikan *treatment* maka dilakukan *posttest* dan diperoleh hasil 78,1 dengan rata-rata 78,1. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank* sehingga didapatkan nilai Z sebesar -2,810. Pada analisis *Wilcoxon signed rank* diperoleh hasil sebesar $0,005 < 0,05$ (5%), sesuai dengan kriteria *Wilcoxon signed rank* berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok teknik *self-instruction* berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik di MTSN 03 Lampung Utara.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Kepercayaan Diri Belajar.

ABSTRACT

Learning self-confidence was a positive attitude possessed by an individual who habituates and manifests himself to develop a positive assessment both of himself and of other people, the environment, and the situations faced to achieve what was desired in achieving mastery of knowledge. In optimizing students' abilities in the learning process, not all students had high learning confidence. But there are also students who had low learning confidence as happened at MTSN 03 North Lampung. The purpose of this study was to determine the effect of group counseling with self-instruction techniques to increase students' learning confidence with classes at MTSN 03 North Lampung for the 2022/2023 academic year. The research method used was in the form of a pre-experimental design using purposive sampling techniques and data collection techniques in the form of questionnaires and the research design used was one group pretest posttest design. The research subjects were class VIII students of MTSN 03 North Lampung with a total population of 30 students and a sample of 10 students who had low learning confidence.

Based on the research data, it shows that there was an increase in students' learning confidence after carrying out the self-instruction technique group guidance with a pretest result of 461 with an average score of 46.1 after being given treatment, a posttest was carried out and the results are 781 with an average of 78.1. Data were analyzed using the Wilcoxon signed rank test so that a Z value of 2,810 was obtained. In the Wilcoxon signed rank analysis, the results obtained were $0.005 < 0.05$ (5%), according to the Wilcoxon signed rank criteria, meaning that H_0 was rejected and H_1 was accepted. So it could be concluded that self-instruction technique group counseling services had an effect on increasing the learning confidence of students at MTSN 03 North Lampung.

Keywords : Group Counseling, learning confidence.

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama` : Elda Puspita
NPM : 1811080417
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul: **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023”** adalah sepenuhnya adalah karya saya sendiri, adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusunan sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Bandar Lampung, Januari 2023

Yang membuat pernyataan


Elda Puspita
NPM 1811080417



1000
SERBUK BUNTAH
METERAI TEMPEL
E90EAKX341690148



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703289

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023

Nama : Elda Puspita

NPM : 1811080417

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Telah Dimunaqosahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Oki Dermawan, M. Pd

NIP. 19761030200501101

Pembimbing II

Nova Erlina, S. IQ., M. Ed

NIP. 197811142009122003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Ali Murtadho, M. SI

NIP. 197907012009011014



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023**, Disusun oleh: **Elda Puspita**, NPM: **1811080417**, Prodi: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**, telah dimunaqosyahkan pada hari/tanggal: **Kamis, 13 April 2023** pukul **10.00-12.00 WIB**.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Ali Murtadho, M. Si

Sekretaris : Yoga Anjas Pratama, M. Pd

Penguji Utama : Dr. Laila Maharani, M. Pd

Penguji Pendamping I : Oki Dermawan, M. Pd

Penguji Pendamping II : Nova Erlina, S. IQ., M. Ed

**Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



Prof. Hj. Nirva Diana, M. Pd

NIP. 196408281988032002

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

(QS. Ali ‘Imran ayat 139).

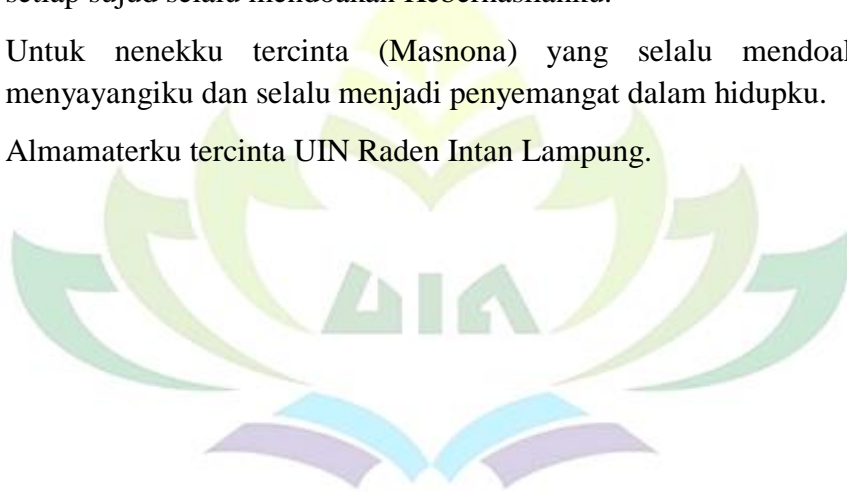


PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Syukur kepada Allah SWT, kupersembahkan ini kepada orang yang selalu menyayangi, menemani dan memberikan makna dalam setiap perjuangan hidupku, terutama bagi:

1. Ayah (Heri Mukti) dan Ibuku (Siti Kholijah) tersayang, yang telah dengan sabar membesarkanku dan membimbingku serta senantiasa dalam setiap sujud selalu mendoakan Keberhasilanku.
2. Untuk nenekku tercinta (Masnona) yang selalu mendoakan dan menyayangiku dan selalu menjadi penyemangat dalam hidupku.
3. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung.



RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Palembang, Sumatera Selatan pada tanggal 27 juni 1998. Peneliti menyelesaikan pendidikan Taman Kanak-kanak Nurul Muttaqin di Kotabumi pada tahun 2006, kemudian pada tahun yang sama peneliti melanjutkan pendidikan di SDN 1 Negeri Sakti di Gunung Labuhan, Lalu melanjutkan pendidikan di SMP 1 Negeri Agung dan lulus pada tahun 2013, kemudian melanjutkan pendidikan di SMAN 1 Sungkai Utara dan lulus pada tahun 2016.

Selanjutnya sebelum peneliti melanjutkan berkuliah peneliti bekerja 2 tahun terlebih dahulu di pabrik yang ada di bogor. Pada tahun 2018 peneliti diterima sebagai mahasiswi UIN Raden Intan Lampung pada fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan Konseling sampai sekarang.

Pada tahun 2021, Peneliti melaksanakan kuliah kerja nyata KKN di kelurahan Padang Ratu Kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara selama 40 hari, kemudian pada tahun yang sama penulis juga melaksanakan praktik mengajar Melalui Program pengalaman lapangan PPL di MIN 3 Bandar Lampung selama 1 bulan.

Selama peneliti menjalankan pendidikan di UIN Raden Intan Lampung ini, banyak kegiatan yang peneliti ikuti salah satunya sering mengikuti seminar-seminar dalam ilmu bimbingan konseling dan ilmu pengetahuan lainnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan ilmu pengetahuan, kekuatan dan petunjuknya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta Didik di MTSN 3 Lampung Utara tahun pelajaran 2022/2023”. Sholawat serta salam diperuntukkan kepada nabi besar Muhammad SAW, para sahabat, keluarga dan pengikutnya yang taat pada ajaran-ajaran agama-Nya. Peneliti menyusun skripsi ini sebagai bagian dari tugas untuk menyelesaikan pendidikan S1 dalam ilmu pendidikan bimbingan konseling fakultas Tarbiyah dan keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam upaya menyelesaikan skripsi ini, peneliti telah menerima banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak serta tidak mengurangi rasa terima kasih atas bantuan semua pihak, sebagai berikut:

1. Prof. Dr. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya.
2. Dr. Ali Murtadho, M.S.I selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
3. Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog selaku sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
4. Dr. Oki Dermawan, M.Pd selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan dengan baik dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Nova Erlina, M. Ed selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan dengan baik dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan khususnya Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, terimakasih atas ilmu yang telah diberikan yang sangat bermanfaat dalam kehidupan.
7. Kepala Sekolah MTSN 03 Lampung Utara yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
8. Nanda Gita Lestari, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di MTSN 03 Lampung Utara yang telah membantu dan meluangkan waktunya dengan ikhlas dan tulus.
9. Sahabat terbaik saya Kurniasih, Arti Efa, Anggraini ramadayanti, Maya Hardianti, Fifi Khairunnisa terima kasih telah menjadi tempat untuk bertukar cerita dan selalu memberikan motivasi dan dorongan dalam belajar serta berkarya.
10. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung yang saya banggakan, yang turut serta dalam perkembangan pribadi saya, telah mendewasakan dalam berfikir, bertindak dan mengambil keputusan.

Bandar Lampung, 22 Desember 2022

Elda Pusita
NPM. 1811080417

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Pengasan Judul	1
a. Konseling Kelompok	1
b. Self Instruction	1
c. Kepercayaan Diri Belajar	2
B. Latar Belakang Masalah	2
C. Identifikasi dan Batasan Masalah	8
D. Batasan Masalah	8
E. Rumusan Masalah	8
F. Tujuan Penelitian	8
G. Manfaat penelitian	8
H. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	9
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Bimbingan dan Konseling Kelompok	12
a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	12
b. Pengertian Layanan Konseling Kelompok	13
c. Perbedaan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok	13
B. Layanan Konseling Kelompok	13
a. Pengertian Layanan Konseling Kelompok	13
b. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	15
c. Tujuan Layanan Konseling Kelompok	15
d. Manfaat Layanan Konseling Kelompok	16
e. Asas-asas yang digunakan dalam konseling kelompok	16
f. Keterampilan Konselor dalam Konseling Kelompok	17
g. Langkah dan Tahapan konseling kelompok	18
h. Komponen Layanan Konseling Kelompok	19
i. Kelemahan dan Kelebihan Konseling Kelompok	20
C. Teknik Self-Instruction	21
a. Pengertian Self-Instruction	21
b. Penerapan Teknik Self-Instruction	21
c. Prosedur Dalam Teknik Self-Instruction	22
d. Tujuan Teknik Self-Instruction	23

e.	Kelebihan dan Kelemahan Teknik Self-Instruction	23
D.	Kepercayaan Diri Belajar	24
a.	Pengertian Kepercayaan Diri Belajar	24
b.	Ciri-ciri Percaya Diri dan Tidak Percaya Diri	26
c.	Aspek-aspek Kepercayaan Diri Belajar	28
d.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Belajar	28
e.	Proses Terbentuknya Kepercayaan Diri Belajar	29
f.	Teknik-teknik untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Belajar	29
g.	Peranan Kepercayaan Diri dalam Pembelajaran	30
E.	Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik.....	31
F.	Kerangka Berpikir.....	31
G.	Hipotesis	32
BAB III	METODE PENELITIAN.....	34
A.	Jenis dan Sifat Penelitian	34
B.	Desain Penelitian.....	34
C.	Variabel Penelitian	36
D.	Definisi Operasional	36
E.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	37
a.	Populasi	37
b.	Sampel.....	38
c.	Teknik Sampling	38
F.	Teknik Pengumpulan Data	38
a.	Metode Kuesioner/Angket.....	38
b.	Wawancara.....	40
c.	Observasi.....	40
d.	Dokumentasi	40
G.	Instrumen Pengumpulan Data.....	40
a.	Uji Validitas	42
b.	Uji Realibilitas Instrumen.....	43
H.	Teknik Analisis Data	43
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A.	Hasil Penelitian	45
a.	Deskripsi Data	45
b.	Pelaksanaan Pemberian Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self- Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik.....	46
B.	Uji Hipotesis Wilcoxon	55
C.	Pembahasan	56
BAB V	PENUTUP.....	59
A.	Kesimpulan	59
B.	Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1.....	8
Tabel 2.....	42
Tabel 3.....	45
Tabel 4.....	45
Tabel 5.....	47
Tabel 6.....	51
Tabel 7.....	59
Tabel 8.....	60
Tabel 9.....	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.....	37
Gambar 2.....	39
Gambar 3.....	42
Gambar 4.....	52
Gambar 5.....	60
Gambar 6.....	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Lembar Pengesahan Seminar Proposal
2. Surat Penelitian
3. Balasan Surat penelitian
4. Rencana Pelaksanaan Layanan
5. Angket Kepercayaan Diri Belajar
6. *Pretest* seluruh populasi
7. *Pretest* Kelompok
8. *Posttest* Kelompok
9. Hasil Uji Validitas
10. Hasil Uji Reliabilitas
11. Hasil Uji Wilcoxon
12. Grafik Peningkatan Kepercayaan Diri Belajar
13. Dokumentasi Kegiatan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Pengasan Judul

Guna memperjelas serta menjauhi kesalah pahaman interpretasi dalam menguasai judul skripsi ini, maka dari itu penulis ingin menerangkan secara singkat. Judul skripsi ini ialah “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 03 Lampung Utara”. Adapun istilah-istilah yang harus dijelaskan sebagai berikut:

a. Konseling Kelompok

Menurut James.F. Adams konseling adalah suatu hubungan timbal balik antara dua orang individu dimana konselor membantu konseli, agar konseli dapat lebih baik memahami dirinya dalam hubungannya dengan masalah – masalah hidup yang dihadapinya pada waktu sekarang dan yang akan datang.¹

Adapun pengertian kelompok menurut Bales merupakan sejumlah individu yang saling berinteraksi secara tatap muka dalam dinamika kelompok. Tiap-tiap anggota kelompok saling menerima persepsi anggota lain pada waktu tertentu dan saling bertanya serta menjawab pertanyaan. Yang membuat anggota kelompok beraksi sebagai reaksi individual.²

Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Disana ada konselor dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya minimal dua orang) Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah kumpulan dari beberapa individu yang memiliki tujuan yang sama saling berinteraksi satu sama lain serta memecahkan masalah secara bersama agar mampu menghadapi masalah dimasa kini dan masa mendatang. Gazda berpendapat konseling kelompok merupakan suatu sistem layanan bantuan yang amat baik untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi, pencegahan, dan menangani konflik-konflik antar pribadi atau pemecahan masalah.³

b. Self Instruction

Menurut Setiawan teknik *self instruction* merupakan salah satu dari teknik teori *cognitive behavior modification* yang menerapkan pola

¹Febrini Deni, “Bimbingan Konseling,” *Yogyakarta: Teras*, 2011.

²Bambang Syamsul Arifin, “Dinamika Kelompok” (Pustaka Setia, 2015).

³A A Adhiputra, “Konseling Kelompok: Perspektif Teori Dan Aplikasi” (Media Akademi, 2015).

verbalisasi diri. Teknik *self instruction* merupakan cara mengelola diri dengan adanya instruksi-instruksi positif dan menghilangkan instruksi negatif. Tujuan *self instruction* untuk mengembangkan perangkat belajar dalam memberikan kontrol diri.⁴

Self Instruction yakni metode verbalisasi diri dengan mengamati instruksi negative menjadi instruksi positif lewat berbagai tahapan guna mengubah perilaku menjadi lebih baik. Teknik ini merupakan teknik yang berasal dari teori *cognitive-behavior modification*⁵. Teknik *self instruction* ini dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada anak yang kesulitan memahami diri sendiri, susah beradaptasi di lingkungannya dan takut untuk berinteraksi dengan siapapun.

c. Kepercayaan Diri Belajar

Percaya diri merupakan kepercayaan pada diri sendiri baik itu tingkah laku emosi serta kerohanian yang bersumber dari hati nurani guna bisa melaksanakan seluruhnya yang cocok dengan kemampuannya agar terpenuhi kebutuhan hidup supaya hidup lebih bermakna⁶. Keyakinan atau kepercayaan diri tercipta lewat proses belajar seseorang dalam interaksinya dengan lingkungannya. Dalam interaksi tersebut seseorang menemukan umpan balik yang bisa berbentuk reward serta punishment. Dengan pengalaman-pengalaman tersebut seseorang bisa menemukan cerminan tentang siapa dirinya, dan hal ini disebut juga dengan konsep diri.⁷

Kepercayaan diri peserta didik mempunyai peran yang sangat signifikan dalam kegiatan belajar. Jika peserta didik dalam belajar mempunyai kepercayaan diri yang tinggi maka hasil yang diperolehnya akan maksimal⁸. Berdasarkan definisi-definisi dari judul yang telah diuraikan diatas maka peneliti merasa tepat untuk meneliti judul tersebut yaitu **"Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023"**.

B. Latar Belakang Masalah

Pada era modern seperti sekarang ini pendidikan menjadi kebutuhan yang sangat penting bagi manusia. Melalui pendidikan manusia dapat mengembangkan potensinya secara maksimal, menambah pengetahuan dan pembentukan nilai-nilai sikap maupun kepribadian yang baik untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya. Pendidikan merupakan wadah untuk mencapai pertumbuhan dan

⁴Rizki Ailulia and Aan Widiyono, "Studi Kasus: Penangan Masalah School Refusal Melalui Teknik Self Instruction Pada Anak Sekolah Dasar," *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)* 7, no. 1 (2021): 29–38.

⁵Nia Prisma Angela, "Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self-Instruction* dalam Mengurangi Glossophobia Peserta Didik SMPN2 Kubug," 2021.

⁶Zulfriadi Tanjung and Sinta Amelia, "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 2, no. 2 (2017).

⁷Budi Andayani and Tina Afiatin, "Konsep Diri, Harga Diri, Dan Kepercayaan Diri Remaja," *Jurnal Psikologi* 23, no. 2 (1996): 23–30.

⁸Iffa Dian Pratiwi and Hermien Laksmiwati, "Kepercayaan Diri Dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri CEX," *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 7, no. 1 (2016): 43–49.

perkembangan bangsa, seperti yang telah tertulis di dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 (SISDIKNAS), yaitu:

”Pendidikan nasional berperan meningkatkan keahlian serta membentuk sifat dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik agar tercipta manusia yang beriman serta bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta jadi warga negeri yang demokratis dan bertanggung jawab”.⁹

Proses pendidikan tidak terlepas dari proses belajar, keberhasilan seorang dalam proses pembelajaran dipengaruhi oleh sebagian perihal antara lain intelegensi, karakter, area rumah serta area sekolah. Sekolah merupakan lembaga formal yang berperan penting dalam setiap proses pendidikan peserta didik baik dalam mengembangkan kapasitas intelektualnya serta belajar bersosialisasi dengan lingkungannya. Seperti dijelaskan dalam Al-Quran Surah Al-Hujurat ayat 13 yang berbunyi:

يٰۤاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ لِتَعَارَفُوْۤا
اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّٰهِ اَتْقٰىكُمْ اِنَّ اللّٰهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ

Artinya : “*Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal. (Q.S. Al-Hujurat [58]: 13)*”

Bersumber pada ayat diatas dipaparkan jika individu satu dengan yang lainnya terus saling mengenal maka semakin terbuka kesempatan agar saling memberikan manfaat. Perkenalan itu diperlukan guna bersama menarik pelajaran serta pengalaman pihak lain, dan meningkatkan ketakwaan kepada Allah SWT. Oleh sebab itu, makna dari ayat tersebut mengajarkan kita bahwa manusia merupakan makhluk sosial dan menekankan perlunya hubungan sosial yang baik. Sosialisasi sangat berarti dalam perihal mengurangi keintiman serta kesepian sosial remaja.

Salah satu prediksi yang bisa menimbulkan kesepian merupakan mempunyai teman yang lebih sedikit di sekolah serta di luar lingkungan sekolah. Peserta didik yang mempunyai ikatan sosial yang baik mungkin mengalami peningkatan pemahaman diri serta kerjasama. Disaat bersosialisasi, sebagian besar orang memperoleh teman serta peserta didik mungkin memperoleh teman

⁹Tim Redaksi Sinar Grafika, “Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003,” Jakarta: Sinar Grafika, 2007.

baru apabila mereka akan membangun kepercayaan diri dalam membela apa yang mereka anggap benar ataupun benar. Peserta didik yang mempunyai keahlian dalam berbicara serta membentuk teman lebih cenderung meningkatkan ikatan yang positif.¹⁰

Peserta didik yang masih duduk di kelas VIII SMP dikategorikan sebagai remaja awal dalam kisaran usia 11-15 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak dan dewasa yang mencakup beberapa perubahan seperti perubahan biologis, kognitif dan emosional. Di masa inilah remaja memulai tahap pencarian jati diri dengan melibatkan aspek kepercayaan diri, aspek ini memiliki pengaruh besar terhadap terbentuknya kepribadian peserta didik. Dengan kata lain kepercayaan diri menjadi faktor penentu keberhasilan atau kegagalan peserta didik dalam mencapai tujuannya.

Kepercayaan diri merupakan rasa yakin pada kemampuan sendiri dalam mencapai suatu tujuan. Menurut Hakim keyakinan diri ialah sesuatu kepercayaan seorang terhadap seluruh suatu yang jadi aspek kelebihan yang dipunyai serta kepercayaan tersebut buatkan merasa sanggup guna menggapai bermacam tujuan hidup serta bisa membiasakan diri dengan lingkungannya. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, maka sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai suatu tujuan yang ia inginkan tercapai.¹¹

Kepercayaan diri sebagai keyakinan seseorang pada kemampuan mereka untuk melakukan yang terbaik. Itu dianggap sebagai kapasitas seseorang untuk memaksimalkan kepercayaan diri sampai batas terjauh, yang "terbaik." Hal ini didefinisikan sebagai menyadari kemampuan seseorang dan percaya pada nilai seseorang sebagai individu.

Selain itu, telah ditemukan bahwa peserta didik yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi cenderung lebih menerima tantangan dan memiliki keinginan yang lebih besar untuk belajar.¹² Keyakinan diri merupakan sesuatu perilaku serta kepercayaan pada diri sendiri pada keahlian yang dimilikinya serta timbul sebab terdapatnya perilaku positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak butuh ragu- ragu dalam mengambil keputusan serta tidak terpengaruh oleh orang lain.¹³

Rasa ragu-ragu merupakan gejala kurang memiliki kepercayaan diri. Hakim menyebutkan beberapa ciri-ciri orang yang kurang memiliki rasa

¹⁰Moneva Jerald and Villegas Honey Me, "Number Of Friends in School and The Level Of Self-Confidence Of The Students," *International Journal of Research-Granthaalayah* 8, no. 1 (2020): 277–86.

¹¹Ifdil Ifdil, Amandha Unzilla Denich, and Asmidir Ilyas, "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 2, no. 3 (2017): 107–13.

¹²Quiana Althea Blanco et al., "Probing on the Relationship between Students' Self-Confidence and Self-Efficacy While Engaging in Online Learning amidst COVID-19," *Journal La Edusci* 1, no. 4 (2020): 16–25.

¹³Tika Nurul Ramadhani and Flora Grace Putrianti, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir," *Jurnal Spirits* 4, no. 2 (2014): 22–32.

kepercayaan diri meliputi: mudah cemas saat menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu seperti ulangan, sering menyendiri dari kelompok yang dianggap lebih darinya, mudah putus asa, bergantung pada orang lain dalam menyelesaikan masalah, sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah.¹⁴ Selanjutnya Lauster mengemukakan bahwa sikap remaja yang menunjukkan rendahnya kepercayaan diri memiliki indikator antara lain tidak bebas mengemukakan pendapat, memiliki sikap ragu-ragu, perasaan rendah diri, cenderung menghindari lingkungan yang kurang percaya dengan kemampuannya.¹⁵

Dengan demikian sikap ragu-ragu, mudah cemas, menyendiri, mudah putus asa, selalu bergantung dengan orang lain dan lain sebagainya merupakan ciri-ciri dari kurangnya rasa percaya diri peserta didik dalam belajar. Hal ini dapat terjadi karena peserta didik tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya yang menyebabkan peserta didik selalu merasa kurang percaya diri dalam belajar. Akan tetapi peserta didik yang akan menjadi generasi penerus bangsa yang baik harus memiliki rasa percaya diri belajar yang tinggi dalam menghadapi era pendidikan yang semakin berkembang. Seperti yang telah dijelaskan dalam Al-Quran Surah Az-Zumar ayat 53 yang berbunyi:

﴿ قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ

يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴿١٣﴾

Artinya: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampai batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (Q.S. Az-Zumar [39]: 13)"

Ayat diatas menegaskan kita untuk tidak mudah putus asa dan berlarut-larut dalam masalah, yakin bahwa Allah SWT selalu bersama kita hanya dia yang tidak pernah meninggalkan kita sedikitpun. Allah SWT juga yang telah melampangkan hatimu setelah kesempatan di dalam hidup, sungguh merupakan suatu anugrah bagi orang-orang yang berfikir. Hal ini selaras dengan kepercayaan diri bahwa kita sebagai makhluk yang lemah harus senantiasa optimis, tidak mudah berputus asa, dan tidak ragu-ragu, karena ragu-ragu merupakan salah satu penyebab yang akan menimbulkan rasa kurang percaya diri dengan kemampuan sendiri terutama dalam belajar bagi peserta didik.

¹⁴Togiaratua Nainggolan, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna Napza: Penelitian Di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi," *Sosio Konsepsia: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial* 16, no. 2 (2011): 161–74.

¹⁵Marini Kartika, "Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Low Self Confidence Pada Pembelajaran Fisika Di Sekolah SMPN 4 Tellulimpoe Kabupaten Sinjai" (Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2019).

Tentunya didalam proses belajar mengajar tidak semua peserta didik memiliki tingkat kepercayaan diri yang sama, ada yang tinggi dan rendah. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah biasanya akan merasa takut untuk aktif dikelas, merasa sangat malu bila ditunjuk untuk maju didepan kelas, tidak percaya dengan kemampuannya, selalu bertanya ketika ujian akibatnya hal tersebut dapat menghambat dialaminya melalui dinamika kelompok, disamping itu peserta didik juga dapat membiasakan diri memberikan pendapatnya. Dengan demikian melalui layanan konseling kelompok ini diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam bagi peserta didik.

Seperti halnya yang telah disampaikan oleh guru BK di MTS Negeri 03 Lampung Utara dalam wawancara yaitu ibu Nanda Gita Lestari, S.Pd:

“ Untuk peserta didik disini terkait masalah kepercayaan diri belajar itu bisa dilihat ketika berlangsungnya proses pembelajaran didalam kelas. Di setiap kelas peserta didik memiliki kepercayaan diri belajar yang bervariasi, ada yang kepercayaan diri belajarnya tinggi dan rendah, tetapi lebih banyak yang rendahnya misalnya ketika guru memberikan kesempatan bertanya atau menyampaikan pendapat mereka memilih diam, mereka merasa malu dan ragu untuk tampil didepan kelas alasanya mereka takut diolok-olok oleh teman lainnya, ragu untuk menyampaikan ide-ide dalam diskusi kelompok, memilih menyontek saat ujian alasanya karena tidak yakin dengan jawaban sendiri dan merasa jawaban teman benar, karena tidak berani bertanya saat tidak memahami pelajaran membuat mereka tidak optimal saat mengikuti pembelajaran di kelas, dan mereka menganggap bahwa kelas mereka memang tempat sisa-sisa seleksi dari murid lainnya. Jadi mereka merasa walaupun belajar yang baik pun mereka tidak akan dianggap bisa menyaingi kelas yang lebih dulu, ini menurut penuturan anak yang ada di kelas paling akhir.”¹⁶

Hal ini memperkuat hasil dari pra penelitian yang peneliti lakukan di MTS Negeri 3 Lampung Utara. Dengan melihat beberapa indikator yang dikembangkan dari teori Angelis tentang aspek-aspek individu yang memiliki kepercayaan diri, sebagai berikut:

Tabel 1
Kepercayaan Diri Belajar Yang Rendah Pada Peserta Didik Kelas VIII F
MTSN 3 Lampung Utara

No	Indikator	Sub Indikator	Jumlah Peserta Didik
1	Tingkah Laku	Bersosialisasi dengan baik dan membuka diri	8
2	Emosi	1. Pantang menyerah dan	7

¹⁶Nanda Gita Lestari, wawancara dengan peneliti, MTSN 3 Lampung Utara,

		mempunyai sikap optimis 2. Berpikir positif	2
3	Spiritual	Meyakini takdir tuhan	3

Sumber: Hasil Penyebaran Angket saat Pra-Penelitian 19 November 2022

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa peserta didik kelas VIII F MTSN 3 Lampung Utara yang berjumlah 29 peserta didik, terdapat 20 peserta didik yang memiliki masalah tentang kepercayaan diri belajar. Hal ini terlihat dari tabel diatas dimana terdapatnya 8 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah pada aspek tingkah lakunya, lalu terdapat 9 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah pada aspek emosi, dan terdapat 3 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah pada aspek spiritual.

Bagi peserta didik sikap percaya diri itu sangat penting agar permasalahan diatas tidak terjadi, jika masalah ini dibiarkan berlalu maka yang mungkin yang terjadi peserta didik tidak dapat mengembangkan potensinya menimbulkan hasil prestasi belajarnya rendah. Untuk itu salah satu upaya yang penulis lakukan agar peserta didik dapat meningkatkan kepercayaan diri belajarnya yaitu dengan pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*. Dengan pemberian layanan konseling kelompok dapat memberikan ruang bagi peserta didik dan anggota lainnya agar interaksi yang baik dapat tercapai dengan dapat percaya diri mengemukakan gagasan atau ide, berbagi pengalaman, serta dapat mengambil keputusan untuk mengubah tingkah lakunya.

Selain itu pentingnya memiliki kepercayaan diri peserta didik dilakukan dalam berbagai cara. Peserta didik yang memiliki kesadaran terhadap diri telah menyiapkan niat untuk belajar di jenjang yang lebih tinggi. Kepercayaan diri adalah termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi jalan peserta didik untuk terus melanjutkan pendidikannya ke arah yang lebih tinggi. Percaya diri berpengaruh terhadap perkembangan pendidikan dan karier peserta didik di masa depan.¹⁷

Dari beberapa teknik yang terdapat di dalam konseling kelompok, penulis memilih untuk menggunakan teknik *Self-Instruction* dalam penelitian ini. *Self-Instruction* merupakan satu dari beberapa teknik pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang dikembangkan oleh Donald Meichenbaum. Meichenbaum mengatakan bahwa teknik *Self-Instruction* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri.¹⁸ Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **”Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self-**

¹⁷ Richard Sheldrake, “Students’ Intentions towards Studying Science at Upper-Secondary School: The Differential Effects of under-Confidence and over-Confidence,” *International Journal of Science Education* 38, no. 8 (2016): 1256–77. Hal. 62

¹⁸Zuni Eka Khusumawati, “Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi Dan Self-Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya” (State University of Surabaya, 2017).

***Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023”.**

C. Identifikasi dan Batasan Masalah

Dengan memperhatikan latar belakang masalah diatas terdapat 20 peserta didik dengan permasalahan kepercayaan diri belajar yang telah teridentifikasi sebagai berikut:

- a. Terdapat 8 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah pada aspek tingkah laku di MTS Negeri 3 Lampung Utara.
- b. Terdapat 9 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah pada aspek emosi di MTS Negeri 3 Lampung Utara.
- c. Terdapat 3 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah pada aspek spiritual di MTS Negeri 3 Lampung Utara.

D. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang timbul, maka perlu adanya pembatasan masalah. Hal ini disesuaikan dengan judul penelitian yang akan diteliti agar apa yang hendak dicapai dalam penelitian ini dapat terarah. Maka peneliti membatasi masalah pada Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka permasalahan yang telah dirumuskan penulis yaitu: “ Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Instruction* berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023”?

F. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok menggunakan teknik *self-instruction* terhadap tingkat kepercayaan diri pada peserta didik MTSN 3 Lampung Utara Tahun Pelajaran 2022/2023.

G. Manfaat penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah hasil penelitian dapat memberikan pengetahuan tentang pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat dijadikan sebagai salah satu sumber bacaan serta informasi dalam mengkaji masalah yang relevan dengan hasil penelitian.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak antara lain:

- a. Bagi pihak sekolah, sebagai bahan pertimbangan pada tingkat kepercayaan diri belajar peserta didik. Agar ketika pelaksanaan konseling

- kelompok di sekolah dapat berjalan secara optimal dan sesuai dengan yang diharapkan.
- b. Bagi guru bimbingan dan konseling, mendapatkan pengetahuan mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok bagi peserta didik mengenai kepercayaan diri dalam belajar.
 - c. Bagi peserta didik, dapat memahami tentang kepercayaan diri dalam belajar, sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik.
 - d. Bagi peneliti, dapat menambah pengetahuan dan pengalaman baru yang berharga, yang mana pengalaman tersebut menjadi bekal penulis sebagai calon konselor.
 - e. Bagi jurusan, melalui penelitian ini dapat menambah koleksi kajian bimbingan dan konseling tentang layanan konseling kelompok.

H. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian relevan yang berkaitan dengan judul mengenai kepercayaan diri belajar dan konseling kelompok teknik *self-instruction* yang dilakukan oleh:

- a. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kasa Fiorentika, Djoko Budi Santoso, Irene Maya Simon, dengan judul “Keefektifan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Siswa SMP”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP, dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dan rancangan penelitian *Pre Eksperimental Design*. Hasil penelitian menunjukkan ada lima siswa yang mempunyai tingkat kepercayaan diri rendah. Siswa tersebut diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*, siswa diberikan pretest-posttest untuk mengukur keefektifan teknik yang diberikan. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri setelah mengikuti konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu terlihat pada tujuan yang ingin dicapai.¹⁹
- b. Selanjutnya Penelitian lainnya dilakukan oleh Ardhaneswari Habiba, Denok Setiawati, S.Pd.,M.Pd.,Kons, Drs. Moch. Nursalim, M.Si, Drs. Titin Indah Pratiwi, M.Pd. dengan judul “ Penerapan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri ketika Pelajaran *Retell Story* pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 CEPU”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan teknik *self-instruction* pada siswa kelas VIII SMPN 5 CEPU. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket, dan menggunakan rancangan pre-eksperimen berupa *pre-test* dan *post-test on group design*. Hasil penelitian membuktikan bahwa sebelum mendapat perlakuan penerapan *self-instruction* skor kepercayaan diri siswa ketika pelajaran *retell story* termasuk kategori rendah,

¹⁹Kasa Fiorentika, Djoko Budi Santoso, and Irene Maya Simon, “Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP,” *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 3 (2016): 104–11.

tetapi setelah memperoleh perlakuan maka skor kepercayaan diri siswa kelas VIII SMPN 5 Cepu meningkat, sehingga bisa dikatakan memiliki kepercayaan dengan kategori yang sedang. Maka kesimpulan dari penelitian diatas bahwa penerapan *self-instruction* dapat memberikan peningkatan dalam hal kepercayaan diri pada siswa kelas VIII A dan B ketika pelajaran *retell story*. Perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan ialah terletak pada jenis statistik yang digunakan serta tujuan dalam melakukan penelitian.²⁰

- c. Kemudian penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Yunita Puspita Sari, Wardatul Djannah, Ulya Mahmudah. Dengan judul penelitian yaitu “Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik SMP”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas SMP, penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen kasus tunggal desain A-B, teknik pengumpulan data menggunakan angket, observasi, dan wawancara. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik dan analisis klinis dengan hasil analisisnya menyatakan bahwa pada masing-masing subjek mengalami kenaikan kepercayaan diri pada kegiatan belajar oleh karena itu hal ini menunjukkan ada perbedaan antara pengukuran data fase baselin dengan pengukuran data pasca intervensi tentang kepercayaan diri peserta didik, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah teknik *self-instruction* efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Perbedaan antara penelitian tersebut dan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu terletak pada jenis statistik yang digunakan yaitu statistik klinis, serta subjeknya yang akan diteliti berbeda dan dan tujuan dalam penelitian pun berbeda.²¹
- d. Dan juga penelitian lainya dilakukan oleh Susilawati, R. Ika Mustika, Ecep Supriatna. Dengan judul penelitian yang diteliti adalah “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan *Adversity Quotient* Pada Siswa Underachiever”. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui implementasi, respon guru dan siswa serta kendala-kendala yang dialami siswa pada saat melaksanakan penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *adversity quotient* pada siswa *underachiever*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian diperoleh bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat digunakan untuk meningkatkan *adversity quotient* pada siswa *underachiever* di kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Garut. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* dapat meningkatkan *adversity quotient* pada siswa

²⁰Ardhaneswari Habiba et al., “Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 Cepu,” *Jurnal BK Unesa* 3, no. 1 (2013): 187–95.

²¹Yunita Puspita Sari, Ulya Mahmudah, and Wardatul Djannah, “Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik SMP,” *Consilium: Jurnal Program Studi Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2017).

underachiever. Hal yang membuat penelitian ini berbeda dengan penelitian yang akan diteliti yaitu pada metode yang digunakan yaitu metode deskriptif dan tujuan yang akan dicapai.²²

- e. Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Pradita Arisgi Werhadiantiwi dengan judul penelitian “Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Mengurangi Tingkat Glossophobia Pada Siswa Kelas XI IPS-1 di SMA Negeri 1 Gedangan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk mengurangi tingkat *glossophobia* yang dialami siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket *glossophobia* dan teknik analisis data yaitu statistik non parametric dengan uji jenjang wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor yang signifikan dari *glossophobia* yang dialami pada 5 subjek. Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian tersebut yaitu adanya perbedaan yang signifikan pada skor tanggung *glossophobia* pada siswa antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* kelompok yaitu dengan melihat hasil analisis data yang digunakan dengan menggunakan Uji jumlah jenjang wilcoxon, hal yang membedakan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu terletak pada tujuan penelitian dan subjek penelitian.²³

²²Susilawati Susilawati, R Ika Mustika, and Ecep Supriatna, “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan ADVERSITY QUOTIENT PADA SISWA UNDERACHIEVER,” *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)* 4, no. 1 (2021): 1–12.

²³Mahasiswa Jurusan PPB-FIP-Unesa, “PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUKMENGURANGI TINGKAT GLOSSOPHOBIA PADA SISWA KELAS XI IPS-1 DI SMA NEGERI 1 GEDANGAN,” n.d.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan dan Konseling Kelompok

Menurut Tolbert, bimbingan adalah seluruh program atau semua kegiatan dan layanan dalam lembaga pendidikan yang diarahkan untuk membantu individu agar mereka dapat menyusun dan melaksanakan rencana serta melakukan penyesuaian diri dalam semua aspek kehidupannya sehari-hari.²⁴ Sebenarnya konseling merupakan salah satu teknik atau layanan di dalam bimbingan, tetapi teknik atau layanan ini sangat istimewa karena sifatnya yang lentur atau fleksibel dan komprehensif. Konseling merupakan salah satu teknik dalam bimbingan, tetapi merupakan teknik inti atau teknik kunci. Hal ini dikarenakan konseling dapat memberikan perubahan yang mendasar, yaitu mengubah sikap. Sikap mendasari perbuatan, pemikiran, pandangan dan perasaan, dan lain-lain.²⁵

Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan pelayanan bantuan yang diberikan kepada peserta didik agar mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal dan juga mengembangkan diri dalam kehidupan pribadi, sosial, karier, serta kemampuan belajarnya.

a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Prayitno mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu peserta didik menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan berdampak positif bagi peserta didik yang nantinya dapat mengubah perilaku yang menyimpang. Selain itu apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik, maka anggota kelompok saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus.²⁶

Sedangkan layanan bimbingan kelompok menurut Sukardi yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.²⁷

²⁴Fenti Hikmawati, *Bimbingan Dan Konseling* (Rajawali Press, 2016). Hlm. 1

²⁵*Ibid.* hlm. 2

²⁶Nurdjana Alamri, "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015)," *Jurnal Konseling GUSJIGANG* 1, no. 1 (2015).

²⁷Lukas Pangestu Adityawarman, "Peran Bimbingan Kelompok Dalam Perencanaan Karir Siswa," *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 2, no. 2 (2021): 165–77.

Menurut Prayitno bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok. Kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.²⁸ Sedangkan menurut Mamat Supriatna bimbingan kelompok merupakan pemberian layanan oleh konselor kepada peserta didik melalui kelompok-kelompok kecil. Bimbingan ini ditujukan untuk merespons kebutuhan dan minat para peserta didik.²⁹

Berdasarkan definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan secara kelompok yang menjadikan anggota kelompok secara bersama-sama mendapatkan informasi atau bahan dari konselor untuk dijadikan sebagai penunjang kehidupan baik di bidang pribadi, sosial, karir.

b. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Pengertian konseling kelompok secara umum ialah pemberian bantuan kepada sekelompok siswa baik yang sudah ditentukan jumlahnya maupun yang sudah terbentuk apa adanya. Konseling kelompok menurut Sukardi adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.³⁰

c. Perbedaan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok

Rochman Natawidjaja membedakan pengertian bimbingan kelompok dengan konseling kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk memberikan informasi seluas-luasnya kepada klien supaya mereka dapat membuat rencana yang tepat serta membuat keputusan yang memadai mengenai hal-hal yang berkaitan dengan masa depannya. Bimbingan, lebih cenderung bersifat pencegahan. Pada gilirannya, konseling merupakan upaya bantuan kepada individu dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, selain bersifat pencegahan, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan (remediation).³¹

B. Layanan Konseling Kelompok

a. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Konseling merupakan ikatan tatap muka yang bertabiat rahasia, penuh dengan perilaku penerimaan serta pemberian peluang dari konselor kepada klien, konselor mempergunakan pengetahuan serta keterampilannya guna menolong kliennya menanggulangi permasalahan.³² Sedangkan kelompok ialah kumpulan dari dua orang ataupun lebih yang mempunyai motif ataupun

²⁸ Erman Amti, "Prayitno. Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling" (Jakarta: Rineka Cipta, 2013). Hal. 99

²⁹ Mamat Supriatna, "Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kompetensi," *Jakarta: Rajawali Pers*, 2011.

³⁰ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Disekolah* (Rineka Cipta, 2016).

³¹ Uray Herlina, "Teknik Role Playing Dalam Konseling Kelompok," *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial* 2, no. 1 (2015): 94–107.

³² Abu Bakar M Luddin, *Dasar Dasar Konseling* (Perdana Publishing, 2010).

tujuan yang sama sehingga melaksanakan interaksi(baik yang berhubungan sangat intensif ataupun tidak terdapat sama sekali) sehingga membentuk kelompok dengan tiap- tiap tujuannya.³³

Menurut Dina dan Irwan konseling kelompok ialah upaya intervensi konseling lewat kelompok. Tujuan dari konseling merupakan mengentaskan permasalahan sehingga konseling kelompok pula menolong mengentaskan permasalahan dengan menggunakan kelompok. Tetapi, konseling kelompok bukan cuma sebatas menolong mengentaskan permasalahan, terdapat aspek berarti lainya yang didapat oleh anggota kelompok dalam konseling kelompok.³⁴

Dengan demikian konseling kelompok merupakan pemberian bantuan dari seorang ahli yaitu konselor dengan menggunakan keterampilan yang dimilikinya dengan tujuan meningkatkan kemampuan dan keberanian klien untuk pemecahan permasalahan bersama-sama atau secara berkelompok. Berikut beberapa definisi para ahli mengenai konseling kelompok, diantaranya:

Layanan konseling kelompok pada dasarnya merupakan layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam keadaan kelompok. Disitu terdapat konselor serta terdapat klien, ialah para anggota kelompok. Dimana pula terdapat pengungkapan serta uraian permasalahan klien, penelusuran sebab-sebab munculnya permasalahan, upaya pemecahan permasalahan, aktivitas penilaian serta tindak lanjut.³⁵

Layanan konseling kelompok ialah upaya pembimbing maupun konselor menolong memecahkan masalah- masalah individu yang dirasakan oleh tiap- tiap anggota kelompok lewat aktivitas kelompok supaya tercapai pertumbuhan yang maksimal. Dengan memakai konseling kelompok serta menggunakan dinamika kelompok, hingga proses konseling kelompok dilaksanakan hendak berjalan dengan terbuka guna mengulas serta memecahkan permasalahan individu yang dirasakan oleh tiap- tiap anggota kelompok..³⁶

Berdasarkan dari beberapa definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Layanan ini juga lebih menekankan pada

³³M S DR. Namora Lumonga, *Konseling Kelompok*, 1st ed. (Jakarta: Kencana, 2017).

³⁴Dina Hajja Ristianti and Irwan Fathurrochman, *Penilaian Konseling Kelompok* (Deepublish, 2020).

³⁵Nasrina Nur Fahmi and Slamet Slamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman," *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 13, no. 2 (2016): 69–84.

³⁶Rifda El Fiah and Ice Anggralisa, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat TP 2015/2016," *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 2, no. 2 (2015): 43–56.

pengembangan diri peserta didik, dengan cara membantu mendorong pencapaian tujuan perkembangan peserta didik, yang bertujuan agar peserta didik mampu meningkatkan kemampuan pribadi, terampil dalam mengambil keputusan, terampil dalam memecahkan masalahnya.

b. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok memiliki dua fungsi, yang paling utama yaitu fungsi kuratif atau pengentasan masalah. Fungsi preventif atau pencegahan terjadinya masalah, namun tidak hanya itu konseling kelompok dapat juga bersifat preservative atau (memilih) klien dapat melaksanakan fungsinya di masyarakat mungkin dalam bentuk pengalaman hidupnya. Bagi peserta didik, konseling kelompok bisa sangat berguna, karena lewat interaksi dengan anggota- anggota kelompok. Mereka hendak mengembangkan bermacam keahlian yang pada intinya menambah keyakinan diri dan keyakinan terhadap orang lain.

Mengingat dalam suasana konseling kelompok mereka bisa jadi merasa lebih gampang membicarakan persoalan- persoalan yang mereka hadapi dari pada konseling individual yang hanya menerima sumbangan pikiran dari anggota ataupun konselor. Pada dasarnya tujuan dari konseling kelompok ini adalah untuk membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya dengan tujuan perubahan perilaku kearah yang diinginkan, sebagai contoh mulanya peserta didik memiliki kepercayaan diri yang rendah sehingga dapat menimbulkan dampak dalam proses belajarnya di kelas misalnya merasa malu saat presentasi, memilih menyontek karena tidak percaya dengan jawabanya sendiri, dan lain sebagainya. Oleh karena itu dengan adanya konseling kelompok ini peserta didik dapat mengalami perubahan tingkah laku sehingga meningkatkan kepercayaan diri.

c. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Di dalam kegiatan konseling kelompok terdapat dinamika kelompok, hal ini menjadikan tujuan umum dari kegiatan konseling kelompok yaitu berkembangnya kemampuan peserta didik dalam sosialisasi dan komunikasi. Layanan konseling kelompok memiliki tujuan seperti halnya layanan bimbingan dan konseling yang lainnya, sebagai berikut:

1. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara didepan banyak orang
2. Melatih anggota kelompok agar memiliki rasa simpati, toleransi dan lain sebagainya dengan anggota kelompok lainnya
3. Dapat mengembangkan keterampilan pengentasan permasalahan- permasalahan kelompok.

Adapun tujuan konseling kelompok menurut Prayitno meliputi:

1. Mampu berbicara dimuka orang banyak
2. Mampu mengutarakan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan.
3. Belajar menghargai pendapat orang lain
4. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakanya
5. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi

6. Dapat bertenggang rasa
7. Menjadi akrab satu sama lain
8. Dapat saling membantu memecahkan masalah pribadi yang dikemukakan dalam kelompok (khusus konseling kelompok).³⁷

d. Manfaat Layanan Konseling Kelompok

Beberapa manfaat konseling kelompok dapat ditemukan bahwa selain pencapaian tujuan yang intensional, terjadi pula semacam manfaat tambahan (nurturant impacts/benefits) dari konseling kelompok. Melalui konseling kelompok:

1. Seseorang mengemukakan hal-hal yang paling penting baginya dapat pula mengidentifikasi bersama orang lain yang memiliki permasalahan yang sama, meningkatkan kesadaran diri melalui perolehan balikan yang ikhlas dan jujur dari orang lain, dan belajar menghormati perbedaan individual dan belajar mempertahankan keunikannya sendiri.
2. Memperoleh balikan yang cepat dari anggota kelompok dan pimpinan kelompok mengalami suatu kesempatan untuk menguji suatu perilaku baru. Belajar tentang persepsi orang lain kepadanya, meningkatkan kesadaran dirinya dan memfokuskan perhatian kepada aspek kehidupan yang diubahnya, dapat pula menguji responnya terhadap perasaan dan pengalaman orang lain yang dapat meningkatkan kesadaran dirinya.
3. Meningkatkan kepercayaan diri, mengembangkan kepercayaan yang cukup besar untuk bersikap terbuka dan jujur untuk membuka menyatakan kepedulian dan perasaan.³⁸ Terlebih dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar dengan bantuan guru pembimbing dan dikoordinasikan dengan wali kelas maupun guru mata pelajaran.

e. Asas-asas yang digunakan dalam konseling kelompok

Menurut prayitno terdapat asas-asas yang digunakan dalam layanan konseling kelompok yaitu sebagai berikut:

1. Asas kerahasiaan
Segala sesuatu yang dibahas muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui anggota kelompok dan tidak disebarluaskan keluar kelompok.
2. Asas kesukarelaan
Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal pembentuk kelompok oleh pemimpin kelompok. Kesukarelaan terus menerus dibina melalui upaya pemimpin kelompok mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan konseling kelompok.
3. Asas keterbukaan
Anggota kelompok secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu.
4. Asas kekinian

³⁷*Ibid*

³⁸SUCI PRASASTI, "Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Wanita Di Balai Rehabilitasi Wanita Surakarta," 2019.

Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini.

5. Asas kenormatifan

Asas kenormatifan dipraktikkan berkenan dengan cara-cara berkomunikasi dan tata krama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengenai isi bahasa.³⁹

f. Keterampilan Konselor dalam Konseling Kelompok

Menurut Corey dan Culley keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor dalam konseling kelompok atau disebut konselor kelompok adalah sebagai berikut:

1. Mendengarkan dengan aktif (active listening) yaitu meliputi aspek verbal dan non verbal dalam komunikasi tanpa melakukan penilaian atau evaluasi.
2. Menyatakan kembali (restating), yaitu menyatakan dengan kalimat yang berbeda apa yang telah dikemukakan klien dengan maksud untuk menjelaskan.
3. Mengklasifikasi (clarifying), yaitu menjelaskan esensi pesan, baik pada tingkat perasaan maupun pikiran; menyederhanakan pernyataan klien dengan memfokuskan pada inti pesan.
4. Meringkas (summarizing), yaitu merangkum elemen-elemen penting selama interaksi atau sesi konseling berlangsung.
5. Bertanya (questioning), yaitu menyatakan dengan pertanyaan terbuka untuk menimbulkan eksplorasi diri tentang “apa” dan “bagaimana” suatu perilaku terjadi.
6. Menginterpretasi (interpreting), yaitu memberikan penjelasan terhadap berbagai perilaku, perasaan dan pikiran.
7. Mengkonfrontasi (confronting), yaitu “menantang” klien untuk melihat diskrepansi antara kata-kata yang diucapkan dengan tindakan atau bahasa tubuh dan komunikasi verbalnya; menunjukkan informasi atau pesan yang saling bertentangan.
8. Merefleksikan perasaan (reflecting feelings), yaitu mengkomunikasikan pemahaman isi perasaan.
9. Memberikan dukungan (supporting), yaitu menyediakan dorongan dan penguatan.
10. Memberikan empati (empathizing), yaitu mengidentifikasi klien berdasarkan kerangka berpikir klien.
11. Memfasilitasi (facilitating), yaitu membuka komunikasi yang jelas dan langsung dalam kelompok, membantu anggota kelompok meningkatkan tanggung jawabnya terhadap arah kelompok.
12. Mengawali (initiating), yaitu melakukan tindakan untuk menciptakan partisipasi kelompok dan memperkenalkan aturan-aturan dalam kelompok.

³⁹Emi Indriasari, “Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas Xi Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015,” *Jurnal Konseling GUSJIGANG* 2, no. 2 (2016).

13. Menetapkan tujuan (goal setting), yaitu merencanakan tujuan khusus bagi proses kelompok dan membantu anggota menentukan tujuan yang konkrit dan bermakna.
14. Memberikan evaluasi (evaluating), yaitu mengamati jalannya proses kelompok dan dinamika individu serta dinamika kelompok.
15. Memberikan umpan balik (giving feedback), yaitu mengekspresikan reaksi yang konkrit dan jujur berdasarkan pengamatan terhadap perilaku anggota.
16. Memberikan sugesti (suggesting), yaitu menyediakan saran dan informasi, arahan dan ide-ide perilaku baru.
17. Memberikan perlindungan (protecting), yaitu melindungi anggota dari resiko psikologis yang tidak diperlukan dalam kelompok.
18. Memberikan kesempatan penyingkapan diri (disclosing oneself), yaitu menyatakan reaksi pada kejadian di sini dan saat di dalam kelompok.
19. Percontohan (modeling), yaitu mendemonstrasikan perilaku yang diinginkan melalui tindakan.
20. Memberikan kesempatan diam (dealing with silence), yaitu refraining (berhenti beberapa saat) dari komunikasi verbal. Blocking, yaitu menghentikan perilaku yang kontra produktif dalam kelompok.
21. Terminasi (terminating), yaitu mempersiapkan kelompok untuk mengakhiri suatu sesi.⁴⁰

g. Langkah dan Tahapan konseling kelompok

Menurut Gladding terdapat empat langkah utama yang harus ditempuh dalam melaksanakan konseling kelompok, yaitu : (The Transition Stage in a Group); 3) langkah kerja (The working Stage in a Group); dan 4) langkah terminasi (Termination of a Group).⁴¹

1. Tahap awal kelompok (*Beginning a Group*)

Proses utama selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Pada awalnya tahap ini akan diwarnai keraguan dan kekhawatiran, namun juga harapan dari partisipan. Namun apabila konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahap ini hendak memunculkan kepercayaan terhadap kelompok. Langkah- langkah pada tahap dini kelompok merupakan: Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih, Berdoa, Menjelaskan pengertian konseling kelompok, Menjelaskan tujuan konseling kelompok, Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok, Menjelaskan asas- asas konseling kelompok serta Melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

2. Tahap Peralihan/Transisi (*The Transition Stage in a Group*)

Tujuan tahap ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap dini. Konselor perlu menguasai karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi. Langkah- langkah pada sesi peralihan: Menjelaskan

⁴⁰Tina Afiatin, Subandi Subandi, and Haryanto Haryanto, "Efektivitas Pelatihan Program Kelompok 'Aji' Pada Guru Bimbingan Dan Konseling," *Jurnal Psikologi UGM* 27, no. 1 (n.d.): 127033.

⁴¹Kadek Suhardita, "Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Penelitian Quasi Eksperimen Pada Sekolah Menengah Atas Laboratorium (Percontohan) Upi Bandung Tahun Ajaran 2010," *Taklim* 103 (n.d.).

kembali kegiatan konseling kelompok, Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut, Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan menanggulangi suasana tersebut dan Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

3. Tahap Kegiatan/Kerja (*The working Stage in a Group*)

Pada sesi ini terdapat proses penggalian kasus yang mendalam serta tindakan yang efisien. Menerangkan permasalahan individu yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok. Langkah- langkah pada sesi aktivitas merupakan:

- a) Mempersilakan anggota kelompok buat mengemukakan permasalahan individu masingmasing secara bergantian.
- b) Memilih/ menetapkan permasalahan yang hendak dibahas terlebih dulu.
- c) Mengulas permasalahan terpilih secara tuntas.
- d) Selingan.
- e) Menegaskan komitmen anggota yang perkaranya sudah dibahas apa yang akan dicoba berkenaan dengan terdapatnya ulasan demi terentaskan perkaranya.

4. Tahap Pengakhiran (Termination of a Group)

Pada sesi ini penerapan konseling disyarati dengan anggota kelompok mulai melaksanakan pergantian tingkah laku di dalam kelompok. Langkah- langkah pada tahap pengakhiran merupakan:

- a) Menerangkan kalau aktivitas konseling kelompok hendak diakhiri
- b) Anggota kelompok mengemukakan kesan serta memperhitungkan kemajuan yang dicapai tiap- tiap.
- c) Mengulas aktivitas lanjutan.
- d) Pesan dan asumsi anggota kelompok.
- e) Perkataan terima kasih
- f) Berdoa dan perpisahan.⁴²

h. Komponen Layanan Konseling Kelompok

Komponen yang harus dimiliki dalam kelompok meliputi pemimpin kelompok dan anggota kelompok sebagai berikut:

1. Pemimpin Kelompok

Menurut Prayitno, pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri. Dalam hal ini pemimpin kelompok adalah konselor, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan layanan konseling kelompok.

2. Anggota Kelompok

Anggota kelompok juga sangat menentukan tujuan proses bimbingan konseling. Ada berbagai macam konseli yang terdapat dalam konseling kelompok.konselor harus peka terhadap karakteristik konseli seperti apakah yang sesuai dengan konseling kelompok. atau bagaimana

⁴²Fahmi and Slamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman."

menyatukan konseli agar kompak dan memberikan umpan balik yang positif.⁴³

i. Kelemahan dan Kelebihan Konseling Kelompok

Menurut Winkel kelemahan layanan konseling kelompok yaitu suasana dalam kelompok boleh jadi dirasakan satu dua anggota konseling kelompok sebagai pelaksanaan moral untuk membuka isi hatinya seperti banyak teman lain. Padahal mereka belum siap atau belum bersedia untuk sebegitu terbuka dan jujur, lebih-lebih apabila hal-hal yang akan dikatakan terasa memalukan bagi dirinya sendiri. Pribadi satu dua anggota konseling kelompok mungkin kurang mendapatkan perhatian dan tanggapan sebagaimana mestinya, karena perhatian kelompok berfokus pada masalah umum atau karena perhatian kelompok terpusat pada persoalan pribadi konseli yang lain, maka satu dua konseli tidak merasa puas.

Menurut Wibowo kelebihan layanan konseling kelompok sebagai suatu layanan pemberian pada individu yang sedang berkembang dalam mencapai perkembangan yang optimal, kemandirian dan kebahagiaan adalah sebagai berikut.

1. Kepraktisan dalam waktu singkat guru pembimbing dapat berhadapan dengan sejumlah peserta didik untuk membantu peserta didik sesuai dengan kebutuhan.
2. Perubahan perilaku, dalam hal ini anggota konseling kelompok akan belajar untuk berlatih tentang perilaku baru yakni adanya latihan (konseling kelompok) untuk mengubah perilaku yang kurang memuaskan menjadi lebih memuaskan.
3. Komunikasi yang efektif, layanan konseling kelompok juga merupakan kesempatan yang luas untuk berkomunikasi dengan anggota lain mengenai kebutuhan dalam rangka mengembangkan diri, membahas masalah anggota konseling kelompok, dan juga adanya kebebasan untuk mengekspresikan perasaan, menunjukkan perhatian anggota lain dan belajar untuk meningkatkan kepercayaan pada orang lain.
4. Mempelajari keterampilan sosial, dalam hal ini konseling kelompok akan saling belajar untuk berhubungan pribadi dengan lebih dalam. Anggota kelompok dapat belajar memberikan umpan balik, meniru anggota lain yang telah terampil, dapat belajar dari pemimpin konseling kelompok, dapat melakukan konfrontasi secara tepat dengan memperhatikan perhatian secara sungguh-sungguh pada anggota lain.
5. Saling memberi dan menerima bantuan, dengan adanya saling memberi dan menerima bantuan serta empati yang tulus akan menumbuhkan harga diri, keyakinan diri dan suasana yang positif diantara anggota. Sehingga setiap anggota akan merasa diterima dan dimengerti. Belajar lebih memahami orang lain dan menghargai kepribadian orang lain.

⁴³Nanda Gita Lestari, "EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF PERILAKU DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PESERTA DIDIK SAAT PRESENTASI DI MTS ISMARIA ALQUR'ANIYYAH BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018/2019" (UIN Raden Intan Lampung, 2019). h. 22.

Mebutuhkan bertukar pikiran dan berbagi rasa dengan anggota lain, yang mudah berbicara tentang dirinya, dan dapat mengambil manfaat diri, umpan balik yang diberikan anggota lain. Disamping itu juga bagi peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengungkapkan permasalahan maka dalam suasana layanan konseling kelompok dapat memungkinkan bagi peserta didik tersebut untuk mengungkapkan permasalahannya secara leluasa.⁴⁴

C. Teknik Self-Instruction

a. Pengertian Self-Instruction

Teknik *Self-Instruction* adalah salah satu metode cognitive behavior modification yang juga merupakan bentuk dari pendekatan konseling CBT. Metode *Self- instruction* atau metode instruksi dikembangkan oleh Donald Meichenbaum pada tahun 1977. Donald Meichenbaum menjelaskan bahwa instruksi diri merupakan bentuk dasar dari restrukturisasi kognitif yang berfokus pada perubahan verbalisasi diri.

Meichenbaum juga menduga jika sebagian sikap maladaptif dipengaruhi oleh bayangan irasional yang menimbulkan verbalisasi diri yang tidak pas. Metode ini menolong orang mengubah apa yang jadi asumsi mereka tentang diri mereka sendiri.⁴⁵ Instruksi diri merupakan intervensi yang mengharuskan peserta didik belajar bagaimana menggunakan pernyataan positif untuk mengarahkan perilakunya sendiri. Ini berfokus pada memberikan tanggung jawab untuk instruksi daripada mengandalkan guru atau fasilitator.

Selain itu, instruksi diri adalah pendekatan kognitif-perilaku guna pengendalian diri dimana peserta didik diajarkan untuk menggunakan ucapan tersembunyi (didalam hati) untuk memodifikasi perilaku mereka sendiri. Peserta didik dapat diajarkan dan juga dapat belajar menggunakan pernyataan positif untuk mengendalikan perilaku mereka sendiri.⁴⁶ Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik *self-instruction* merupakan teknik yang dapat mengubah pemikiran individu akan kondisi dan keadaan yang sulit agar merasa lebih baik.

b. Penerapan Teknik Self-Instruction

Safaria memaparkan terdapat 3 metode dalam menerapkan metode self instruction, sebagai berikut:

1. Metode non direktif ialah dengan memberikan instruksi kepada konseli, setelah itu konseli mencobanya secara berulang- ulang melalui aktivitas serta verbalisasi.
2. Metode interaktif yang dipasangkan dengan metode kontrol diri semacam monitoring diri, penilaian diri, serta penguatan diri.

⁴⁴Qory Nur Selvia Asri, "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Kelompok Di Smk Negeri 1 Kalianda" (UIN Raden Intan Lampung, 2021). h. 49-51

⁴⁵Khusumawati, "Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi Dan Self-Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya."

⁴⁶Nkechi A Abodike and G U Unachukwu, "Effect of Self-Instruction on Attitude to Lying Among Secondary School Students in Anambra State," *Journal of Guidance* 4, no. 2 (2020): 108–13.

3. Metode pelaksanaan modeling, imitasi, serta eksekusi. Yaitu konselor mula- mula mencontohkan, setelah itu konseli menirukannya bersama konselor, sehabis konseli sanggup hingga konseli diinstruksikan untuk mengerjakannya sendiri.⁴⁷

Dalam penerapan teknik *self-instruction* pada peserta didik, dilakukan dengan jujur oleh peserta didik peserta didik tanpa membohongi diri sendiri. Misalnya ketika peserta didik ditanya oleh guru mengenai suatu mata pelajaran yang dibahas, contohnya “ Apakah masih ada yang belum paham dan bisa menjelaskan kesimpulan materi hari ini di depan?” maka sikap peserta didik harus berusaha merespon dengan baik dan tidak takut untuk menjawab yang sebenarnya bahwa peserta didik paham atau tidaknya mengenai materi yang telah disampaikan. Dalam hal ini peserta didik harus berusaha menginstruksikan diri agar dapat memberanikan diri maju kedepan kelas untuk menjelaskan kesimpulan dari apa yang telah disampaikan atau bertanya jika masih ada yang belum dipahami.

Bryant & Budd berpendapat bahwa metode *self-instruction* ialah teknik yang sesuai digunakan dalam menangani suatu hal yang berkaitan dengan emosional serta sikap konseli. Dengan memakai metode ini diharapkan peserta didik sanggup mengubah cara berpikirnya, serta sanggup mengendalikan diri gangguan yang dialaminya.⁴⁸

c. **Prosedur Dalam Teknik *Self-Instruction***

Dalam menggunakan teknik Self-Instruction, ada beberapa prosedur yang harus dilakukan agar intervensi yang dilakukan efektif. Prosedur penggunaan teknik Self-Instruction dalam menangani kepercayaan diri diarahkan untuk restrukturisasi sistem berpikir (*core beliefs*) melalui perubahan pola verbalisasi diri (*self statement*) yang positif sehingga lebih adaptif. Prosedur penggunaan Self-Instruction pada awalnya digunakan oleh Meichenbaum dan Goodman untuk menangani anak yang impulsif. Selanjutnya prosedur teknik Self-Instruction dapat diadaptasi untuk menangani masalah orang dewasa dengan beragam masalah. Berikut prosedur untuk melakukan Self-Instruction dalam menangani kepercayaan diri:

- a. **Cognitive Modeling.** Ialah konselor melakukan demonstrasi instruksi diri dengan suara yang keras. Hal yang penting adalah ungkapan diri (*self-statement*) yang cocok untuk anak. Misalkan Saya pasti bisa mengendalikan diri saya untuk semangat belajar. Pertama saya harus sabar dalam berbagai situasi. Saya pasti bisa melakukannya.
- b. **Overt external guidance.** Ialah konseli melakukan verbalisasi seperti yang konselor lakukan di bawah instruksi konselor. Pada tahapan ini, kata-kata yang diinstruksikan harus sama dengan yang konselor contohkan seperti di atas. Konselor melakukan instruksi secara langsung, mengarahkan dan

⁴⁷Kartika, “Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Low Self Confidence Pada Pembelajaran Fisika Di Sekolah SMPN 4 Tellulimpoe Kabupaten Sinjai.”

⁴⁸Lorrie E Bryant and Karen S Budd, “Self-instructional Training to Increase Independent Work Performance in Preschoolers,” *Journal of Applied Behavior Analysis* 15, no. 2 (1982): 259–71.

memperbaiki kesalahan konseli dalam mempraktekkan perilaku yang diinstruksikan.

- c. Overt self-guidance. Ialah konseli melakukan perbuatan (performance) yang tepat saat melakukan verbalisasi diri dengan suara yang keras. Pada tahapan ini, konseli melakukan pengulangan verbalisasi diri seperti yang dimodelkan oleh konselor sampai melibatkan perilaku yang tepat.
- d. Faded overt self-guidance. Ialah konseli menunjukkan perbuatan dan perilaku yang tepat saat membisikan perkataan instruksi diri. Konseli melakukan pengulangan tugas seperti yang diinstruksikan dan memuji diri sendiri lebih banyak secara lembut.
- e. Covert Self-Instruction. Akhirnya pada tahapan ini, konseli akan terbiasa untuk melakukan instruksi secara tersembunyi dan mampu melakukan perilaku yang tepat.⁴⁹

d. Tujuan Teknik Self-Instruction

Menurut Cormier dan Nurius tujuan dari teknik *self-instruction* yaitu untuk dapat membentuk ulang pola- pola kognitif, asumsi- asumsi, keyakinan- keyakinan, serta penilaian- penilaian irasional, mengganggu serta menyalahkan diri sendiri. Konselor bisa menguji ulang kepercayaan peserta didik terhadap diri mereka dengan bermacam metode persuasi verbal serta kegiatan yang diberikan secara berulang- ulang hingga pada kesimpulannya peserta didik bisa melaksanakannya untuk diri sendiri.⁵⁰

e. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Self-Instruction

Sleight mengemukakan kelemahan dan kelebihan teknik *self-instruction* dalam konteks psikoterapi Beberapa kelebihan dari teknik self-instruction antara lain :

1. Efisien dalam hal waktu dan biaya. Sekali rangkaian intervensi *self-instruction* dikembangkan, hanya sedikit waktu yang dibutuhkan untuk memeliharanya. Terapis dapat menggunakan waktunya untuk melatih dan mengawasi klien ketika melakukan self-instruction namun tetap memiliki waktu untuk melakukan proyek pelatihan lain.
2. Teknik *self-instruction* dapat mencakup rentan yang luas dalam hal permasalahan klien.
3. Teknik *self-instruction* memungkinkan klien untuk memegang kendali dalam hal pemberian instruksi. Jenis kendali dapat beragam, mulai dari kendali sederhana terhadap langkah- langkah instruksi, kendali untuk menentukan tujuan terapi sampai pada kendali untuk menentukan materi instruksi yang mereka butuhkan.

Selain kelebihan kelebihan yang telah dikemukakan diatas terdapat pula beberapa kelemahan dari teknik *self-instruction* diantaranya:

⁴⁹ Edward Steven Shapiro and Christine L Cole, *Behavior Change in the Classroom: Self-Management Interventions* (Guilford Press, 1994).

⁵⁰Fiorentika, Santoso, and Simon, "Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP."

1. Kurangnya kesempatan bagi terapis untuk memfasilitasi pembelajaran melalui pembagian gagasan dalam kelompok atau antara satu klien dengan klien lain.
2. Teknik *self-instruction* mensyaratkan kemampuan yang lebih dalam diri klien untuk memberi instruksi kepada dirinya sendiri bukan hanya mengandalkan instruksi dari terapis, oleh karena itu klien harus memotivasi diri mereka sendiri untuk memulai dan melanjutkan instruksi. Hal tersebut merupakan tugas yang cukup berat bagi terapis maupun klien untuk mempertahankan motivasi sampai sesi intervensi berakhir.
3. Instruksi yang diberikan dalam intervensi menggunakan teknik *self-instruction* biasanya bersifat statis tidak beradaptasi dengan kemajuan yang dicapai klien. Berdasarkan penelitian terapis yang intelijen dapat menyesuaikan instruksi yang diberikan dengan kebutuhan klien pada tiap sesinya, akan tetapi hal tersebut tidak mudah dilakukan.⁵¹

D. Kepercayaan Diri Belajar

a. Pengertian Kepercayaan Diri Belajar

Kepercayaan diri ialah aspek kepribadian manusia yang penting guna menjadi sarana untuk mengaktualisasikan kemampuan yang dimiliki. Melalui kepercayaan diri tersebut kesuksesan dan keberhasilan hidup seseorang bisa diprediksikan. Orang yang rasa yakin dirinya rendah hendak hadapi hambatan- hambatan dalam hidupnya, baik dalam berhubungan dengan orang lain ataupun dalam pekerjaan.⁵²

Menurut Lauster kepercayaan diri merupakan sesuatu sikap ataupun perasaan percaya atas keahlian yang dipunyai sehingga orang yang bersangkutan tidak begitu khawatir dalam tiap aksi, bisa leluasa melakukan hal- hal yang disukai serta bertanggung jawab atas seluruh perbuatan yang dilakukan serta sopan dalam berhubungan dengan orang lain. Sedangkan menurut Surya kepercayaan diri merupakan sesuatu cerminan pemikiran serta perasaan kepercayaan, kesanggupan ataupun keberanian seorang terhadap keahlian diri yang dimilikinya, meliputi keahlian intelektual, perilaku, perasaan, kekuatan fisik serta penampilan diri. Pembentukan keyakinan diri ini sangat tergantung pada suara hati yang dipengaruhi oleh gabungan kepercayaan karakteristik fisik, psikologis, sosial, aspirasi, prestasi, serta bobot emosional yang menyertainya.⁵³

Menurut Afiatin dan Andayani kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri biasanya menganggap bahwa dirinya mampu melakukan segala sesuatu yang

⁵¹Anggi Azzi Purnama, "Self-Instruction Training Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Sekolah Menengah Atas," *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 2, no. 1 (2019): 127–42. h. 139-140.

⁵²Muhamamad Busro, *Teori-Teori Manajemen Sumber Daya Manusia* (Prenada Media, 2018).

⁵³Herawati Herawati, "PENGARUH PERHATIAN ORANGTUA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMPN 2 BUA" (UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO, 2022).

dihadapinya dengan kemampuan yang dimilikinya. Adapun Willis menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.⁵⁴

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu bentuk sikap positif seseorang terhadap dirinya sendiri, sehingga dapat menerima dirinya secara utuh, merasa nyaman, serta berani dalam mengambil resiko. Dengan kepercayaan diritersebut individu mampumemposisikan segala situasi dengan positif, dan dirinya juga akan merasa mampu untuk mencapai berbagai macam tujuan dalam hidupnya. Dalam Q.S Ali-Imran Ayat 139 Allah SWT berfirman:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. (Q.S Ali-Imran ayat 139)”

Berdasarkan ayat diatas dapat dipahami bahwasanya Allah tidak ingin hambanya terpuruk dalam kelemahan dan kesedihan. Harus selalu optimis dalam menjalani kehidupan sehari-hari, untuk itu sangat diperlukan sikap percaya diri sebagai modal untuk menjalani kehidupan yang terus berkembang. Adapun belajar menurut Slameto merupakan sesuatu proses usaha yang dilakukan individu guna mendapatkan sesuatu transformasi tingkah laku yang baru secara totalitas, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri di dalam interaksi dengan lingkungannya. Kemudian kepercayaan diri juga diajarkan oleh Allah SWT melalui nabi yusuf di dalam Q.S Yusuf ayat 87 sebagai berikut:

يَبْنِي أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأَيْسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ

إِنَّهُ لَا يَأَيْسُ مِنَ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

Artinya: “Hai anak-anakku, Pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir (Q.S Yusuf ayat 89)”.

⁵⁴Indra Bangkit Komara, “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Dan Perencanaan Karir Siswa,” *Jurnal Psikopedagogia* 5, no. 1 (2016): 33–42.

Dari ayat diatas dijelaskan bahwa nabi yakub sebagai orang tua yang tentunya banyak memiliki pengalaman dan kesabaran juga ilmu yang tinggi. Percaya diri dan tidak putus asa bukan saja ditunjukkan bagi orang tua kepada anaknya, orang yang lebih tua kepada yang lebih muda tetapi juga pesan yang disampaikan dari orang yang berilmu baik tua ataupun muda. Banyak orang yang tidak sadar bahwa kehidupan seseorang sangat ditentukan dari cara berfikirnya. Apabila ia berfikir atau mempunyai gambaran sebagai orang yang penakut atau pesimis, maka gambaran tersebut akan mempengaruhi seluruh potensi dirinya yang ada sebagai seorang penakut.

Belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif mantap berkat latihan dan pengalaman. Belajar sesungguhnya adalah ciri khas manusia dan yang membedakannya dengan binatang. Belajar yang dilakukan oleh manusia merupakan bagian dari hidupnya, berlangsung seumur hidup, kapan saja, di mana saja, baik di sekolah di kelas, di jalanan dalam waktu yang tak dapat ditentukan sebelumnya. Namun demikian, satu hal yang pasti bahwa belajar yang dilakukan oleh manusia senantiasa dilandasi oleh iktikad dan maksud tertentu.⁵⁵

Wikel berpendapat belajar merupakan suatu kegiatan mental maupun psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungannya, yang menciptakan perubahan-perubahan dalam pengetahuan serta uraian, keahlian, serta nilai perilaku, pergantian itu bertabat secara relatif konstan serta berbekas.⁵⁶ Individu yang berada pada tingkat kepercayaan diri yang tinggi, mampu menerapkan pikiran positif dalam dirinya untuk dapat mengelola semua kebutuhan hidupnya, termasuk kebutuhan belajarnya. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi, akan mampu mengelola belajarnya dengan baik, tanpa bergantung kepada orang lain.⁵⁷

Berdasarkan beberapa definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri belajar adalah suatu sikap positif individu yang didapat dengan membiasakan diri melakukan usaha positif guna mengembangkan penilaian positif dalam segala situasi maupun dalam mencapai penguasaan ilmu pengetahuan.

b. Ciri-ciri Percayan Diri dan Tidak Percaya Diri

Lauster berpendapat bahwa ciri- ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri antara lain yaitu:

1. Yakin pada keahlian sendiri. Keyakinan ataupun kepercayaan pada kemampuan yang terdapat pada diri seseorang merupakan salah satu watak orang yang percaya diri.
2. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan. Bisa berperan dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dicoba secara mandiri maupun

⁵⁵ Oemar Hamalik, "Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem," 2003.

⁵⁶ Rifqi Festiawan, "Belajar Dan Pendekatan Pembelajaran," *Universitas Jenderal Soedirman*, 2020.

⁵⁷ Pratiwi and Laksmiwati, "Kepercayaan Diri Dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri

tanpa terdapatnya keterlibatan orang lain serta sanggup untuk meyakini kegiatan yang diambil.

3. Mempunyai rasa positif terhadap diri sendiri. Seorang yang mempunyai keyakinan diri, bila mengalami kegagalan umumnya mereka senantiasa bisa meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu.
4. Berani mengutarakan pendapat. Terdapatnya sesuatu perilaku agar dapat mengutarakan suatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa terdapatnya paksaan ataupun rasa yang bisa membatasi pengungkapan tersebut.⁵⁸

Thursan Hakim juga mengemukakan ciri-ciri orang yang percaya diri, antara lain sebagai berikut:

1. Memiliki keberanian untuk mencapai apa yang diinginkan
2. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
3. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi
4. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
5. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
6. Memiliki kecerdasan yang cukup
7. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
8. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya
9. Memiliki kemampuan bersosialisasi
10. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik
11. Memiliki pengalaman hidup yang menempati mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup
12. Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup⁵⁹

Sedangkan lauster mengemukakan bahwa ciri-ciri dari ketidakpercayaan diri adalah sebagai berikut:

1. Individu merasa bahwa tindakan yang dilakukan tidak kuat. Ia cenderung merasa tidak aman dan tidak bebas bertindak, cenderung ragu-ragu dan membuang-buang waktu dalam mengambil keputusan, memiliki perasaan rendah diri dan pengecut, kurang bertanggung jawab dan cenderung menyalahkan pihak lain sebagai penyebab masalahnya, serta merasa pesimis dalam menghadapi rintangan.
2. Individu merasa tidak diterima oleh kelompoknya atau orang lain. Ia cenderung menghindari situasi komunikasi karena merasa takut disalahkan atau direndahkan, merasa malu jika tampil di hadapan orang banyak. Individu tidak percaya terhadap dirinya dan mudah gugup. Ia

⁵⁸Siti Rochmah Maulida and Dhini Rama Dhanian, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa SMK," *Jurnal Psikologi* 11, no. 2 (2012): 9.

⁵⁹Thursan Hakim, "Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri," *Jakarta: Puspa Swara*, 2002.

merasa cemas dalam mengemukakan gagasannya dan selalu membandingkan keadaan dirinya dengan orang lain.⁶⁰

c. Aspek-aspek Kepercayaan Diri Belajar

Lauster mengemukakan beberapa aspek-aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain:

1. Ambisi, merupakan dorongan untuk mencapai hasil yang diperlihatkan kepada orang lain. Orang yang percaya diri cenderung memiliki ambisi yang tinggi. Mereka selalu berfikir positif dan berkeyakinan positif bahwa mereka mampu.
2. Mandiri, Individu yang mandiri adalah individu yang tidak tergantung pada individu lain karena mereka merasa mampu menyelesaikan segala tugasnya dan tahan terhadap tekanan.
3. Optimis, Individu yang optimis akan berpikiran positif selalu beranggapan akan berhasil, yakin dan dapat menggunakan kemampuan dan kekuatannya secara efektif dan terbuka.
4. Peduli, Tidak mementingkan diri sendiri tetapi juga selalu peduli pada orang lain.
5. Toleransi, sikap toleransi adalah sikap mau menerima pendapat dan perilaku orang lain yang berbeda dengan dirinya.⁶¹

Angelis berpendapat, kepercayaan diri belajar peserta didik dikembangkan menjadi 3 aspek, yaitu aspek tingkah laku, emosi dan spiritual:

1. Aspek tingkah laku dengan indikator yang berkembang di dalamnya, yaitu: bersosialisasi yang baik dan membuka diri.
2. Aspek emosi dengan indikatornya, yaitu: pantang menyerah dan mempunyai sikap optimis serta berpikir positif
3. Sedangkan aspek spiritual dengan indikator meyakini takdir Tuhan.⁶²

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Belajar

Faktor yang berpengaruh pada kepercayaan diri dalam belajar adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan gambaran mental tentang diri seseorang (self concept), sejauh mana seseorang punya keyakinan kemampuan diri (self efficacy) atau kemampuan diri seseorang dalam mengerjakan sesuatu hal atas kemampuannya sendiri tanpa bantuan orang lain, kesadaran akan harga diri seseorang (self esteem), dan keberhasilan seseorang dalam meraih cita-cita serta keinginan yang disertai dengan tekad yang kuat. Adapun Faktor eksternal meliputi:

1. Lingkungan keluarga merupakan titik awal pembentukan kepribadian.
2. Pendidikan formal merupakan tempat dimana rasa kepercayaan diri itu diterapkan dan dilatih kepada teman sebayanya.

⁶⁰Diva Widyaningtyas and M Farid, "Pengaruh Experiential Learning Terhadap Kepercayaan Diri Dan Kerjasama Tim Remaja," *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 3, no. 03 (2014).

⁶¹*Ibid*

⁶²Barbara De Angelis, "Confidence: Percaya Diri Sumber Sukses Dan Kemandirian," *Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama*, 2005.

3. Pendidikan nonformal merupakan tempat pendukung dan penambah ilmu pada kegiatan keterampilan dan ketangkasan yang digunakan sebagai pendukung membangun rasa kepercayaan diri.⁶³

e. Proses Terbentuknya Kepercayaan Diri Belajar

Thursan Hakim mengemukakan secara garis besar proses terbentuknya rasa percaya diri sebagai berikut:

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
4. Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.⁶⁴

Berdasarkan uraian diatas, dijelaskan bahwa usaha yang dilakukan untuk membentuk kepercayaan diri diawali dengan pengenalan fisik, individu harus mampu memahami segala kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya dan bagaimana cara orang lain menilai dirinya. Selanjutnya timbulah rasa puas atau rendah diri dan bahkan kecewa yang berdampak pada perkembangan mental individu. Dengan selalu berpikiran positif terhadap dirinya maupun orang lain serta mampu mengemukakan pendapatnya terhadap orang lain memungkinkan individu untuk mampu menciptakan suatu hubungan yang baik.

f. Teknik-teknik untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Belajar

Dalam membentuk dan membangun kepercayaan diri tidaklah mudah bagi setiap individu, untuk itu teknik dalam meningkatkan kepercayaan diri sangat diperlukan sebagai berikut:

1. Mempersiapkan mental, materi, dan audience, untuk tampil makin percaya diri.
2. Memahami, mengidentifikasi dan mengenali rasa gugup dan takut saat akan berbicara di depan orang banyak.
3. Mencegah gangguan dan gejala fisik yang sering kita alami (misalnya : gemetar, sakit perut, berkeringat, deg-degan, dan lain sebagainya)
4. Menghadapi, mengendalikan rasa gugup dan takut berbicara dengan melihat hal lain yang dapat menambah rasa semangat kita.
5. Menanamkan tekad kesuksesan yang besar dalam diri anda, yakinlah bahwa hanya anda yang terbaik dalam bidang tersebut.

⁶³Chrisnaji Banindra Yudha and Suwarjo Suwarjo, "Peningkatan Kepercayaan Diri Dan Proses Belajar Matematika Menggunakan Pendekatan Realistik Pada Siswa Sekolah Dasar," *Jurnal Prima Edukasia* 2, no. 1 (2014): 42–56.

⁶⁴Nailis Saidah, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Belajar Siswa Akselerasi MAN I Model Bojonegoro" (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2014).

6. Memahami dan meningkatkan potensi diri, dan mengoptimalkan keyakinan bahwa diri anda sendirilah yang terbaik yang berhak mencapai kesuksesan dan cita-cita.
7. Menghentikan dan mengendalikan kepanikan, sesaat sebelum itu terjadi dengan mencari kebenaran lain.
8. Memulai bicara dan menyampaikan isi bicara dengan menyakinkan, berpengaruh, menginspirasi, dan memotivasi.⁶⁵

g. Peranan Kepercayaan Diri dalam Pembelajaran

Untuk dapat mengetahui kepercayaan diri belajar peserta didik di sekolah dapat dilihat ketika peserta didik berada disekolah, terutama kegiatannya di ruang kelas. Masih terdapat banyak peserta didik yang kedapatan menyontek ketika ujian penyebabnya peserta didik kurang percaya akan kemampuan yang dimilikinya, ada pula peserta didik yang takut untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas. Tidak semua peserta didik memiliki kepercayaan diri yang sama, rasa malu, minder, sungkan menjadi hambatan bagi peserta didik dalam menjalani proses belajar baik disekolah maupun dilingkungan masyarakat.

Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang rendah cenderung memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya yang membuatnya terhambat dalam intelektual, keterampilan dan kemandirian serta sulit untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain sehingga proses interaksi tidak berjalan dengan baik. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang baik memiliki keyakinan dan selalu berusaha mengembangkan potensi yang dimiliki secara maksimal. Sedangkan peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang kurang baik, mereka tidak mampu mengembangkan bakat, merasa rendah diri serta menarik diri dalam pergaulan.

Oleh sebab itu perlu adanya upaya yang harus dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik. Dalam hal ini mengembangkan kemampuan bersosialisasi melalui konseling kelompok merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan. Layanan konseling kelompok tersebut dapat dilakukan dengan teknik *self-instruction* dengan cara merubah pola pikir negatif peserta didik mengenai apa yang diyakini dalam proses pembelajaran di kelas. Misalnya kurang percaya dengan kemampuan yang dimiliki, ragu dalam menyampaikan pendapat pada guru maupun teman-teman, tidak berani bertanya ketika tidak memahami pelajaran yang belum dimengerti.

⁶⁵Lydia Ersta Kusumaningtyas, "Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja," *Widya Wacana: Jurnal Ilmiah* 8, no. 2 (2012).

E. Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta didik.

Dalam layanan konseling kelompok peserta didik yang dihadapi bukanlah bersifat individu, tetapi terdiri dari beberapa kelompok peserta didik yang akan bersama-sama memanfaatkan dinamika peserta didik untuk membahas topik/permasalahan dan belajar untuk lebih mengembangkan dirinya termasuk kepercayaan diri dalam belajar mereka. Dengan adanya hubungan yang interaktif tersebut, peserta didik akan lebih mudah dan leluasa karena lingkungannya merupakan teman sebaya mereka sendiri. Selain itu dengan melakukan konseling kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok peserta didik ini, peserta didik juga belajar untuk memahami dan mengendalikan diri sendiri, memahami orang lain, saling bertukar pendapat tentang bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri belajar.

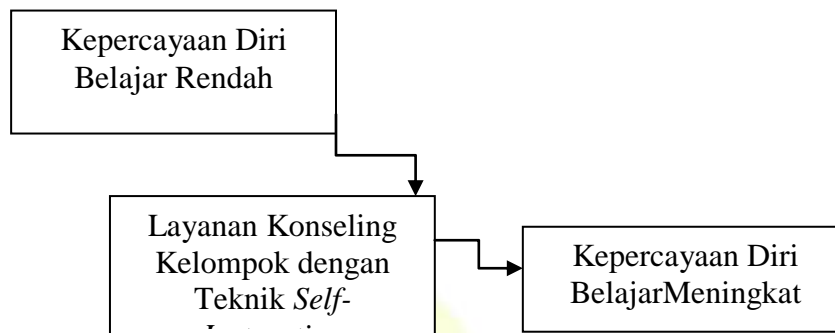
Fenomena ini dapat dimaknai sebagai petunjuk yang mengandung implikasi bahwa interaksi dan dinamika yang tumbuh dalam konseling kelompok diharapkan dapat dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hubungan antara konseling kelompok dan kepercayaan diri belajar adalah konseling kelompok merupakan faktor eksternal dari kepercayaan diri belajar. Tujuan konseling kelompok tersebut secara umum untuk meningkatkan kepercayaan diri belajar, dan teknik *self-instruction* ini adalah faktor eksternal dari konseling kelompok.

Tujuan dari teknik *self-instruction* tersebut secara umum yakni agar peneliti fokus pada perilaku peserta didik. Apabila teknik *self-instruction* ini menurut peserta didik bermanfaat. Maka teknik *self-instruction* yang diberikan diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik. Dari uraian diatas maka peneliti mengajukan hipotesis kerja bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* diharapkan berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri belajar peserta didik MTSN 03 Lampung Utara.

F. Kerangka Berpikir

Menurut Sugiyono, kerangka berpikir adalah sintesis dari berbagai teori dan hasil penelitian yang menunjukkan lingkup satu variabel atau lebih yang diteliti, perbandingan nilai satu variabel atau lebih pada sampel atau waktu yang berbeda, hubungan dua variabel atau lebih, perbandingan pengaruh antar variabel pada sampel yang berbeda bentuk hubungan struktural. Melihat bahwa terdapatnya peserta didik memiliki kepercayaan diri belajar rendah, maka peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTSN 3 Lampung Utara. Berikut ini kerangka berpikir dalam penelitian ini:

Gambar 1
Kerangka Berpikir



G. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberi baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban yang empirik dengan data.

Hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_0). Sementara yang dimaksud hipotesis alternatif (H_a) adalah menyatakan adanya hubungan antara variabel X dan Y, atau adanya perbedaan antara dua kelompok. kemudian yang dimaksud hipotesis nol (H_0) adalah hipotesis yang menyatakan tidak adanya perbedaan antara dua variabel, atau tidak adanya pengaruh variabel X terhadap variabel Y. sedangkan hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.

H_0 = Konseling kelompok tidak berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik kelas VIII di MTSN 3 Lampung Utara.

H_a = konseling kelompok berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik kelas VIII di MTSN 3 Lampung Utara.

b. Hipotesis Statistik

Adapun statistiknya ialah sebagai berikut:

H_0 : $\mu_1 = \mu_2$

H_a : $\mu_1 \neq \mu_2$

Di mana:

μ_1 = Kepercayaan diri belajar peserta didik sebelum pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*.

μ_2 = Kepercayaan diri belajar peserta didik sesudah pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*.

Dengan ketentuan pengujian statistik:

Jika $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ atau nilai $sig > 0,05$, maka H_0 diterima, H_a ditolak.

Jika $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ atau nilai $sig < 0,05$, maka H_0 ditolak, H_a diterima.



DAFTAR PUSTAKA

- Abodike, Nkechi A, and G U Unachukwu. "Effect of Self-Instruction on Attitude to Lying Among Secondary School Students in Anambra State." *Journal of Guidance* 4, no. 2 (2020): 108–13.
- Adhiputra, A A. "Konseling Kelompok: Perspektif Teori Dan Aplikasi." Media Akademi, 2015.
- Adityawarman, Lukas Pangestu. "Peran Bimbingan Kelompok Dalam Perencanaan Karir Siswa." *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 2, no. 2 (2021): 165–77.
- Afiatin, Tina, Subandi Subandi, and Haryanto Haryanto. "Efektivitas Pelatihan Program Kelompok 'Aji' Pada Guru Bimbingan Dan Konseling." *Jurnal Psikologi UGM* 27, no. 1 (n.d.): 127033.
- Ailulia, Rizki, and Aan Widiyono. "Studi Kasus: Penangan Masalah School Refusal Melalui Teknik Self Instruction Pada Anak Sekolah Dasar." *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)* 7, no. 1 (2021): 29–38.
- Alamri, Nurdjana. "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015)." *Jurnal Konseling GUSJIGANG* 1, no. 1 (2015).
- Amti, Erman. "Prayitno. Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling." Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Andayani, Budi, and Tina Afiatin. "Konsep Diri, Harga Diri, Dan Kepercayaan Diri Remaja." *Jurnal Psikologi* 23, no. 2 (1996): 23–30.
- ANGELA, N I A PRISNA. "PENGARUH KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION DALAM MENGURANGI GLOSSOPHOBIA PESERTA DIDIK SMPN 2 KUBUNG," 2021.
- Angelis, Barbara De. "Confidence: Percaya Diri Sumber Sukses Dan Kemandirian." Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Arifin, Bambang Syamsul. "Dinamika Kelompok." Pustaka Setia, 2015.
- Arikunto, Suharsimi. "Metode Penelitian." Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- ASRI, QORI NURSELVIA. "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Kelompok Di Smk Negeri 1 Kalianda." UIN Raden Intan Lampung, 2021.
- Blanco, Quiana Althea, Mark Lyster Carlota, Ashley Janine Nasibog, Beatriz Rodriguez, Xydel Vie Saldaña, Elaisha Carmel Vasquez, and Flordeliza Gagani. "Probing on the Relationship between Students' Self-Confidence and Self-Efficacy While Engaging in Online Learning amidst COVID-19." *Journal La Edusci* 1, no. 4 (2020): 16–25.
- Bryant, Lorrie E, and Karen S Budd. "Self-instructional Training to Increase Independent Work Performance in Preschoolers." *Journal of Applied Behavior Analysis* 15, no. 2 (1982): 259–71.
- Busro, Muhamamad. *Teori-Teori Manajemen Sumber Daya Manusia*. Prenada Media, 2018.
- Deni, Febrini. "Bimbingan Konseling." Yogyakarta: Teras, 2011.
- DR. Namora Lumongga, M S. *Konseling Kelompok*. 1st ed. Jakarta: Kencana, 2017.
- Fadhallah, R A, and S Psi. *Wawancara*. UNJ PRESS, 2021.
- Fahmi, Nasrina Nur, and Slamet Slamet. "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman." *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 13, no. 2 (2016): 69–84.
- Festiawan, Rifqi. "Belajar Dan Pendekatan Pembelajaran." Universitas Jenderal Soedirman, 2020.
- Fiah, Rifda El, and Ice Anggralisa. "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat TP 2015/2016." *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 2, no. 2 (2015): 43–56.

- Fiorentika, Kasa, Djoko Budi Santoso, and Irene Maya Simon. "Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 3 (2016): 104–11.
- Grafika, Tim Redaksi Sinar. "Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003." *Jakarta: Sinar Grafika*, 2007.
- Habiba, Ardhaneswari, D Setiawati, M Nursalim, and T I Pratiwi. "Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 Cepu." *Jurnal BK Unesa* 3, no. 1 (2013): 187–95.
- Hakim, Thursan. "Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri." *Jakarta: Puspa Swara*, 2002.
- Hamalik, Oemar. "Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem," 2003.
- Herawati, Herawati. "PENGARUH PERHATIAN ORANGTUA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMPN 2 BUA." UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO, 2022.
- Herlina, Uray. "Teknik Role Playing Dalam Konseling Kelompok." *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial* 2, no. 1 (2015): 94–107.
- Hikmawati, Fenti. *Bimbingan Dan Konseling*. Rajawali Press, 2016.
- Ifdil, Ifdil, Amandha Unzilla Denich, and Asmidir Ilyas. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 2, no. 3 (2017): 107–13.
- Indriasari, Emi. "Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Pada Siswa Kelas Xi Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015." *Jurnal Konseling GUSJIGANG* 2, no. 2 (2016).
- Jerald, Moneva, and Villegas Honey Me. "NUMBER OF FRIENDS IN SCHOOL AND THE LEVEL OF SELF-CONFIDENCE OF THE STUDENTS." *International Journal of Research-GRANTHAALAYAH* 8, no. 1 (2020): 277–86.
- Kartika, Marini. "Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Low Self Confidence Pada Pembelajaran Fisika Di Sekolah SMPN 4 Tellulimpoe Kabupaten Sinjai." Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, 2019.
- Khusumawati, Zuni Eka. "Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi Dan Self-Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya." State University of Surabaya, 2017.
- Komala, R D. "Jurnal Fakultas Ilmu Terapan Universitas Telkom." *J. Fak. Ilmu Terap. Univ. Telkom* 3, no. 2 (2017): 330–37.
- Komara, Indra Bangkit. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Dan Perencanaan Karir Siswa." *Jurnal Psikopedagogia* 5, no. 1 (2016): 33–42.
- Kusnita, Nurma. "Penerapan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas XI Di SMK Bina Latih Karya (SMK-BLK) Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018." UIN Raden Intan Lampung, 2018.
- Kusumaningtyas, Lydia Ersta. "Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja." *Widya Wacana: Jurnal Ilmiah* 8, no. 2 (2012).
- Lestari, Nanda Gita. "EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF PERILAKU DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PESERTA DIDIK SAAT PRESENTASI DI MTS ISMARIA ALQUR'ANIYYAH BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018/2019." UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Luddin, Abu Bakar M. *Dasar Dasar Konseling*. Perdana Publishing, 2010.
- Maulida, Siti Rochmah, and Dhini Rama Dhanika. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa SMK." *Jurnal Psikologi* 11, no. 2 (2012): 9.
- Nainggolan, Togiartua. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna Napza: Penelitian Di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi." *Sosio Konsepsia: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial* 16, no. 2 (2011): 161–74.

- PPB-FIP-Unesa, Mahasiswa Jurusan. "PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENGURANGI TINGKAT GLOSSOPHOBIA PADA SISWA KELAS XI IPS-1 DI SMA NEGERI 1 GEDANGAN," n.d.
- PRASASTI, SUCI. "Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Wanita Di Balai Rehabilitasi Wanita Surakarta," 2019.
- Pratiwi, Iffa Dian, and Hermien Laksmiwati. "Kepercayaan Diri Dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri (EX)." *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 7, no. 1 (2016): 43–49.
- Purnama, Anggi Azzi. "Self-Instruction Training Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Sekolah Menengah Atas." *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 2, no. 1 (2019): 127–42.
- Ramadhani, Tika Nurul, and Flora Grace Putrianti. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir." *Jurnal Spirits* 4, no. 2 (2014): 22–32.
- Ristianti, Dina Hajja, and Irwan Fathurrochman. *Penilaian Konseling Kelompok*. Deepublish, 2020.
- Saidah, Nailis. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Belajar Siswa Akselerasi MAN I Model Bojonegoro." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2014.
- Sari, Yunita Puspita, Ulya Mahmudah, and Wardatul Djannah. "Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik SMP." *Consilium: Jurnal Program Studi Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2017).
- Shapiro, Edward Steven, and Christine L Cole. *Behavior Change in the Classroom: Self-Management Interventions*. Guilford Press, 1994.
- Sheldrake, Richard. "Students' Intentions towards Studying Science at Upper-Secondary School: The Differential Effects of under-Confidence and over-Confidence." *International Journal of Science Education* 38, no. 8 (2016): 1256–77.
- Sugiyono, Dr. "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D," 2013.
- Sugiyono, Prof. Dr. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. 26th ed. Bandung: Alfabeta, 2017.
- Suhardita, Kadek. "Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Penelitian Quasi Eksperimen Pada Sekolah Menengah Atas Laboratorium (Percontohan) Upi Bandung Tahun Ajaran 2010." *Taklim* 103 (n.d.).
- Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Disekolah*. Rineka Cipta, 2016.
- Supriatna, Mamat. "Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kompetensi." *Jakarta: Rajawali Pers*, 2011.
- SUSANTI, T R I. "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR SISWA DI KELAS XI MAN 1 LANGKAT." Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2019.
- Susilawati, Susilawati, R Ika Mustika, and Ecep Supriatna. "PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN ADVERSITY QUOTIENT PADA SISWA UNDERACHIEVER." *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)* 4, no. 1 (2021): 1–12.
- Tanjung, Zulfriadi, and Sinta Amelia. "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa." *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 2, no. 2 (2017).
- Widyaningtyas, Diva, and M Farid. "Pengaruh Experiential Learning Terhadap Kepercayaan Diri Dan Kerjasama Tim Remaja." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 3, no. 03 (2014).
- Yudha, Chrisnaji Banindra, and Suwarjo Suwarjo. "Peningkatan Kepercayaan Diri Dan Proses Belajar Matematika Menggunakan Pendekatan Realistik Pada Siswa Sekolah

Dasar.” *Jurnal Prima Edukasia* 2, no. 1 (2014): 42–56.





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN LAMPUNG UTARA
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 3 LAMPUNG UTARA

Jl. Jalan Taruna No. 201, Padang Ratu, Kec. Sungkai Utara, Kab. Lampung Utara Prov.
Lampung

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022

A	Komponen Layanan	Layana Reponsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Kuratif dan Pengembangan
D	Tujuan	Untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi anggota kelompok
E	Topik	Membangun kohesivitas kelompok
F	Sasaran Layanan	Kelas VIII F
G	Metode dan Teknik	Diskusi dan Tanya Jawab
H	Pelaksana Kegiatan	Elda Puspita
I	Waktu	1x45 menit
J	Media / Alat	Pena dan Kertas
K	Tanggal Pelaksanaan	21 November 2022
L	Sumber Bacaan	Internet
M	Pelaksanaan	

Tahap Awal		
	1. Pernyataan Tujuan	<ol style="list-style-type: none">a. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoab. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)c. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	2. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ol style="list-style-type: none">a. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didikb. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.

	3. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	4. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ketahap inti
Tahap Inti		
	1. Kegiatan peserta didik	<ul style="list-style-type: none"> a. Mengamati penjelasan dari guru BK. b. Melakukan Brainstorming/curah pendapat
	2. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ul style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan materi dan menulis materi yang berhubungan dengan materi layanan b. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat
Tahap Akhir		
	1. Tahap Penutup	<ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan b. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan c. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut d. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : <ul style="list-style-type: none"> a. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan b. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya c. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain : <ul style="list-style-type: none"> a. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. b. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting c. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit

		dipahamiEvaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	--	--

Mengetahui,
Guru BK

Lampung Utara, 21 November 2022
Mahasiswa Peneliti

Nanda Gita Lestari

Elda Puspita



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN LAMPUNG UTARA
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 3 LAMPUNG UTARA

Jl. Jalan Taruna No. 201, Padang Ratu, Kec. Sungkai Utara, Kab. Lampung Utara Prov.
Lampung

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022

A	Komponen Layanan	Layana Reponsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Kuratif dan Pengembangan
D	Tujuan	Untuk menggali dan mengembangkan potensi yang dimiliki
E	Topik	mengenali potensi diri dan membentuk persepsi positif
F	Sasaran Layanan	Kelas VIII F
G	Metode dan Teknik	Diskusi dan Tanya Jawab
H	Pelaksana Kegiatan	Elda Puspita
I	Waktu	1x45 menit
J	Media / Alat	Pena dan Kertas
K	Tanggal Pelaksanaan	22 November 2022
L	Sumber Bacaan	Internet
M	Pelaksanaan	

Tahap Awal		
	5. Pernyataan Tujuan	d. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa e. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) f. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	6. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	c. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik d. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.

	7. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	8. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ketahap inti
Tahap Inti		
	3. Kegiatan peserta didik	<ul style="list-style-type: none"> c. Mengamati penjelasan dari guru BK. d. Melakukan Brainstorming/curah pendapat
	4. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ul style="list-style-type: none"> c. Menjelaskan materi dan menulis materi yang berhubungan dengan materi layanan d. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat
Tahap Akhir		
	2. Tahap Penutup	<ul style="list-style-type: none"> e. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan f. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan g. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut h. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	3. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : <ul style="list-style-type: none"> d. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan e. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya f. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	4. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain : <ul style="list-style-type: none"> d. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. e. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting f. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit

		dipahamiEvaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	--	--

Mengetahui,
Guru BK

Lampung Utara, 22 November 2022
Mahasiswa Peneliti

Nanda Gita Lestari

Elda Puspita



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN LAMPUNG UTARA
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 3 LAMPUNG UTARA

Jl. Jalan Taruna No. 201, Padang Ratu, Kec. Sungkai Utara, Kab. Lampung Utara Prov.
Lampung

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022

A	Komponen Layanan	Layana Reponsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Kuratif dan Pengembangan
D	Tujuan	Untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi berbagai situasi dan mampu memberikan hasil yang terbaik.
E	Topik	Membuat strategi dan mencurahkan usaha yang tinggi
F	Sasaran Layanan	Kelas VIII F
G	Metode dan Teknik	Diskusi dan Tanya Jawab
H	Pelaksana Kegiatan	Elda Puspita
I	Waktu	1x45 menit
J	Media / Alat	Pena dan Kertas
K	Tanggal Pelaksanaan	23 November 2022
L	Sumber Bacaan	Internet
M	Pelaksanaan	

Tahap Awal		
	9. Pernyataan Tujuan	<ul style="list-style-type: none">g. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoah. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)i. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	10. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ul style="list-style-type: none">e. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didikf. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.

	11. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	12. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ketahap inti
Tahap Inti		
	5. Kegiatan peserta didik	<ul style="list-style-type: none"> e. Mengamati penjelasan dari guru BK. f. Melakukan Brainstorming/curah pendapat
	6. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ul style="list-style-type: none"> e. Menjelaskan materi dan menulis materi yang berhubungan dengan materi layanan f. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat
Tahap Akhir		
	3. Tahap Penutup	<ul style="list-style-type: none"> i. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan j. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan k. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut l. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	5. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ul style="list-style-type: none"> g. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan h. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya i. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	6. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> g. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. h. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting i. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit

		dipahamiEvaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	--	--

Mengetahui,
Guru BK

Lampung Utara, 23 November 2022
Mahasiswa Peneliti

Nanda Gita Lestari

Elda Puspita



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN LAMPUNG UTARA
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 3 LAMPUNG UTARA

Jl. Jalan Taruna No. 201, Padang Ratu, Kec. Sungkai Utara, Kab. Lampung Utara Prov.
Lampung

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022

A	Komponen Layanan	Layana Reponsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Kuratif dan Pengembangan
D	Tujuan	Untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi berbagai situasi dan mampu memberikan hasil yang terbaik.
E	Topik	Meminimalisir sumber cemas dengan mengatur waktu
F	Sasaran Layanan	Kelas VIII F
G	Metode dan Teknik	Diskusi dan Tanya Jawab
H	Pelaksana Kegiatan	Elda Puspita
I	Waktu	1x45 menit
J	Media / Alat	Pena dan Kertas
K	Tanggal Pelaksanaan	24 November 2022
L	Sumber Bacaan	Internet
M	Pelaksanaan	

Tahap Awal		
	13. Pernyataan Tujuan	<ul style="list-style-type: none">j. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoak. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)l. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	14. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ul style="list-style-type: none">g. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didikh. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.

	15. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	16. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ketahap inti
Tahap Inti		
	7. Kegiatan peserta didik	g. Mengamati penjelasan dari guru BK. h. Melakukan Brainstorming/curah pendapat
	8. Kegiatan Guru BK/Konselor	g. Menjelaskan materi dan menulis materi yang berhubungan dengan materi layanan h. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat
Tahap Akhir		
	4. Tahap Penutup	m. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan n. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan o. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut p. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	7. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : j. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan k. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya l. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	8. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain : j. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. k. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting l. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit

		dipahamiEvaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	--	--

Mengetahui,
Guru BK

Lampung Utara, 24 November 2022
Mahasiswa Peneliti

Nanda Gita Lestari

Elda Puspita

DOKUMENTASI PENELITIAN



Angket Kepercayaan Diri Belajar.

IDENTITAS DIRI

Nama :

Kelas/ NIS :

JenisKelamin :

Hari/Tanggal :

PETUNJUK CARA MENGERJAKAN

1. Isilah identitas anda pada tempat yang telah disediakan
2. Bacalah setiap pertanyaan dengan sebaik-baiknya dan pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda dengan memberikan tanda check (√) pada setiap kolom yang tersedia untuk salah satu pilihan jawaban, yaitu :
 - SL : Untuk pilihan jawaban yang anda anggap selalu
 - SR : Untuk pilihan jawaban yang anda anggap sering
 - KK : Untuk pilihan jawaban yang anda anggap kadang-kadang
 - TP : Untuk pilihan jawaban yang anda anggap tidak pernah
3. Anda tidak perlu ragu dalam memberikan jawaban yang sejujurnya, peneliti akan menjamin seluruh kerahasiaan identitas dan jawaban anda
4. Bila anda telah selesai mengerjakan, periksalah kembali agar jangan sampai ada nomor yang terlewati.

TERIMAKASIH ATAS PARTISIPASI DAN KERJASAMA ANDA

“SELAMAT MENGERJAKAN..!!!”

No	Indikator	Sub Indikator	Item	SL	SR	KK	TP
1	Tingkah laku	Bersosialisasi dengan baik dan membuka diri.	1. Saya merasa gugup ketika berbicara di depan guru dan teman-teman sekelas.				
-							
2			2. Saya merasa tampil berani ketika mengemukakan pendapat di hadapanteman-teman sekelas dan menguraikan jawaban dari guru.				
+							
3			3. Saya tidak pernah membeda-bedakan teman dalam kelompok belajar.				
+							
4			4. Saya senang ketika ada teman yang bertukar pikiran mengenai tugas				
+							

			belajar.					
5 -			5. Saya tidak pernah memberikan ide-ide yang baik dalam suatu tugas diskusi sekalipun saya sebagai anggota.					
6 -			6. Saya merasa bantuan dari teman-teman sangat berarti bagi saya dalam menyelesaikan tugas sekolah.					
7 +			7. Saya mudah untuk meminta maaf ketika saya berbuat kesalahan pada teman-teman.					
8 +	Emosi Spiritual	Pantang Menyerah dan Mempunyai Sikap Optimis.	8. Saya akan terus berusaha belajar, agar mendapatkan hasil yang memuaskan.					
9 +			9. Saya merasa yakin, bahwa saya akan sukses apabila belajar dengan sungguh-sungguh.					
10 -			10. Saya mudah cemas ketika akan mempresentasikan tugas di hadapan guru dan teman-teman, karena saya merasa ragu dengan kemampuan saya.					
11 -			11. Saya merasa tekad untuk menggapai cita-cita sangat lemah.					
12 -			12. Saya takut jika menghadapi ujian.					
13 -			13. Saya ragu dapat berprestasi seperti teman-teman saya.					
14 -			14. Saya kurang percaya diri dengan hasil ujian atau tugas sekolah yang saya kerjakan.					
15 -			15. Saya terima dan hanya diam apabila ada teman yang mencela nilai dan tugas saya.					
16 +			Berfikir positif	16. Saya merasa memiliki kelebihan yang bisa dikembangkan dalam kegiatan belajar saya.				
17 -				17. Jika saya dapat prestasi, saya akan memamerkannya kepada teman-teman.				
18	18. Saya senang ketika ada							

+			teman yang memuji prestasi saya, karena itu menjadi motivasi saya untuk terus meningkatkan belajar.				
19 +			19. Dengan penuh percaya diri, saya mampu menyelesaikan tugas-tugas sekolah dengan baik.				
20 +		Meyakini takdir Tuhan	20. Yakin dengan keadaan diri sendiri bahwa setiap adanya kekurangan maka terdapat kelebihan begitupun dalam hal belajar.				
21 -			21. Tidak menerima keadaan diri sendiri karena diberikan kesulitan dalam belajar, seperti memahami pelajaran, menangkap materi yang diberikan oleh guru, menghafal, mengerjakan ujian ataupun tugas.				
22 +			22. Yakin bahwa segala sesuatu itu hanyalah milik Tuhan Yang Maha Esa				
23 +			23. Yakin bahwa ketika kita membantu orang lain maka Tuhan akan membalasnya dengan yang baik pula				
24 +			24. Yakin dengan adanya kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa.				



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl.Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame I, Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)783260 Fax. 780422

SURAT TUGAS

Nomor : B-4571/Un.16/DT/PP.009/04/2023

Dasar : 1. Surat Keputusan Rektor UIN Raden Intan Lampung Nomor 643 tahun 2017 tanggal 11-10-2019 tentang Pedoman Akademik dan Kurikulum UIN Raden Intan Lampung

2. Pembuatan Skripsi Mahasiswa

Nama/NPM/Jurusan : ELDA PUSPITA / 1811080417 / Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan Judul : PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI BELAJAR PESERTA DIDIK DI MTSN 03 LAMPUNG UTARA

Menugaskan Kepada :

NO	NAMA	TUGAS
1	DR. ALI MURTADHO, M.S.I	Ketua Sidang
2	YOGA ANJAS PRATAMA, M.PD	Sekretaris
3	DR. LAILA MAHARANI, M.PD.	Penguji Utama
4	DR. OKI DERMAWAN, M.PD.	Penguji Pendamping I
5	NOVA ERLINA, S.IQ., M.ED.	Penguji Pendamping II

Untuk melaksanakan tugas Tim Munaqosah bagi mahasiswa tersebut di atas, yang akan dilaksanakan pada :

1. Hari / tanggal : Kamis, 13 April 2023
2. Waktu : 10:01-12:01 WIB
3. Tempat : Gedung Dosen - Ruang Sidang BKPI

Surat tugas ini disampaikan kepada masing-masing yang bersangkutan untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bandar Lampung
Pada tanggal :
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan,



Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd.
NIP: 19640828 198803 2 002



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

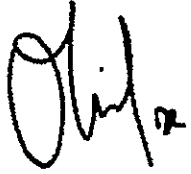
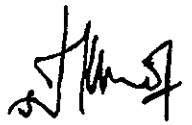


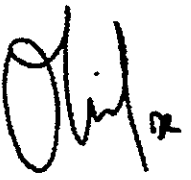

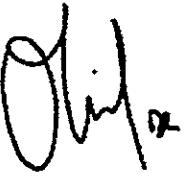

Alamat: Jl. Letkol . H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Telp.
(0721)703260

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

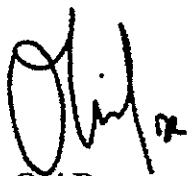
Nama : Elda Puspita
Npm : 1811080417
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi: Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta Didik di MTSN 03 Lampung Utara.

No	Tanggal Bimbingan	Hasil Konsultasi	Paraf	
			Pembimbing I	Pembimbing II
		<ul style="list-style-type: none">- Mengubah margin- Mengubah font- Judul berbentuk piramida terbalik		
		<ul style="list-style-type: none">- Perbaikan tata cara penulisan simbol, huruf kecil dan besar- Penambahan latar belakang		
		<ul style="list-style-type: none">- Ayat Latar belakang ditambahkan- batasan masalah dan Rumusan masalah berbeda		

		<ul style="list-style-type: none"> - Pada Landasan Teori ditambahkan keferampilan konselor - Pada Landasan teori: Teori² dari para ahli diperbanyak 	Olinda	Stms
		<ul style="list-style-type: none"> - Pada bagian katarevisi yang berbahasa Inggris dicetak miring - Bagian abstrak jangan terlalu panjang 	Olinda	Stms
		<ul style="list-style-type: none"> - Di bagian abstrak isi paragraf 1 (masalah & tujuan), 2 (metode), 3 (hasil) - Untuk teknik self-instruction di perbanyak teorinya 	Olinda	Stms
		<ul style="list-style-type: none"> - Pada definisi operasional jelaskan teknik self-instruction - tabel uji validitas dan uji reliabilitas ditampikan 	Olinda	Stms
		<ul style="list-style-type: none"> - Perjelas uji apa yg dipakai dan kenapa memakai uji tersebut - Perdalam lagi pemahaman mengenai statistik apa yg digunakan, dan jenisnya apa 	Olinda	Stms

		<ul style="list-style-type: none"> - Pada ditambahkan langkah langkah penelitiannya secara detail - Pada bagian konseling kelompok dengan format self-instruction ditambahkan langkah-langkah pelaksanaannya 		
		<ul style="list-style-type: none"> - pada bagian langkah penelitiannya dilakukan 8 kali beserta pretest dan posternya. - untuk bagian akhir langkah penelitian dituliskan kesimpulan atau bisa ditambahkan di pembahasan 		
		<ul style="list-style-type: none"> - Pada bagian pretest dan post tes berikan keterangan setelah gambar atau grafik - pada di bagian persem bahan cukup masukkan yang berperan dalam penelitian 		
		<ul style="list-style-type: none"> - pada bagian uji nya test diperjelas mengapa memakai uji wilcoxon - pada bagian pembahasan jangan tuliskan penelitian terdahulu, cukup jelaskan apa yg dialami dalam pelaksanaan peneliti serta ditambahkan teori 		

Pembimbing I



Dr. Oki Dermawan M. Pd
NIP. 197610302005011001

Pembimbing II



Nova Erlina, S.IQ., MED
NIP. 197811142009122003



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
PUSAT PERPUSTAKAAN**

Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame I, Bandar Lampung 35131
Telp. (0721) 780887-74531 Fax. 780422 Website: www.radenintan.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: B - 7512/ Un.16 / P1 /KT/III/ 2023

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I
NIP : 197308291998031003
Jabatan : Kepala Pusat Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung
Menerangkan bahwa artikel ilmiah dengan judul

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKHNIK SELF INSTRUCTION
UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI BELAJAR PESERTA DIDIK MTSN 3
LAMPUNG UTARA TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Karya

NAMA	NPM	FAK/PRODI
Elda Puspita	1811080417	FTK/BKPI

Bebas plagiasi sesuai dengan tingkat kemiripan sebesar 20%. Dan dinyatakan lulus dengan bukti terlampir.

Demikian Keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandar Lampung, 20 Maret 2023
Kepala Pusat Perpustakaan



Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I
NIP. 197308291998031003

Ket:

1. Surat Keterangan Cek Turnitin ini Legal & Sah, dengan Stempel Asli Pusat Perpustakaan.
2. Surat Keterangan ini Dapat Digunakan Untuk Repository
3. Lampirkan Surat Keterangan Lulus Turnitin & Rincian Hasil Cek Turnitin ini di Bagian Lampiran Skripsi Untuk Salah Satu Syarat Penyebaran di Pusat Perpustakaan

PENGARUH LAYANAN
KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK SELF
INSTRUCTION UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN
DIRI BELAJAR PESERTA DIDIK
MTSN 3 LAMPUNG UTARA
TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Submission date: 20-Mar-2023 11:52AM (UTC+0700)
by Eida Puspita

Submission ID: 2041375392

File name: TURNITIN-ELDA_PUSPITA_1.docx (151.5K)

Word count: 15856

Character count: 106019

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI BELAJAR PESERTA DIDIK MTSN 3 LAMPUNG UTARA TAHUN PELAJARAN 2022/2023

ORIGINALITY REPORT

20%

SIMILARITY INDEX

19%

INTERNET SOURCES

17%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

- 1** Anastasya Kusumaningtyas Simon, Wiwik Kusdaryani, Farikha Wahyu Lestari. "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP AGRESIVITAS ANAK KELAS VIII KORBAN BROKEN HOME DI SMP MASEHI 3 PSAK SEMARANG", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2021
Publication 2%
- 2** Submitted to Universitas Teknologi Sumbawa
Student Paper 1%
- 3** Submitted to Universitas Sebelas Maret
Student Paper 1%
- 4** Submitted to Washoe County School District
Student Paper 1%
- 5** Submitted to IAIN Pontianak
Student Paper 1%
- 6** Submitted to Syiah Kuala University
Student Paper

1 %

7

Submitted to Universitas Putera Batam

Student Paper

1 %

8

Fitrie Megianti, Heris Hendriana, Wiwin Yuliani. "LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS XI SMKN 6 GARUT", FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan), 2022

Publication

1 %

9

Submitted to UIN Raden Intan Lampung

Student Paper

1 %

10

Susilawati Susilawati, R. Ika Mustika, Ecep Supriatna. "PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATAN ADVERSITY QUOTIENT PADA SISWA UNDERACHIEVER", FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan), 2021

Publication

<1 %

11

Aya Mamlu'ah. "KONSEP PERCAYA DIRI DALAM AL QUR'AN SURAT ALI IMRAN AYAT 139", AL-AUFA: JURNAL PENDIDIKAN DAN KAJIAN KEISLAMAN, 2019

Publication

<1 %

12	Submitted to Universitas Negeri Padang Student Paper	<1 %
13	Chalvin Novian Wijaya, Hendri Gunawan, Subandi. "Pembuatan Media Promosi Katalog Produk Elektronik Menggunakan Teknologi Augmented Reality Berbasis Android", ProTekInfo(Pengembangan Riset dan Observasi Teknik Informatika), 2021 Publication	<1 %
14	Esty Aryani Safithry, Niky Anita. "Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik", Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2019 Publication	<1 %
15	Sunarti Sunarti, Nani Restati Siregar. "PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP ETIKA PERGAULAN SISWA", Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan dan Konseling, 2020 Publication	<1 %
16	Submitted to UPN Veteran Yogyakarta Student Paper	<1 %
17	Rahayu Sulistyaningsih. Edukasi Journal, 2018 Publication	<1 %
18	Submitted to Universitas Islam Negeri Sumatera Utara	<1 %

19

Muhammad Sarib Abdul Rasak. "MANUSIA SEBAGAI KONSELOR DAN SASARAN KONSELING DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM", Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak, 2021

Publication

<1 %

20

Submitted to St. Ursula Academy High School

Student Paper

<1 %

21

Submitted to Universitas Negeri Malang

Student Paper

<1 %

22

Submitted to Tamalpais Union High School District

Student Paper

<1 %

23

Submitted to Universitas Jenderal Soedirman

Student Paper

<1 %

24

Khalida Eldiyani Alamsyah Siddik, Siti Fatimah, Williya Novianti. "TEKNIK SELF INSTRUCTION BERBASIS ONLINE TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR SISWA MTS KELAS VIII", FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan), 2021

Publication

<1 %

25

Submitted to UIN Sunan Ampel Surabaya

Student Paper

<1 %

26	Romia Hari Susanti. "Self-Instruction Sebagai Teknik Alternatif Meningkatkan Kepercayaan Diri (Overt-Covert) Siswa SMP", Nusantara of Research : Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2020 Publication	<1 %
27	Mulkiyan Mulkiyan. "Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok", Jurnal Konseling dan Pendidikan, 2017 Publication	<1 %
28	Submitted to UIN Jambi Student Paper	<1 %
29	Submitted to Lambung Mangkurat University Student Paper	<1 %
30	Submitted to Universitas Merdeka Malang Student Paper	<1 %
31	Submitted to University of Birmingham Student Paper	<1 %
32	Puspita Ayu Prida, Dina Fariza Tryani Syarif. "Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Instruction untuk Mengurangi Prasangka Sosial Peserta Didik di SMA Negeri 2 Palangka Raya", Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2018 Publication	<1 %

33

Reza Mina Pahlewi. "EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK TERAPI REALITA UNTUK MENGURANGI GEJALA NARCISSISTIC PERSONALITY DISORDER PADA SISWA KELAS IX SMP PIRI NGAGLIK TAHUN AJARAN 2017/2018", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2019

Publication

<1 %

34

Moh. Kadir, Jahada Jahada. "HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN AKTIVITAS BELAJAR SISWA", Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan dan Konseling, 2020

Publication

<1 %

35

Submitted to Universitas Ibn Khaldun

Student Paper

<1 %

36

Zeti Novitasari, Vesti Dwi Cahyaningrum, Yunita Dwi Setyoningsih, Hintang Susilo. "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMA Negeri 1 Malo", Nusantara of Research : Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2022

Publication

<1 %

37

Safnowandi Safnowandi. "Pengaruh Model Pembelajaran Contextual Teaching and Learning (CTL) Terhadap Hasil Belajar Kognitif

<1 %

dan Literasi Sains Siswa", BIO-EDU: Jurnal Pendidikan Biologi, 2021

Publication

38

Selica Natalia Palar, Lucky O. H Dotulong, Genita G Lumintang. "PENGARUH KOMPENSASI, LINGKUNGAN KERJA DAN KONFLIK KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA PEGAWAI SEKRETARIAT DAERAH KABUPATEN KEPULAUAN TALAUD DI MASA PANDEMI COVID-19", Jurnal EMBA : Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi, 2022

Publication

<1 %

39

Siti Aminah. "Peranan Orangtua Dalam Mengantisipasi Kemerosotan Akhlak pada Anak Remaja", Mimbar Kampus: Jurnal Pendidikan dan Agama Islam, 2021

Publication

<1 %

40

Ani Ainun Masruroh, Yusuf Faturrohman, Wahyu Hidayat, Euis Eti Rohaeti. "ANALISIS SELF CONFIDENCE SISWA KELAS X HT 3 SMK SANGKURIANG 2 DALAM PEMBELAJARAN MATEMATIKA", JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif), 2019

Publication

<1 %

41

Submitted to Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Student Paper

<1 %

-
- 42 Novi Andriati, Novi Wahyu Hidayati. "Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self Control Untuk Mencegah Stres Menghadapi Ujian Nasional", Manajemen Pendidikan, 2021
Publication <1 %
-
- 43 Noviyanti Anastasia Lobo, Alber Tigor Arifyanto. "EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP KONSEP DIRI SISWA SMP NEGERI 5 KENDARI", Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan dan Konseling, 2020
Publication <1 %
-
- 44 Yekti Sukma Adyastri, Sri Hartini, Agungbudiprabowo Agungbudiprabowo, Rini Siswanti. "Instagram Sebagai Media Substitusi Papan Bimbingan Untuk Generasi Z", Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 2022
Publication <1 %
-
- 45 Harlin Yusuf, Muamal Gadafi. "Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Untuk Mengembangkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Tunagrahita Di SLB C Aditya Grahita Kota Bandung", Jurnal Smart Paud, 2018
Publication <1 %
-
- 46 Submitted to Academic Library Consortium
Student Paper <1 %
-

- | | | |
|----|--|------|
| 47 | Submitted to IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Student Paper | <1 % |
| 48 | Nanda Hidayan Sono, Rizqiyatul Hasanah Hidayan. "MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA PRODUK OLAHAN BAMBU", Al-Idarah : Jurnal Manajemen dan Bisnis Islam, 2021
Publication | <1 % |
| 49 | Submitted to Konsorsium Turnitin Relawan Jurnal Indonesia
Student Paper | <1 % |
| 50 | Submitted to Portland State University
Student Paper | <1 % |
| 51 | Rosalia Dewi Nawantara, Laelatul Arofah, Nora Yuniar Setyaputri. "Penggunaan Panduan Teknik Self Instruction Sebagai Media untuk Meningkatkan Disiplin Diri Siswa SMA", Nusantara of Research : Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2019
Publication | <1 % |
| 52 | Sri Purwaningsih. "Penyesuaian Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy di Sekolah", IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology, 2019
Publication | <1 % |

53

Fitriani Puspa Ningsih, Nur Santi M. Mohamad. "KOMUNIKASI ANTARPRIBADI GURU TERHADAP SISWA BERKEBUTUHAN KHUSUS DALAM MEMBENTUK KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN) DESA SANSARINO KABUPATEN TOJO UNA-UNA", KINESIK, 2022

Publication

<1 %

54

Mahdya Nabila, Yovitha Yuliejantiningih, Ismah Ismah. "Pengaruh Layanan Konseling Dengan Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Perilaku Mencontek Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang", Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2020

Publication

<1 %

55

Nadhifa Fikri Amalia, Suharsono Suharsono, Ryan Ardiansyah. "HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK PADA MATA PELAJARAN BIOLOGI", BIO-EDU: Jurnal Pendidikan Biologi, 2022

Publication

<1 %

56

M. Nur Hajarul Aswad, Arsyadani Mishbahuddin. "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN TERHADAP SELF ESTEEM SISWA KELAS XI IPS 4 SMA N 8 KOTA

<1 %

BENGGKULU", Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling, 2021

Publication

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude matches < 5 words