

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN *TEKNIK SELF-INSTRUCTION* UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA
PESERTA DIDIK KELAS VII MTs AN-NUR
GUNUNG BATIN LAMPUNG TENGAH**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu
Tarbiyah dan Keguruan**

Oleh:

Nama : Dina Shonia

NPM : 1611080416

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2023 M**

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN *TEKNIK SELF-INSTRUCTION* UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA
PESERTA DIDIK KELAS VII MTs AN-NUR
GUNUNG BATIN LAMPUNG TENGAH**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu
Tarbiyah dan Keguruan**

Oleh:

Nama : Dina Shonia

NPM : 1611080416

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

PEMBIMBING I : Defriyanto,S.IQ.,M.Ed

PEMBIMBING II : Rahma Diani,M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2023 M**

ABSTRAK

Kepercayaan diri adalah adalah sebuah proses pengembangan diri dan dapat diperoleh apabila seseorang benar-benar mau tampil dengan kreatifitas dan kemampuan sebagai sosok yang sangat percaya diri. Percaya diri merupakan keyakinan yang ada pada diri sendiri baik emosi, tingkah laku serta kerohanian yang berasal dari hati nurani agar mampu menjalankan segala hal sesuai dengan kemampuannya guna memenuhi kebutuhan agar kehidupan menjadi bermakna.

Bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan, dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing/konselor) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik kelas VII di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang menggunakan informan peserta didik kelas VII di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik berpengaruh pada perilaku peserta didik.

Kata kunci: *Bimbingan Kelompok, Kepercayaan diri, Peserta didik*

ABSTRACT

Self-confidence is a process of self-development that can be attained when someone is willing to showcase creativity and abilities as a highly self-assured individual. Self-confidence is a belief that resides within oneself, encompassing emotions, behaviors, and spirituality that stem from the conscience, enabling the execution of tasks according to one's capabilities to fulfill needs and make life meaningful.

Group guidance is a counseling service that allows a group of participants to collectively engage in dynamic interactions guided by certain sources (primarily the counselor/teacher) to discuss specific topics, contributing to their understanding and everyday life, fostering personal and academic growth, and aiding decision-making or specific actions.

The purpose of this research is to understand the planning, implementation, and evaluation of group guidance services utilizing self-instruction techniques to enhance self-confidence among seventh-grade students at MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

This study employs a qualitative descriptive method, with seventh-grade students from MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah as the informants.

The results of this research indicate that group guidance utilizing self-instruction techniques to enhance self-confidence among students has a significant impact on their behavior.

Kata kunci: *Bimbingan Kelompok, Kepercayaan diri, Peserta didik*

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Dina Shonia

NPM : 1611080416

Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Program Studi : S1

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa Skripsi saya yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan *Teknik Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta Didik Kelas VII Di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah” ini sepenuhnya adalah karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara – cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya, dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia dituntut berdasarkan undang – undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 21 Juni 2023

Dina Shonia



NPM 1611080416



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Let. H. Endro Suratmin I Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703289

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok
Dengan Teknik Self-Instruction Untuk
Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta
Didik Kelas VII Di MTs AN-Nur Gunung Batin
Lampung Tengah**

Nama : Dina Shonia

NPM : 1611080416

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk di Munaqosyahkan dan dapat di pertahankan dalam sidang
munoqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Defriyanto, S.I.O., M.Ed.
NIP. 197803192008011012

Pembimbing II

Rahma Diani, M.Pd.
NIP. 198904172015032008

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan BKPI**

Dr. Ali Murtadho, M.S.I
NIP. 197907012009011014



KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Let. H. Endro Suratmin I Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta Didik Kelas VII Di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah” disusun oleh, Dina Shonia NPM : 1611080416 Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah di Ujikan dalam Sidang Munaqosyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal: Senin/26 Juni 2023 pukul 08.00- 10.00 WIB.

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Oki Dermawan, M.Pd.

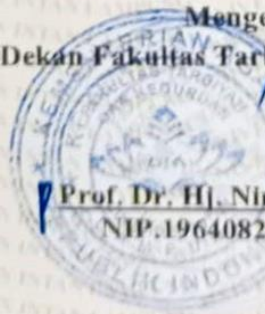
Sekretaris : Rieska Primanisa, M.Pd.

Penguji Utama : Dr. Rika Damayanti, M.Kep. SP. Kep.J

Penguji Pendamping I : Defriyanto, S.IQ., M.Ed.

Penguji Pendamping II : Rahma Diani, M.Pd

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd
NIP.196408281988032002

MOTTO

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ

وَعَسَىٰ أَن تَحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

Artinya: “Boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui sedangkan kamu tidak mengetahui” (Al-Baqarah: 216)

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 28 Maret 1998 di Desa Mulya Asri, Kecamatan Terusan Nunyai, Kabupaten Lampung Tengah, Provinsi Lampung. Penulis adalah anak pertama dari tiga saudara dari pasangan Bapak Fahrudin dan Ibu Astutiana, nama saudara/I penulis adalah Dwi Rahmattullah dan Dhela Diana.

Penulis menempuh pendidikan pertama di TK ISLAM pada tahun 2003. Kemudian penulis melanjutkan di SD IT BUSTANUL ULUM pada tahun 2005-2010. Dilanjutkan di SMP IT Bustabul Ulum pada tahun 2011- 2013. Dilanjutkan di MAN 1 LAMPUNG TENGAH pada tahun 2014-2016. Pada Tahun 2016 penulis terdaftar sebagai mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung melalui jalur tes UM-PTKIN.

Pada tahun 2019 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Pekon Sinar Harapan, Kecamatan talang padang selama 40 hari. Selanjutnya pada tahun yang sama, Penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di MA Hasanuddin Kupang Teba, Teluk Betung.

PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur atas nikmat sehat yang Allah SWT limpahkan kepada penulis sehingga penulisan karya ilmiah ini bisa terselesaikan dengan baik serta atas kerendahan hati dan rasa syukur dari lubuk hati yang paling dalam, penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Fahrudin dan Ibu Astutiana. Yang selalu menyayangi dengan tulus, mendoakan sepanjang waktu, mendidikkuselama ini, memberikan semangat yang tak henti-hentinya, dan menjadi madrasah pertama bagi ank-anaknya, terimakasih atas semua yang telah diberikan kepadaku atas kasih dan sayang yang tak terhingga, sehingga dapat menghantarkanku menyelesaikan pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan semua ini tidak akan bisa kuraih tanpa doa dan perjuangan ayah dan ibu.
2. Kedua adikku Dwi Rahmatullah dan Dhela Diana, mereka berdualah orang yang sangat aku sayangi dan cintai, serta menjadi sebab motivasiku menyelesaikan studiku.
3. Sahabat dan teman-temanku semua, beserta teman-teman BK H 16
4. Almamaterku Tercinta UIN Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah swt, yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya, Shalawat beserta salam tak lupa pula kita sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang mana syafaatnya kita nanti-nantikan di yaumul akhir kelak. Skripsi dengan judul “Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruuction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah ” adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada progam studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan, masukan serta bimbingan dari berbagai pihak, karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Ali Murtadho, M.S.I selaku ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung .
3. Ibu Indah Fajriani, M.Psi, Psikolog selaku sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Bapak Defriyanto, SIQ., M.Ed selaku Pembimbing 1 terima kasih telah meluangkan waktunya, membantu, serta memberikan arahan dengan baik.
5. Ibu Rahma Diani, M.Pd selaku pembimbing II terima kasih telah banyak membantu, meluangkan waktu, memberikan saran serta motivasi dan dukungan dengan tulus dan ikhlas, dan sebagai orang tua keduaku dikampus, semoga Allah Swt membalas segala kebaikan beliau, Aamiin ya Robbal‘Aalamiin.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
7. Ibu Astutiana, S.Ag, M.Pd,I selaku kepala sekolah MTs An-Nur Gunung Batin beserta staff MTs An-Nur Gunung Batin yang telah

memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian disekolah tersebut.

8. Ibu Nufus Malia, S.Pd selaku Pendidik Bimbingan Konseling di sekolah yang telah mendampingi serta membantu proses pra penelitian dan penelitian sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini.
9. Bapak dan Emak tercinta, terima kasih atas segala apapun yang telah diberikan kepada penulis.
10. Teruntuk Sidik Dewantara, Dwi Rahmatullah, Dhela Diana yang selalu memberikan motivasi dan semangat serta dukungan di setiap langkahnya.
11. Teman-temanku Ulfa, Tannisah, Ayun, Kiky dan seluruh teman-teman kelas H yang telah menemaniku dari awal menjadi mahasiswa sampai saat ini, terima kasih untuk semua hal yang kita lalui bersama selama ini.
12. Teman-teman Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2016 terima kasih selalu mendukung dan memberikan semangat selama proses perkuliahan bahkan sampai akhir perkuliahan;
13. Teman-teman KKN dan PPL, terima kasih atas semua dukungan dan semangat selama ini.
14. Alamater Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tercinta.
15. Semua pihak yang telah membantu yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak semuanya. Semoga semua bantuan, perhatian dan kebaikan lainnya yang telah diberikan menjadi ladang pahala dan keberkahan untuk semuanya. Penulis menyadari dalam penelitian skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, oleh karena itu segala bentuk kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata semoga karya ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua.

Wassalamu'alaikum Warhamatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung,

Penulis

Dina Shonia

DAFTAR ISI

COVER	ii
ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN	v
PERSETUJUAN	vi
PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
PERSEMBAHAN	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
BAB I (PENDAHULUAN)	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
G. Kajian Penelitian Tedahulu yang Relevan	11
H. Metode Penelitian	13
I. Sistematika Penulisan	21
BAB II (KAJIAN TEORI)	
A. Kepercayaan Diri	22
1. Pengertian Kepercayaan Diri	22
2. Ciri-ciri Individu yang Mempunyai Kepercayaan Diri	24
3. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri	25
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Peserta Didik	26
5. Dampak Positif dan Negatif dari Kepercayaan Diri Belajar	27
B. Bimbingan Kelompok.....	28
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	28
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	30
3. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok	31
4. Asas-asas Bimbingan Kelompok	32

5.	Tahap-tahap Bimbingan Kelompok	33
6.	Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok ...	35
C.	Teknik Self-Instruction.....	38
1.	Pengertian Self-Instruction	38
2.	Penerapan Teknik Self-Instruction	39
3.	Tujuan Teknik Self-Instruction	40
4.	Tahap-tahap Dalam Teknik Self-Instruction.....	40
BAB III (DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN)		
A.	Gambaran Umum Objek Penelitian	43
B.	Penyajian Data Penelitian	44
BAB IV (ANALISIS PENELITIAN)		
A.	Analisis Data Penelitian.....	49
B.	Temuan Penelitian	61
BAB V (PENUTUP)		
A.	Simpulan.....	66
B.	Rekomendasi.....	67
Daftar Rujukan		
LAMPIRAN		

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebagai langkah awal untuk memahami judul penelitian dan untuk menghindari kesalahpahaman, dan terlebih dahulu penulis akan menjelaskan beberapa istilah dalam judul penelitian ini. Dengan adanya sebuah pembatasan terhadap arti kalimat dalam penelitian ini sehingga dengan harapan memperoleh gambaran yang jelas dari makna yang dimaksud oleh penulis. Adapun judul penelitian ini adalah, “PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN *TEKNIK SELF-INTRUCTION* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII MTs AN-NUR GUNUNG BATIN LAMPUNG TENGAH “

Adapun istilah istilah yang perlu penulis jelaskan adalah :

1. **Pelaksanaan** adalah menurut Goerge R. Terry, Pelaksanaan adalah usaha untuk melaksanakan kegiatan yang telah dibuat sebelumnya, usaha ini dilaksanakan melalui pengarahan dan permotivasian supaya kegiatan bisa berjalan sesuai dengan tujuan dan secara optimal.¹
2. **Bimbingan Kelompok** adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.²

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau

¹ Nyimas Lisa Agustrian, Rizkan, dan M. Izzudin, “Manajemen Program Life Skill Di Rumah Singgah Al-Hafidz Kota Bengkulu”, *Journal Of Community Development*, 1, no.1, (2018):7.

² Prayitno dan Erman Amti, *Dasar Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013) h.309.

pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan.³

Bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan, dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing/konselor) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

3. **Teknik Self-Instruction** adalah teknik verbalisasi diri dengan mengganti pikiran negatif menjadi pikiran positif melalui berbagai tahapan untuk memperbaiki perilaku.
4. **Kepercayaan diri** adalah sebuah proses pengembangan diri dan dapat diperoleh apabila seseorang benar-benar mau tampil dengan kreatifitas dan kemampuan sebagai sosok yang sangat percaya diri.⁴ Percaya diri merupakan keyakinan yang ada pada diri sendiri baik emosi, tingkah laku serta kerohanian yang berasal dari hati nurani agar mampu menjalankan segala hal sesuai dengan kemampuannya guna memenuhi kebutuhan agar kehidupan menjadi bermakna.⁵

Bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan, dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing/konselor) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya

³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Rajawali Pers, 2009) h,170.

⁴ Kadek Suhardita, Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa, Edisi Khusus No 1 (Bandung UPI, n.d.).

⁵ Suhardita. Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa, h.190

sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

5. **Peserta Didik** adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran pada jalur pendidikan baik pendidikan informal, pendidikan normal maupun pendidikan nonformal, pada jenjang pendidikan dan jenis pendidikan tertentu.

B. Latar Belakang Masalah

Prinsip belajar efektif menjadi salah satu prinsip belajar yang perlu diperhatikan pendidik dalam proses pembelajaran. Prinsip belajar efektif meliputi sikap dan nilai-nilai yang terbentuk melalui proses belajar. Salah satu sikap yang perlu dikembangkan pada diri siswa adalah percaya diri. Dalam kehidupan sehari-hari, tidak jarang kita mendengar kata tidak percaya diri atau tidak "Pede". Semua orang sebenarnya punya masalah dengan istilah yang satu ini. Ada siswa yang merasa kehilangan rasa kepercayaan diri di hampir keseluruhan wilayah hidupnya. Mungkin terkait dengan soal rendahnya kepercayaan diri, depresi, hilang kendali, merasa tidak berdaya menatap sisi cerah masa depan, dan lain sebagainya.

Kepercayaan diri adalah satu diantara aspek-aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia. Kepercayaan diri sangat membantu manusia dalam perkembangan kepribadiannya. Karena itulah rasa kepercayaan diri sangat dibutuhkan manusia dalam menjalani hidupnya.

Menurut Thantaway dalam Pongky percaya diri adalah kondisi mental atau psikologi dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya diri pada kemampuannya, karena orang itu yang kurang percaya diri sering menutup diri mereka terhadap dunia luar yang lebih luas.

Kemdikbud menjelaskan dalam kurikulum 2013, pada aspek percaya diri, mengenai catatan perilaku siswa dilakukan sesuai indikator pada aspek percaya diri. Adapun indikatornya dijelaskan sebagai berikut.⁶ Menurut Muhadjir Effendy dalam Yan Vita selaku kepala Kemdikbud pada tahun 2016 indikator aspek percaya diri antara lain sebagai berikut:

1. Berani tampil didepan kelas,
2. Tidak mudah putus asa,
3. Berani mengemukakan pendapat terhadap suatu masalah atau topik,
4. Mengajukan diri sebagai ketua kelas atau pengurus kelas lain,
5. Mengajukan diri untuk mengerjakan tugas atau soal dipapan tulis
6. Berani mencoba hal-hal baru yang bermanfaat,
7. Melakukan kegiatan tanpa ragu-ragu; dan
8. Mampu membuat keputusan dengan tepat dan cepat.⁷

Sikap kepercayaan diri belajar yang rendah peserta didik ditandai dengan adanya peserta didik yang kurang memiliki keberanian dalam mengemukakan pendapat, usul, pertanyaan-pertanyaan maupun saran saat proses pembelajaran. Lalu terdapat peserta didik yang tidak berani mengambil keputusan. Adanya peserta didik yang tidak berani mengemukakan pendapatnya dihadapan peserta didik lain, guru ataupun orang lain. Selanjutnya peserta didik tidak berani mengerjakan soal didepan kelas dan merasa gerogi saat tampil didepan kelas. Dan juga terdapat peserta didik yang tidak berani menanyakan materi pelajaran yang kurang dimengerti kepada guru.

Berdasarkan hasil pra penelitian melalui wawancara langsung terhadap pendidik BK dikelas VII di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah terdapat perihal masalah yang terjadi pada peserta didik mengenai rendahnya kepercayaan diri peserta didik dibuktikan adanya laporan dari

⁶ Yan Vita, "Penguatan Sikap Percaya Diri," *Jurnal Internasional* 1 (2016).

⁷ Yan Vita, *Penguatan Sikap Percaya Diri*, 2016.

pendidik mata pelajaran dan pendidik BK yang menyatakan peserta didik masih memiliki rasa kepercayaan diri yang rendah, ini terlihat ketika saat jam pelajaran dan pada saat dilingkungan sekolah. Seperti ketika didalam kelas disuruh maju kedepan untuk menjawab soal masih ada peserta didik yang sebenarnya mampu tapi peserta didik merasa takut sebelum mencoba. Selain itu terdapat pula peserta didik yang tidak berani mengemukakan pendapat terhadap suatu masalah atau topik.

Berikut tabel indikator siswa yang memiliki perilaku kepercayaan diri yang rendah:

Tabel 1
Masalah Kepercayaan Diri Rendah Peserta Didik Kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah:

No	Masalah Kepercayaan Diri Rendah	Nama
1	Peserta didik masih sering menganggap rendah kemampuan diri sendiri dan cenderung pesimis	AF
2	Peserta didik masih sering merasakan khawatir gagal sebelum mencoba sesuatu, sehingga tidak berani memasang target untuk berhasil	RS
3	Peserta didik kurang dalam berkomunikasi dan sulit dalam menyampaikan pendapat serta ide-ide dalam dirinya	DN

Sumber: Dokumentasi Guru BK MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah⁸

Untuk itu agar peserta didik terhindar dari masalah kepercayaan diri belajar yang rendah, maka diperlukan suatu langkah dimana hal tersebut dapat diatas dengan tepat

⁸ Dokumentasi Guru BK MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah

menggunakan layanan bimbingan kelompok. Karena kepercayaan diri belajar tidak hanya semata-mata melibatkan diri sendiri, tetapi melibatkan orang lain agar interaksi yang dinamis segera tercapai. Interaksi yang dimaksud dapat terjadi antar individu maupun kelompok sehingga masing-masing individu tersebut dapat mengemukakan ide, gagasan, pengetahuan, pengalaman untuk membantu memecahkan masalah yang sedang dibahas didalam kelompok.

Menurut Dewa Ketut Sukardi layanan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh beban dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.⁹

Hal tersebut dapat diatasi dengan salah satu layanan yaitu bimbingan kelompok merupakan suatu kunci utama untuk dapat membantu peserta didik memiliki dan meningkatkan percaya diri serta memperkuat keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya, mengenal sikap dan perilaku percaya diri terdapat beberapa ayat seperti yang dijelaskan dalam al-Qur'an Surat Ali-Imron ayat 139 yang berbunyi:

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

Artinya: “Dan janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman” (Ali-Imron: 139)¹⁰

Didalam ayat tersebut Allah SWT menyerukan kepada hamba-hamba-Nya bahwa janganlah bersikap lemah dan

⁹ Dewa Ketut Sukardi, Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah (Jakarta, 2002).

¹⁰ Al-Quran dan Terjemahannya (Bandung: CV Diponegoro, 2000) h.53

jangan pula bersedih hati. Karena Allah SWT menciptakan manusia dengan memberikan derajat yang paling tinggi kepada manusia apabila manusia tersebut termasuk ke dalam orang-orang yang beriman. Kaitannya dengan kepercayaan diri bahwa sebagai manusia kita harus senantiasa optimis dan tidak berputus asa, berputus asa merupakan salah satu kurangnya percaya diri dan tidak percaya pada kemampuan yang dimiliki oleh diri sendiri.

Selanjutnya, Allah berfirman dalam surat At-Taubah ayat 122 yang berbunyi:

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَآفَّةً ۚ فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ

طَآئِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ

تَحْذَرُونَ ﴿١٢٢﴾

Artinya: “ Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan diantara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya.” (QS At-Taubah 122).¹¹

Dalam surat At-Taubah ayat 122 dapat dipahami bahwa ketika umat islam berada dalam peperangan, hendaknya semua umat islam tidak berangkat ke medan perang. Akan tetapi, sebagian umat islam harus ada yang ditinggal di daerah nya untuk menuntut ilmu dan memperdalam serta dengan tekun mempelajarinya agar ajaran-ajaran agama itu dapat diajarkan secara merata, dan dakwah dapat dilakukan dengan cara yang lebih efektif dan bermanfaat serta kecerdasan umat islam dapat ditingkatkan. Dapat diambil suatu pengertian bahwa dalam bidang ilmu pengetahuan, setiap orang mukmin mempunyai tiga macam kewajiban yaitu menuntut ilmu,

¹¹ Al-Quran dan Terjemahannya (Bandung:CV Diponegoro,2000) h.164

mengamalkannya dan mengajarkannya kepada orang lain. Maka dari itu sangatlah penting bagi seseorang khususnya peserta didik untuk senantiasa menuntut ilmu. Peserta didik harus aktif dalam proses menuntut ilmu, contohnya saat berlangsungnya proses pembelajaran di kelas. Dibutuhkan rasa kepercayaan diri belajar yang tinggi terutama kepercayaan diri dalam belajar.

Peserta didik yang mengalami hal yang sudah disebutkan diatas perlu mendapatkan penanganan maupun tindak lanjut berupa layanan yang dapat membantu peserta didik itu sendiri. Sehingga harapannya peserta didik tersebut dapat merubah diri ke arah yang lebih baik lagi agar proses belajar peserta didik berjalan lebih optimal lagi. Layanan yang ada didalam bimbingan dan konseling salah satunya yaitu layanan bimbingan kelompok, didalam bimbingan kelompok tersebut peserta didik dapat ikut serta memberikan pendapat didalam kelas membahas dan mengentaskan permasalahan yang ada didalam dirinya melalui dinamika kelompok. Informasi yang berkaitan dengan kepercayaan diri peserta didik dapat disampaikan melalui bimbingan kelompok. Karena nantinya diharapkan hal tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar peserta didik.

Berkaitan dengan permasalahan peserta didik yang memiliki kepercayaan diri belajar yang rendah perlu dilakukan upaya-upaya untuk menimbulkan kepercayaan diri belajar peserta didik. Banyak berbagai layanan dan strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar peserta didik. Salah satunya yaitu dengan menggunakan teknik *self-intruction*. *Self-intruction* merupakan salah satu teknik dalam Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang dikembangkan oleh Meichenbaum. Cormier & Nurius berpendapat bahwa: “bahwa *Self-intruction* bertujuan untuk dapat membentuk ulang pola-pola

kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan-keyakinan, dan penilaian-penilaian irasional, merusak dan menyalahkan diri sendiri.”¹²

C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Penelitian ini memiliki fokus yang merujuk pada Peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* pada peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah yang sub fokus penelitiannya sebagai berikut:

1. Perencanaan bimbingan dan konseling dalam peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* pada peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
2. Pelaksanaan peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* pada peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
3. Evaluasi dari peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* pada peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat merumuskan pokok masalah dalam penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah?
2. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah?

¹² Fiorentika Kasa, “Keefektifan teknik Self Intruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP,” *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 1 (2016).

3. Bagaimana evaluasi layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruccion* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah?

E. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang terdapat diatas maka penulis ingin memperoleh hasil tentang tujuan dalam penelitian,yaitu:

1. Untuk mengetahui perencanaan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruccion* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruccion* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
3. Untuk mengetahui evaluasi layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruccion* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis
Diharapkan hasil penelitian ini mampu memberikan ilmu dalam bidang pendidikan khususnya bimbingan dan konseling yaitu membantu peserta didik dalam rasa menumbuhkan serta meningkatkan rasa kepercayaan diri.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peserta didik
Peserta didik dapat mengetahui tentang kepercayaan diri dalam belajar. Sehingga peserta didik tersebut dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya dalam belajar.
 - b. Bagi peneliti
Dapat menambah ilmu serta pengetahuan baru, memberikan hal berharga yaitu sebuah pengalaman

besar, dimana pengalaman tersebut dapat menjadi bekal penulis sebagai calon konselor serta dapat menjadi pedoman bagi penulis dalam membimbing peserta didiknya nanti.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

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

1. Feri Kristianti, 2006/2007. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2006/2007. Subjek dalam penelitian ini adalah 15 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal. Analisis data yang digunakan untuk membuktikan hipotesis adalah Uji Wilcoxon. Dari perhitungan diperoleh deskripsi tingkat kepercayaan diri siswa sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok memiliki skor rata-rata 271,1 dan setelah mendapat layanan bimbingan kelompok memiliki skor 358,6. Jadi ada peningkatan sebesar 87,5. Dari hasil perhitungan Uji Wilcoxon diperoleh data nilai $Z_{hitung}=4,10$, sedang nilai $Z_{tabel}=1,96$. Jadi nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$. Hal ini berarti bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2006/2007.¹³
2. Ardhaneswari Habiba. Penerapan Teknik *Self-Intruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 Cepu. Subjek penelitian ini adalah 7 peserta didik yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dengan diberikan teknik *self-intruction*. Hasil analisa penelitian menunjukkan bahwa didapatkan nilai kritis T untuk diuji

¹³Feri Kristianti, Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2006/2007.

jenjang Wilcoxon dengan taraf signifikan 5% dan $N=7$ diperoleh $T_{tabel}=2$ sehingga Thitung lebih kecil T_{tabel} ($0 < 2$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata pretest sebesar 105,42. Posttest sebesar 138,42 dan beda selisih pretest dan posttest sebesar 37, hal ini berarti ada peningkatan dalam hal kepercayaan diri pada siswa kelas VIII A dan B ketika pelajaran retell story. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada perbedaan skor tingkat kepercayaan diri ketika pelajaran retell story antara sebelum dan sesudah penerapan teknik *self-intruction* pada siswa kelas VIII A dan B di SMPN 5 Cepu dapat diterima.¹⁴

3. Wikan Putri Larasati, 2012. Meningkatkan *Self-Esteem* Melalui Metode *Self-Intruction*. Subjek penelitian ini adalah seorang remaja usia 13 tahun yang memiliki ciri-ciri seseorang yang memiliki *self-esteem* rendah. Intervensi yang dilakukan adalah penanganan individual pada subjek dengan menggunakan metode *self-intruction*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi menggunakan metode *self-intruction* dapat meningkatkan *self-esteem* pada subjek.¹⁵
4. Rico Asfany. Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Client Centered Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Terbanggi Besar. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji Wilcoxon, dengan hasil z diperoleh $-2,366 < z$ tabel diperoleh 1,645, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Terjadi peningkatan sebesar 68%. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan client

¹⁴ Ardhaneswari Habiba, "Penerapan Teknik Self-Intruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 Cepu," *Jurnal BK UNESA* 1 (2013): 187–95.

¹⁵ Wikan Putri Larasati, *Meningkatkan Self-Esteem Melalui Metode Self-Intruction*, 2012.

centered dapat meningkatkan rasa percaya diri pada siswa.¹⁶

5. Enggar Suyekti. Efektivitas Teknik Self Intruccion dalam Mereduksi Stress Akademik Pada Siswa Kelas XI MA YAROBI Kec. Grobogan, Kab. Grobogan 2016/2017. Hasil penelitian menunjukkan penggunaan teknik Self Intruccion dalam mereduksi stress akademik pada siswa kelas XI MA YAROBI, Kec. Grobogan, Kab. Grobogan tahun 2016/2017, dengan hasil perbandingan pre-test dan post-test, terdapat 20 siswa pada variabel sesudah mengalami peningkatan dari pada sebelum. Rata-rata rangking (mean rank) diperoleh 10,5 merupakan pengurangan nilai rata-rata post-test sebesar 67,65 dengan nilai pre-test sebesar 56,60. Sampels test ternilai t hitung sebesar -16,102 dengan sig 0.000. Tabel distribusi t dicari pada $\alpha = 5\% : 2 = 2,5\%$ dengan derajat kebebasan (df) $n-1$ atau $20-1 = 19$, hasil perhitungan yang didapat dari nilai signifikansi $0,05 > 0,000$ dan t hitung ($-16.015 < t$ tabel (2.093))¹⁷

H. Metode Penelitian

1. Pendekatan penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ilmiah yang memiliki standard, sistematis, dan logis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan. John W.Creswell mendefinisikan metode kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna oleh sejumlah individu atau sekelompok orang yang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian kualitatif ini melibatkan upaya-upaya penting,

¹⁶ Rico Asfany, *Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Client Centered Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Terbanggi Besar*, 2014.

¹⁷ Enggar Suyekti, *Efektifitas Teknik Self-Intruccion Dalam Mereduksi Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI MA YAROBI KEC. Grobongan, Kab. Grobongan*, 2017.

seperti mengajukan pertanyaan-pertanyaan dan prosedur-prosedur, mengumpulkan data yang spesifik dari partisipan, menganalisis data secara induktif mulai dari tema-tema yang khusus ke tema-tema umum, dan menafsirkan makna data.¹⁸

Penulis menggunakan metode penelitian ini sebagai berikut:

- a. Mempermudah pemahaman saat dilapangan guna untuk menjelaskan dan mendeskripsikan penerapan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
- b. Menyajikan data secara hakiki antara penelitian dengan realitas yang ada di lapangan dalam hal ini peneliti akan menyajikan data terkait penerapan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
- c. Peneliti mengadakan wawancara secara langsung dengan narasumber atau respoden guna untuk menggali data terkait penerapan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-intruction* unruk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

2. Desain Penelitian

Desain pada penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif. Penelitian ini digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa

¹⁸ John W. Creswell, *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed* (Yogyakarta, 2013).

bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku umum atau generalis.¹⁹

Sehingga penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah mendeskripsikan atau menggambarkan bagaimana proses layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

3. Tempat atau Lokasi Penelitian

Lokasi berada di sebuah pedesaan yang beralamat di Jalan lintas Timur Km 96 Gg Gunung Jaya (kaplingan) Desa Gunung Batin Baru Kecamatan Terusan Nunyai Kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung. MTs An-Nur Gunung Batin di naungi oleh yayasan Pondok Pesantren Nahdlatul Muslim. MTs An-Nur Gunung Batin berada pada 9,8 km selatan Kecamatan Terusan Nunyai, 96 km utara dari Bandar Lampung, memiliki luas lahan 5000 m² (hak milik).

4. Subjek dan Objek Penelitian

- a. Subjek penelitian: Guru bimbingan dan konseling Ibu Nopus Amalia, S.Pd sebagai pelaksana penerapan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.
- b. Objek dalam penelitian: peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-instruction* pada peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

5. Teknik Pengumpulan Data

Menurut John W. Creswell, dalam pengumpulan data kualitatif dapat menggunakan strategi yaitu observasi,

¹⁹ Sumardi Suryabrata, *Metodologi Penelitian* (Jakarta,2010).

wawancara, dokumentasi, dan materi audio dan visual. Berdasarkan teknik pengumpulan data tersebut, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

1. Wawancara (interview)

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti akan melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan respondennya sedikit/kecil. Wawancara dapat dilakukan secara struktur maupun tidak struktur, dan dapat melalui tatap muka maupun dengan menggunakan telepon.

Wawancara dibagi menjadi beberapa macam yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Dalam wawancara struktur digunakan teknik pengumpulan data, bila peneliti atau pengumpul data telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh. Oleh karena itu dalam melakukan wawancara, pengumpul data telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya yang telah disiapkan.

Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara yang bebas, dimana pewawancara bebas menanyakan apa saja, tetapi juga tetap mengingat data yang akan dikumpulkan. Dengan hal ini peneliti tidak terkait dengan batasan-batasan dalam melaksanakan wawancara, sehingga proses wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling, peserta didik dan guru mata pelajaran.

2. Observasi

Observasi merupakan kegiatan observasi yang didalamnya peneliti langsung turun ke lapangan untuk mengamati perilaku dan aktivitas individu-individu dilokasi penelitian. Dalam pengamatan ini, peneliti

merekam/mencatat baik dengan cara terstruktur maupun semistruktur. Para peneliti kualitatif juga dapat terlibat dalam peran-peran yang beragam, mulai dari sebagai non partisipan hingga partisipan utuh.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi non partisipan yaitu peneliti tidak terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai narasumber data penelitian. Adapun hal yang akan diobservasi adalah proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan *teknik self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang.²⁰ Dokumentasi sebagai alat pelengkap dari adanya observasi dan wawancara dalam penelitian yaitu sebagai pendukung dari adanya observasi dan wawancara tersebut. Metode ini untuk menghimpun serta memperoleh data dengan cara melakukan pencatatan baik berupa arsip-arsip atau dokumen maupun keterangan yang berkaitan dengan permasalahan penelitian. Adapun data yang dimaksud disini adalah suatu data yang berkaitan dengan data lapangan.

Peneliti menggunakan Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok yang telah dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling, buku absensi peserta didik kelas VII sebagai bahan dokumentasi penulis dalam melakukan penelitian.

²⁰ Prof. DR. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung, 2018).

6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat di kelola, mencari dan menentukan pola, memutuskan apa yang diceritakan kepada orang lain.²¹ Analisis data kualitatif biasa saja melibatkan proses pengumpulan data, interpretasi, dan pelaporan hasil secara serentak dan bersama-sama. Dalam menganalisis data terdapat langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mengolah dan mempersiapkan data untuk dianalisis. Langkah ini melibatkan transkripsi wawancara, menscanning materi, menetik data lapangan, atau memilah-milah dan menyusun data tersebut ke dalam jenis-jenis yang berbeda tergantung pada sumber informasi.
2. Membaca keseluruhan data. Langkah pertama adalah membangun general sense atas informasi yang diperoleh dan merefleksikan maknanya secara keseluruhan. Pada tahap ini peneliti menulis catatan-catatan khusus atau gagasan-gagasan umum tentang data yang diperoleh. Menganalisis lebih detail dengan meng-coding data. Coding merupakan proses mengolah materi/informasi menjadi segmen-segmen tulisan sebelum memaknainya. Langkah ini melibatkan beberapa tahap yaitu mengambil data tulisan atau gambar yang telah dikumpulkan selama proses pengumpulan, mengsegmentasi kalimat-kalimat atau gambar-gambar tersebut ke dalam kategori-kategori ini dengan istilah-istilah khusus yang sering kali didasarkan pada istilah/bahasa yang benar-benar berasal dari partisipan.
3. Terapkan proses coding untuk mendeskripsikan setting, orang-orang, kategori-kategori, dan

²¹ Lexy J Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung, 2005).

tema-tema yang akan dianalisis. Deskripsi ini melibatkan usaha penyimpanan informasi secara detail mengenai orang-orang, lokasi-lokasi, atau peristiwa-peristiwa dalam setting tertentu.

4. Menunjukkan bagaimana deskripsi dan tema-tema ini akan disajikan kembali dalam narasi/laporan kualitatif. Pendekatan naratif ini membahas tentang kronologi peristiwa, tema-tema tertentu atau tentang keterhubungan antartema.
5. Langkah terakhir analisis data adalah interpretasi atau memaknai data. Langkah ini membantu peneliti mengungkapkan esensi dari suatu gagasan. Interpretasi juga bisa berupa makna yang berasal dari perbandingan antara hasil penelitian dengan informasi yang berasal dari literatur atau teori.

7. Triangulasi (Keabsahan Data)

Guna memperoleh kesimpulan yang tepat dan obyektif diperlukan kredibilitas data yang bermaksud untuk membuktikan bahwa apa yang berhasil dikumpulkan sesuai dengan apa yang terjadi. Kriteria validasi data digunakan untuk menjamin bahwa data atau informasi yang dikumpulkan mengandung kebenaran baik bagi pembaca maupun subyek yang diteliti.

Selanjutnya digunakan triangulasi data, yaitu mengelompokkan data berdasarkan kategori, tema dan pola jawaban. Pada tahap ini dibutuhkan pengertian yang mendalam terhadap data, perhatian yang penuh dan keterbukaan terhadap hal-hal yang muncul diluar apa yang ingin digali. Berdasarkan kerangka teori dan pedoman wawancara, peneliti menyusun sebuah kerangka awal analisis sebagai acuan dan pedoman dalam melakukan coding (pengkodean). Dalam pedoman ini, peneliti kemudian kembali membaca transkrip wawancara dan mulai melakukan pengkodean data, melakukan pemilihan data yang dianggap relevan dengan pokok pembicaraan. Data yang relevan diberi kode dan

penjelasan singkat, kemudian dikelompokkan atau dikategorikan berdasarkan kerangka analisis yang telah dibuat.²² Setelah data digambar dengan rinci dan jelas, maka peneliti menguji keabsahan data tersebut terhadap asumsi yang dikembangkan dalam penelitian ini. Pada tahap ini kategori yang telah didapat melalui analisis ditinjau kembali berdasarkan landasan teori yang telah dijabarkan dalam bab II dan dari landasan teori dapat dibuat asumsi-asumsi mengenai hubungan antara konsep-konsep dan faktor-faktor yang ada.

Langkah terakhir yaitu mencari alternatif penjelasan bagi data. Setelah kaitan antara kategori dan pola data dengan asumsi terwujud, peneliti masuk kedalam tahap penjelasan. Dan berdasarkan kesimpulan yang telah didapat dari kaitannya tersebut, penulis merasa perlu mencari suatu alternatif penjelasan lain tentang kesimpulan yang telah didapat, yaitu dengan melihat implikasi dari hasil penelitian.

Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini yakni triangulasi dengan teknik yang artinya menggunakan pengumpulan data dari sumber data yang sama. Adapun untuk mencapai kepercayaan itu maka ditempuh langkah sebagai berikut:

1. Menyajikan data hasil observasi dengan data hasil wawancara dan hasil dokumentasi
2. Membandingkan data hasil observasi dengan data hasil wawancara dan hasil dokumentasi
3. Menyimpulkan hasil dari perbandingan observasi, wawancara dan dokumentasi.

Setelah peneliti melakukan penelitian dengan menggunakan metode interview (wawancara), observasi dan dokumentasi, yang kemudian hasil dari penelitian itu digabungkan sehingga saling melengkapi.

22 Maman Rachman, Strategi dan Langkah-langkah Penelitian (Semarang,2005)

I. Sistematika Penulisan

Pembahasan hasil penelitian ini akan disistematika menjadi lima bab yang saing berkaitan satu sama lain. Sebelum memasuki bab pertama akan didahului dengan : halaman sampul, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman pernyataan keaslian, halaman abstrak, halaman motto, halaman riwayat hidup, halaman persembahan, halaman kata pengantar, halaman daftar isi, halaman daftar tabel, halaman daftar dan halaman lampiran.

Pada bab pertama atau pendahuluan berisi tentang penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian terdahulu yang relevan, metode penelitian serta sistematika pembahasan.

Pada bab kedua atau landasan teori berisi tentang landasan teori-teori yang berkaitan dengan tema skripsi.

Pada bab ketiga atau deskripsi objek penelitian yang berisi tentang gambaran umum objek penelitian serta penyajian fakta dan data penelitian.

Pada bab keempat atau analisis penelitian berisi tentang analisis data penelitian yang disesuaikan dengan rumusan masalah atau sub fokus penelitian serta temuan penelitian.

Pada bab kelima atau penutup berisi tentang simpulan yang menyajikan secara ringkas seluruh penelitian yang ada hubungannya dengan masalah penelitian. Simpulan diperoleh berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya. Rekomendasi dirumuskan berdasarkan hasil penelitian, berisi uraian mengenai langkah-langkah apa yang perlu diambil oleh pihak-pihak terkait dengan hasil penelitian yang bersangkutan.

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan sikap yakin terhadap sesuatu. Segala tantangan hidup apapun dapat dihadapi dengan baik, jika mempunyai kepercayaan diri. Kepercayaan diri dapat dibentuk dengan belajar terus menerus, tidak ada perasaan takut jika berbuat salah dan menerapkan aspek kepribadian yang berperan besar bagi keberhasilan seseorang dalam melakukan tugas hidupnya.

Menurut lie kepercayaan diri adalah “meyakini akan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah.”¹ Dengan kepercayaan diri peserta didik merasa dirinya berharga dan mempunyai kemampuan menjalani kehidupan, mempertimbangkan berbagai pilihan dan membuat keputusan sendiri. Peserta didik yang mempunyai kepercayaan diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangannya dengan baik dan memiliki kemampuan untuk belajar menyelesaikan tugas.

Enung Fatimah mendefinisikan bahwa kepercayaan diri adalah “sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.”²

Indikator kepercayaan diri rendah menurut Indari Mastuti dapat dilihat dari beberapa aspek berikut ini : (1) Tidak memiliki kemauan dan usaha, (2) Tidak memiliki sikap optimis, (3) Bergantung pada orang lain, (4) Pesimis (5) Tidak mampu menyesuaikan diri, (6) Tidak dapat

¹ Anita Lie, *Tampil Percaya Diri* (Yogyakarta, 2002).

² Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan* (Bandung, h.49).

memanfaatkan kelebihan, dan (7) Memiliki mental yang rendah.³

Keyakinan dan kepercayaan diri akan timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu yang memang benar-benar mampu dan profesional dalam mengerjakannya. Seseorang dikatakan percaya diri jika mampu dan mahir mengerjakan sesuatu pekerjaan dengan baik. Banyak hal yang bisa peserta didik lakukan dan banyak pula kemampuan yang peserta didik kuasi dalam hidup, namun jika rasa percaya diri hanya didasarkan pada hal ini saja maka peserta didik tidak akan pernah menjadi orang yang benar-benar percaya diri. Karena peserta didik merasa mempunyai rasa percaya diri hanya pada hal-hal tertentu saja yang dimilikinya, namun jika peserta didik menghadapi hal baru, maka peserta didik lebih cenderung banyak berdiam.

Sedangkan menurut Mastuti kepercayaan diri adalah “ sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif bagi lingkungan/situasi yang dihadapinya ”.⁴ Seseorang yang mempunyai rasa percaya diri akan selalu bersikap positif dalam menerima segala tantangan kehidupan yang dilandasi dengan kemampuan untuk memiliki rasa kemandirian dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, maka dapat disimpulkan kepercayaan diri adalah keyakinan mendalam yang dimiliki seseorang akan segala kemampuan yang dimiliki dan menyadari kekurangan yang ada pada dirinya yang bersumber dari hati nurani serta mampu berbuat sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya dan orang lain disekitarnya. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan memahami apa yang ada pada dirinya. Sehingga individu tersebut mengetahui dan paham dengan tindakan apa yang diinginkan. Individu yang memiliki kepercayaan diri dalam melaksanakan aktifitasnya selalu yakin bahwa dirinya

³ Illarezkiwanda, *Dunia BK-Bimbingan dan Konseling*, 2016.

⁴ Indari Mastuti, *Pengembangan Kepercayaan Diri* (Jakarta, 2004).

mampu mengerjakan aktivitas tersebut dengan baik dan memberikan hasil yang optimal.

2. Ciri-ciri Individu yang Mempunyai Kepercayaan Diri

Ciri-ciri individu yang mempunyai kepercayaan diri menurut Lauser yaitu sebagai berikut : tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, tidak membutuhkan dukungan dari orang lain secara berlebihan, bersikap optimis dan gembira.⁵

Adapun penjelasannya sebagai berikut :

- a. Tidak mementingkan diri sendiri.
Individu yang memiliki kepercayaan diri harus mampu dan menyadari akan keberadaan orang lain disekitarnya atau tidak mementingkan dirinya sendiri.
- b. Cukup toleran.
Individu yang mampu bekerja sama mempunyai toleransi dengan individu lain dalam masyarakat. Dengan sikap toleransi maka individu akan dihargai.
- c. Tidak membutuhkan dukungan dari orang lain secara berlebihan.
Orang yang percaya diri tidak membutuhkan dukungan orang lain secara berlebihan dan berusaha untuk bekerja sendiri sesuai dengan kemampuan yang dimiliki, tetapi tetap memperhatikan lingkungan sekitar.
- d. Bersikap optimis dan bergembira.
Yakin akan kemampuan diri yang dimiliki dan tidak terlalu merasakan cemas serta bersikap waspada akan sesuatu kegagalan. Orang yang optimis selalu berfikir positif dalam menghadapi setiap masalah, yakin bahwa setiap permasalahan dapat diselesaikan dengan baik tanpa menimbulkan permasalahan baru.

Pendapat lain dijelaskan oleh Enung Fatimah mengemukakan beberapa ciri-ciri atau karakteristik

⁵ Iswidharmajaya, *Satu Hari Lebih Menjadi Percaya Diri* (Jakarta, 2004).

individu yang mempunyai kepercayaan diri yang proporsional adalah sebagai berikut:

- 1) Percaya akan kemampuan atau kompetisi diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat dari orang lain.
- 2) Tidak mendorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- 4) Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil)
- 5) Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung atau mengharap bantuan orang lain).
- 6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya.
- 7) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.⁶

Berdasarkan uraian diatas bahwa ciri-ciri kepercayaan diri mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi diluar dirinya. Dan yakin akan kemampuan diri yang dimiliki , dan tidak merasakan cemas serta bersikap waspada akan suatu kegagalan.

3. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dan merasa gugup dalam melakukan hal memang cukup sulit dalam memperbaikinya namun tetap bisa diubah. Karena apabila rasa kepercayaan diri yang rendah tetap dipelihara

⁶ Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan* (Perkembangan Peserta didik) , (Bandung:2006)

maka seorang individu itu akan selalu cemas dan merasa takut yang berlebihan dalam segala hal, dan hal itu sangat merugikan dirinya sendiri.

Cara untuk meningkatkan / membangun kepercayaan diri adalah sebagai berikut :

- a. Kenali sumber rasa tidak nyaman.
- b. Kenali bakat dan kemampuan anda.
- c. Selalu bersyukur atas apa yang anda miliki.
- d. Bersikap positif dan berfikir positif.
- e. Berpakaian rapih agar lebih percaya diri.⁷

4. Faktor Penyebab Rendahnya Kepercayaan Diri

Rasa kepercayaan diri yang rendah pada individu merupakan akibat dari peristiwa buruk yang pernah dialami individu pada saat kanak-kanak sehingga membuat individu bersikap acuh tak acuh atau karena akibat ekonomi yang buruk dikeluarganya. Menurut Lina, ada beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri individu yaitu:⁸

- a. Selalu diabaikan
- b. Dikritik terlalu berlebih oleh orang lain
- c. Pengaruh dari orangtua maupu keluarganya
- d. Perolehan individu
- e. Penampilan fisik individu
- f. Pengalaman yang negatif.

Lalu penyebab rendahnya rasa kepercayaan diri juga bisa dikarenakan oleh teknologi dan informasi seperti medsos. Teknologi ialah sebagai media massa yang sangat canggih di era globalisasi dan ini secara tidak langsung mempengaruhi rasa kepercayaan diri individu. Media massa biasanya menuangkan informasi yang kurang tepat untuk

⁷ Norsalim Mochamad, *Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial* (Yogyakarta, 66).

⁸ Hadi Pranoto, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Lampung Utara," *Jurnal Lentera Kependidikan LPPM UM Metro* Vol.1 (2016): 105.

menumbuhkan rasa kepercayaan diri individu. Media massa yang memperlihatkan suatu penampilan rupa yang cantik, ganteng serta penampilan fisik yang ideal seperti: tubuh yang seksi bagi wanita, lelaki yang berotot, berkulit putih, mulus, tinggi, dada bidang, dan gagah seperti para idola. Hal ini pun memiliki efek yang sangat berpengaruh bagi rasa kepercayaan diri individu apalagi bagi remaja yang sedang mencari jati diri dan identitas diri.⁹

5. Manfaat Kepercayaan Diri

Menurut Lina, manfaat mempunyai rasa kepercayaan diri ialah dapat menumbuhkan semangat yang ada dalam diri individu serta sangat berguna untuk menjalani kehidupannya. Yang dapat diuraikan sebagai berikut:¹⁰

- a. Berfikir positif. Manfaat individu yang memiliki rasa kepercayaan diri dalam dirinya tanpa memikirkan orang lain akan menumbuhkan rasa berpikir positif terhadap diri sendiri maupun lingkungan.
- b. Mandiri. Manfaat individu yang memiliki rasa kepercayaan diri, akan menumbuhkan rasa mandiri bahwa dia bisa tanpa harus menunggu bantuan orang lain.
- c. Berprestasi. Akan menunjukkan prestasi yang baik disekolah, serta menunjukkan bahwa belajarnya tidak sia-sia.
- d. Optimis. Menumbuhkan rasa percaya diri yang baik, selalu percaya diri, serta yakin terhadap kemampuan dirinya tidak takut akan kemampuannya.
- e. Kreatif. Rasa kreatif ini akan muncul karena rasa kepercayaan diri ini ada, individu percaya bahwa dia dapat menghasilkan sesuatu dari pikiran atau idenya.

⁹ Hadi Pranoto, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Lampung Utara," *Jurnal Lentera Kependidikan LPPM UM Metro* Vol.1 (2016): 105.

¹⁰ Hadi Pranoto, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Lampung Utara," *Jurnal Lentera Kependidikan LPPM UM Metro* Vol.1 (2016): 106.

- f. Mudah bergaul. Menunjukkan bahwa manfaat rasa kepercayaan diri ini, mudah bergaul mudah beradaptasi dengan lingkungan atau dimanapun.

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa manfaat dari kepercayaan diri dapat menumbuhkan rasa berpikir positif, mandiri, berprestasi, optimis, kreatif, dan mudah bergaul.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.¹¹

Menurut Sukardi layanan bimbingan kelompok yaitu layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.¹²

Bimbingan Kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang terjadi kepedulian bersama anggota kelompok. Masalah yang menjadi topik pembicaraan dalam bimbingan kelompok, dibahas melalui dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pimpinan kelompok (pembimbing atau konselor).

Bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok.

¹¹ Prayitno dan Erman Amti, Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, 1999.

¹² Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, 2002.

Prayitno menyatakan beberapa indikator bimbingan kelompok yaitu :

- a. Mampu berbicara didepan orang.
- b. Mampu mengeluarkan pendapat ide, saran, tanggapan, perasaan, dan lain sebagainya.
- c. Bertanggung jawab atas apa yang dikemukakan.
- d. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi.
- e. Dapat bertenggang rasa.
- f. Menjadi akrab satu sama lainnya.¹³

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh bahan dari narasumber atau membahas secara bersama-sama suatu topik yang berguna untuk perkembangan peserta didik baik secara individual maupun kelompok. Bimbingan kelompok merupakan sarana untuk memberikan kemudahan kepada peserta didik dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan diri individu, dalam arti bahwa bimbingan kelompok memberikan motivasi kepada individu untuk mengubah diri dengan memanfaatkan kemampuan yang dimiliki secara tepat serta dapat memaksimalkan kemampuan-kemampuan tersebut, sehingga mempunyai kepercayaan diri yang lebih baik.

Bimbingan kelompok memiliki manfaat yang efektif bagi peserta didik karena dalam bimbingan kelompok melalui dinamika kelompok atau interkasi dengan anggota-anggota kelompok mereka dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya dan diterima oleh anggota kelompok yang lain, kebutuhan untuk bertukar pikiran dengan berbagai perasaan, serta memunculkan ide-ide atau gagasan yang sesuai dengan pembahasan dalam

¹³ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*, 1995.

kelompok. Dengan terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan tersebut, maka diharapkan para peserta didik dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Dengan demikian bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli (guru pembimbing) pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai tujuan tertentu, tujuan dalam penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta didik. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal para peserta didik.¹⁴

Tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno adalah sebagai berikut :

a. Tujuan umum

Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah perkembangannya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi / berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif.

Melalui layanan bimbingan kelompok diharapkan hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan

¹⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta, 2014).

dapat diungkapkan, diringankan melalui berbagai cara, pikiran yang buntu atau beku dicairkan dan didinamikakan melalui masukan dan tanggapan baru, persepsi yang menyimpang atau sempit diluruskan dan diperluas melalui pencairan pikiran, sikap yang tidak efektif kalau perlu diganti dengan yang baru yang lebih efektif. Melalui kondisi dan proses berperasaan, berpikir, berpersepsi dan berwawasan terarah, luwes, dan luas serta dinamis kemampuan berkomunikasi, bersosialisasi dan bersikap dapat dikembangkan, selain tujuan tersebut yaitu untuk mengentaskan masalah klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

b. Tujuan khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan.¹⁵

3. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok

Fungsi utama bimbingan dan konseling kelompok yang didukung oleh layanan bimbingan kelompok adalah fungsi pemahaman dan fungsi pengembangan.

a. Fungsi pemahaman

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dalam rangka memberikan pemahaman tentang diri klien atau peserta didik beserta permasalahannya dan juga lingkungannya oleh klien itu sendiri dan oleh pihak-pihak yang membantunya (pembimbing).¹⁶ Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri belajar yang rendah diberikan pemahaman bahwa apa yang mereka alami akan

¹⁵ Prayitno, *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok* (Padang, 2004).

¹⁶ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta, 2007).

berdampak pada dirinya sendiri. Apabila peserta didik memiliki kepercayaan diri belajar rendah maka akan menimbulkan akibat yang merugikan. Contohnya seperti tidak berani menanyakan apa materi yang belum dipahami kepada guru, apabila peserta didik tersebut tidak memahami pelajaran tersebut maka akan berdampak pada perolehan nilai yang kurang maksimal.

b. Fungsi pengembangan

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada peserta didik untuk membantu para peserta didik dalam mengembangkan keseluruhan potensinya secara lebih terarah. Hambatan-hambatan yang dialami oleh peserta didik yang memiliki kepercayaan diri belajar rendah dapat diatasi dengan mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimiliki agar lebih terarah. Contohnya peserta didik yang diberikan kesempatan menyampaikan gagasan mengenai materi yang sedang didiskusikan bersama didalam kelas dengan arahan dan pengawasan guru yang bersangkutan.

4. Asas-Asas Bimbingan Kelompok

Dalam kegiatan bimbingan kelompok terdapat tiga asas yang dipakai dalam kegiatan bimbingan kelompok. Asas-asas tersebut yaitu sebagai berikut :

a. Asas kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari si pihak klien maupun dari pihak konselor. Klien diharapkan secara suka rela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa, menyampaikan masalah yang dihadapinya, serta mengungkapkan segenap fakta, data, dan seluk beluk berkenaan dengan masalahnya itu kepada konselor, dan konselor juga hendaknya dapat memberikan bantuan dengan tidak terpaksa, atau dengan kata lain konselor memberikan bantuan dengan ikhlas.¹⁷

¹⁷ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta, 2013).

b. Asas keterbukaan

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan, baik keterbukaan dari konselor maupun keterbukaan dari klien. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, malahan lebih baik, diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah.

c. Asas kenormatifan

Usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik ditinjau dari norma agama, norma adat, norma hukum, norma ilmu, maupun kebiasaan sehari-hari.

5. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok

Suatu proses layanan sangat ditentukan pada tahapan-tahapan yang harus dilalui sehingga akan terarah, runtut, dan tepat pada sasaran. Menurut Prayitno, tahap penyelenggaraan dalam pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok ada lima tahapan kegiatan, yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan.

Setelah kelompok terbentuk, pemimpin kelompok melalui kegiatannya ditempat yang ditentukan. Adapun langkah-langkah kegiatannya adalah mengucapkan selamat datang kepada para anggota, memimpin doa, menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, asas bimbingan kelompok, melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

b. Tahap Peralihan

Tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang terlebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Dalam tahap peralihan langkah-langkah yang harus dilakukan pemimpin

kelompok tentang topik-topik yang akan dibahas didalam kelompok. Topik yang akan dibahas sifatnya umum yang berada diluar diri anggota kelompok yang pernah dilihat, pernah didengar, pernah dibaca dari media massa. Topik tersebut ada yang disiapkan langsung oleh pemimpin kelompok (bimbingan kelompok tugas), adapula topik yang akan dibahas berasal dari masing-masing anggota kelompok (bimbingan kelompok bebas). Bila perlu pemimpin kelompok dapat memberikan contoh topik yang akan dibahas dalam kelompok. Dengan jeli pemimpin harus memperhatikan suasana kelompok tentang kesiapan para anggotanya untuk berperan serta dalam pembahasannya. Kemudian ajakan untuk membahas, mendalami, topik umum yang telah disepakati bersama.

c. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mempertajam topik yang akan dibahas. Kemudian mulai mengemukakan topik bahasan. Dalam bimbingan kelompok tugas, topik bahasan dikemukakan secara langsung oleh pemimpin kelompok dan langsung dibahas sampai tuntas. Dalam kelompok bebas topik bahasan dikemukakan oleh masing-masing anggota kelompok. Setelah mendapat persetujuan dari semua anggota kelompok secara bergantian topik-topik tersebut dibahas tuntas.

Untuk mengurangi ketegangan dan kelelahan dari masing-masing anggota kelompok dapat ditampilkan selingan berupa pembacaan ayat suci Al-Qur'an, permainan, nyanyian, baca puisi dan lain-lain. Selanjutnya setiap anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan komitmennya (apa yang harus dilakukan demi tercapainya tujuan yang dimaksud).

d. Tahap Penyimpulan

Tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai dalam kelompok. Peserta

kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.

e. Tahapan Penutupan

Yaitu merupakan tahap akhir dari seluruh kegiatan. Kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya dan salam hangat perpisahan. Dalam tahapan pengakhiran pemimpin kelompok memberikan informasi bahwa kegiatan akan diakhiri. Untuk itu para anggota diberi kesempatan untuk menyampaikan kesan-kesan kegiatan yang telah dilaksanakan. Berikutnya pemimpin kelompok menanyakan kemungkinan kegiatan tersebut untuk bisa ditindak lanjuti. Anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan pesan dan harapan pada pertemuan mendatang. Kemudian pertemuan ditutup dengan ucapan terima kasih oleh pemimpin kelompok dan diakhiri dengan doa bersama.¹⁸

6. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok menempuh tahap-tahap kegiatan sebagai berikut :

- a. Perencanaan, yang mencakup : (a) Mengidentifikasi topik yang akan dibahas dalam layanan bimbingan kelompok, (b) Membentuk kelompok, (c) Menyusun jadwal kegiatan, (d) Menetapkan prosedur layanan, (e) Menetapkan fasilitas layanan, (f) Meyiapkan kelengkapan administrasi.
- b. Pelaksanaan, yang mencakup kegiatan: (a) Mengomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok, (b) Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok, (c) Menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok melalui tahap-tahap: pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

¹⁸ Prayitno, *Seri Panduan Layanan Kegiatan dan Pendukung Konseling* (Padang, 2012).

- c. Evaluasi, yang mencakup kegiatan: (a) Menetapkan materi evaluasi (apa yang akan dievaluasi), (b) Menetapkan prosedur dan standar evaluasi, (c) Mengoptimalkan instrumen evaluasi, (d) Mengolah hasil aplikasi instrumen.
- d. Analisis hasil evaluasi, yang mencakup kegiatan: (a) Menetapkan norma atau standar analisis, (b) Melakukan analisis, (c) Menafsirkan hasil analisis.
- e. Tindak lanjut, yang mencakup kegiatan: (a) Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, (b) Mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak yang terkait, (c) Melaksanakan rencana tindak lanjut.
- f. Laporan, yang mencakup kegiatan: (a) Menyusun laporan, (b) Menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan pihak-pihak lain yang terkait, (c) Mendokumentasikan laporan layanan.¹⁹

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menurut Ahmad Juntika Nurikhsan, antara lain:

- a. Perencanaan

Langkah atau tahap awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para peserta didik pengertian tujuan dan kegunaan bimbingan kelompok. Setelah penjelasan ini, langkah selanjutnya menghasilkan kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok. perencanaan kegiatan bimbingan kelompok meliputi materi layanan, tujuan yang ingin dicapai, sasaran kegiatan bahan atau sumber bahan

¹⁹ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Padang, 1995).

untuk bimbingan kelompok, rencana penilaian, waktu dan tempat.

b. Pelaksanaan

Kegiatan yang telah direncanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui kegiatan yaitu; persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik tempat dan kelengkapannya persiapan bahan siapa keterampilan dan persiapan administrasi, keterampilan memberikan tanggapan mengenal perasaan peserta didik, mengungkapkan perasaan sendiri dan merefleksikan, keterampilan memberikan pengarahan; memberikan informasi, memberikan nasihat, bertanya secara langsung dan terbuka, mempengaruhi dan mengajak, menggunakan contoh pribadi, memberikan penafsiran, mengkonfrontasikan mengupas masalah dan menyimpulkan. Satu hal lagi yang perlu dipersiapkan oleh guru pembimbing ialah keterampilan memantapkan asas kerahasiaan kepada seluruh peserta.

c. Evaluasi

Penilaian kegiatan bimbingan kelompok difokuskan pada perkembangan pribadi peserta didik dan hal-hal yang dirasakan mereka berguna. isi pesan kesan yang diungkapkan oleh para peserta didik merupakan isi penilaian yang sebenarnya. penilaian terhadap bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, baik melalui essay, daftar cek, maupun daftar isian sederhana. secara tertulis para peserta diminta mengungkapkan perasaannya nya, pendapatnya, minat dan sikapnya terhadap berbagai hal, baik yang telah dilakukan selama kegiatan bimbingan kelompok (isi maupun proses), maupun kemungkinan keterlibatan mereka untuk kegiatan serupa selanjutnya. kepada peserta juga diminta mengemukakan baik lisan maupun tertulis tentang hal-hal yang paling berharga

atau kurang mereka senang selama kegiatan bimbingan kelompok.

Penilaian terhadap bimbingan kelompok berorientasi pada perkembangan yaitu mengenali kemajuan atau perkembangan positif yang terjadi pada diri peserta didik. Lebih jauh penilaian terhadap bimbingan kelompok lebih bersifat penilaian” dalam proses” yang dapat dilakukan melalui; mengamati partisipasi dan aktifitas peserta selama kegiatan berlangsung, mengungkapkan pemahaman peserta atas materi yang dibahas, mengungkapkan kegunaan bimbingan kelompok bagi mereka dan perolehan mereka sebagai hasil dari keikutsertaan bimbingan kelompok, mengungkapkan minat dan sikap mereka tentang kemungkinan kegiatan lanjutan, mengungkapkan kelancaran proses dan suasana penyelenggaraan bimbingan kelompok.²⁰

C. Teknik *Self-Instruction*

1. Pengertian *Self-Instruction*

Self-Instruction merupakan satu dari beberapa teknik *cognitive behavioral therapy (CBT)* yang dikembangkan oleh Donald Menichenbeum. *Self-Instruction* adalah sebuah teknik perilaku kognitif yang dimaksudkan guna untuk memodifikasi perilaku mereka sendiri. Teknik ini membantu orang mengubah apa yang menjadi anggapan mereka tentang diri mereka sendiri.²¹

Self-Instruction adalah suatu teknik yang membantu konseli terhadap apa yang konselor katakan pada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif. *Self-Instruction* merupakan teknik kognitif yang paling populer yang sering digunakan untuk anak dan telah banyak diaplikasikan dalam lingkup yang luas pada gangguan anak.

²⁰ Achmad Juntika Nurikhsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling* (Bandung, 2012).

²¹ Wilkan Putri Larasati, *Meningkatkan Self-Esteem Melalui Self-Instruction*, 2012.

Self-intruction merupakan teknik dimana dalam pendekatan perilaku kognitif dapat mengubah anggapan individu terhadap situasi atau keadaan yang sulit agar mereka merasa menjadi lebih baik.

2. Penerapan Teknik *Self-Intruction*

Menurut Bryant & Budd teknik *self-intruction* merupakan teknik yang cocok digunakan dalam mengatasi masalah emosional dan perilaku konseli. Dengan menggunakan teknik *self-intruction* diharapkan peserta didik mampu melakukan perubahan dari cara berfikirnya, dan mampu mengendalikan diri dari gangguan yang dialaminya.²² Ada tiga cara dalam penerapan teknik *self-intruction* pada peserta didik yaitu :

a. Metode non-interaktif

Metode non-interaktif yaitu hanya diberikan instruksi kepada peserta didik, kemudian peserta didik mencobanya secara berulang-ulang melalui aktifitas dan verbalisasi. Sebagai contoh konselor memerintahkan peserta didik untuk mengucapkan kalimat “saya bisa mengerjakan tugas ini dengan baik” secara keras kemudian peserta didik menirukannya, setelah peserta didik mampu menguasai kalimat tersebut peserta didik diminta mengulang-ulangnya hingga mampu diterapkan.

b. Metode interaktif

Metode interaktif yang dipasangkan dengan teknik kontrol diri seperti monitoring diri, evaluasi diri, dan pengukuran diri.

c. Penerapan modeling, imitasi dan eksekusi

Konselor pertama-tama mencontohkan, kemudian peserta didik menirukan bersama konselor, setelah peserta didik mampu maka peserta didik diperintahkan untuk mengerjakan sendiri.

²² Lorie E dan Karren S. Budd Bryant, “Self-Intruction Training To Increase Indepen Work Performance In Pre Schooler,” *Journal Of Applied Behavioral Analysis University of Nebraska Medical Center* 15 (1982).

3. Tujuan Teknik *Self-Instruction*

Self-instruction merupakan salah satu teknik dalam *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* yang dikembangkan oleh Meichenbaum. *Cognitive Behavior Therapy* merupakan pendekatan sebagai sebuah integrasi dari metode-metode kognitif dan perilaku. *Self-instruction* bertujuan untuk dapat membentuk ulang pola-pola kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan-keyakinan dan penilaian-penilaian irasional, merusak dan menyalahkan diri sendiri.²³

Pola kognitif, asumsi, keyakinan, dan penilaian irasional serta menyalahkan diri sendiri kerap kali dialami oleh peserta didik yang memiliki kepercayaan diri belajar yang rendah. Contohnya ketika peserta didik ingin mengungkapkan pendapat dihadapan teman-temannya ia merasa malu dan sungkan. Hal itu terjadi karena peserta didik tersebut sudah meyakini akan mendapatkan respon yang tidak baik. Maka dari itu sangat penting dilakukannya upaya agar hal tersebut tidak terjadi secara terus-menerus.

4. Tahap-tahap Dalam Teknik *Self-Instruction*

Teknik self-instruction yang digunakan adalah penerapan modeling, imitasi, dan eksekusi yang menyatakan bahwa terdapat tiga tahapan yang digunakan dalam teknik ini yaitu:

- a. Tahapan pertama yaitu pengumpulan informasi yang berkaitan dengan konseptualisasi masalah yang dihadapi. Dalam tahapan ini konseli diharapkan lebih sensitif terhadap pikiran, perasaan, perbuatan, reaksi fisiologis dan pola reaksi terhadap orang lain dan lingkungan belajar.
- b. Tahapan kedua yaitu melakukan konseptualisasi terhadap masalah. Pada tahapan ini konselor merencanakan intervensi dalam konteks melakukan observasi terhadap masalah. Konselor mengidentifikasi pikiran dan perasaan yang irasional yang menyebabkan terjadinya masalah.

²³Kasa, "Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP."

- c. Tahapan ketiga yaitu melakukan perubahan langsung. Tahapan ini merupakan tahapan perubahan perilaku dengan menggunakan ungkapan diri. Adapun contoh mengirasionalkan fikiran yang irasional adalah sebagai berikut:
- 1) Saya bukanlah anak yang pemalas disekolah akan tetapi perilaku sayalah yang pemalas, oleh karena itu saya harus merubah perilaku malas saya dan menjadi semangat berangkat sekolah lagi.
 - 2) Saya bukanlah anak yang malas menghafal akan tetapi perilaku sayalah yang malas menghafal saya, oleh karena itu saya harus merubah perilaku malas menghafal saya menjadi semangat menghafal lagi.
 - 3) Saya bukanlah anak yang sering mengantuk akan tetapi perilaku saya lah yang suka mengantuk, oleh karena itu saya harus membuang perilaku mengantuk saya menjadi tidak mudah mengantuk lagi.²⁴

Adapun penerapan *teknik self-intruccion* terdapat lima prosedur penerapan teknik self-intruccion ini (Cormier, 2003).

- a. Konselor menjadi model bagi konseli, pertama memberikan contoh dengan menyuarakan dengan lantang atau keras dialog internal konseli dan konseli mengikutinya dengan merefleksikan dialog internal tersebut ke perilaku.
- b. Konseli kemudian mengikuti apa yang sudah dicontohkan konselor, menyuarakan dialog internalnya secara lantang dan keras (overt) dan langsung merefleksikannya ke perilaku.
- c. Konseli diinstruksikan untuk mengulang kembali dengan tugas yang sama yaitu menyuarakan dialog

²⁴ Putri Larasati, Wikan. Meningkatkan Self-Esteem Melalui Metode Self-Intruccion (Enhancing Self Esteem trough Self Intruccion Method). (online), tersedia di: <http://ulankeyla.co.id/2011/07/self-esteem> melalui metode self-intruccion.

- internalnya dengan lantang dan keras (overt) dan langsung merefleksikannya ke perilaku.
- d. Konseli menyuarakan dialog internalnya secara samar (hanya terdengar olehnya) dan langsung merefleksikannya ke perilaku.
 - e. Terakhir, konseli melakukan dengan menginstruksi pada dirinya sendiri yaitu dengan menyuarakan dialog internalnya hanya dalam hatinya saja (covert) dan langsung merefleksikan ke perilaku.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diteliti dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII di MTs An-Nur Lampung Tengah sangat berpengaruh untuk membantu masalah kepercayaan diri peserta didik dan dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Hal ini diungkapkan oleh guru mata pelajaran atau walikelas dan terlihat disetiap kegiatan belajar disekolah.

Pada saat melakukan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VII di MTs An-Nur Lampung Tengah, guru BK melaksanakannya melalui beberapa tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Pada tahap perencanaan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik di MTs An-Nur Lampung Tengah yang pertama mengidentifikasi topik yaitu, mengetahui permasalahan kepercayaan diri rendah peserta didik dan memberikan materi atau topik. Kedua membentuk kelompok. Ketiga menyusun jadwal kegiatan yaitu menentukan waktu untuk melaksanakan kegiatan sesuai dengan hasil musyawarah. Keempat menetapkan prosedur layanan yaitu membuat RPL sebagai acuan untuk memberikan materi sebelum bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction berlangsung. Kelima menetapkan fasilitas layanan yaitu menyiapkan ruangan yang akan dipakai untuk melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction. Terakhir menyiapkan kelengkapan administrasi yaitu data-data peserta didik yang kepercayaan diri nya rendah didapat dari buku kasus.

Tahap pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dilaksanakan melalui beberapa tahapan yaitu: tahap

pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap penutupan.

Tahap evaluasi pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang pertama yaitu menetapkan prosedur evaluasi dengan cara melihat catatan perkembangan peserta didik saat melaksanakan bimbingan kelompok. Kedua yaitu mengoptimalisasikan instrumen evaluasi dengan cara memberi pertanyaan kepada peserta didik untuk menilai optimal atau tidaknya dalam melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dan yang terakhir yaitu mengolah instrumen hasil evaluasi dengan cara guru BK bekerjasama dengan guru mata pelajaran atau walikelas untuk mengayomi dan melihat perkembangan peserta didik yang telah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction.

B. Rekomendasi

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu:

1. Bagi Kepala Sekolah
 - a. Diharapkan bagi kepala sekolah agar terus memberi dukungan kepada program bimbingan dan konseling.
 - b. Dalam penelitian ini, terlihat bahwa guru bimbingan dan konseling sangat sedikit jumlahnya sehingga diharapkan kepada kepala sekolah agar menambah jumlah guru bimbingan dan konseling untuk membantu dan membimbing peserta didik dalam menghadapi kekeliruan tingkah lakunya.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Dalam penelitian ini, guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat menggunakan layanan-layanan yang tersedia didalam ilmu bimbingan dan konseling disekolah dan mengenalkan ke peserta didik apa itu bimbingan dan konseling agar peserta didik tidak berpikiran bahwa guru bimbingan konseling adalah polisi sekolah dan peserta didik bisa lebih terbuka dengan guru bimbingan dan konseling.

3. Bagi Peneliti Lain

Kepada peneliti lain yang akan meneliti tentang pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan kepercayaan diri diharapkan penelitiannya jauh lebih baik lagi agar dapat membantu peserta didik dan memotivasi peserta didik agar lebih semangat dalam belajar.

DAFTAR RUJUKAN

- Achmad Juntika Nurikhsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling* (Bandung, 2012).
- Al-Quran dan Terjemahannya (Bandung: CV Diponegoro,2000) h.53
- Al-Quran dan Terjemahannya (Bandung:CV Diponegoro,2000) h.164
- Anita Lie, *Tampil Percaya Diri* (Yogyakarta, 2002).
- Ardhaneswari Habiba, “Penerapan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMPN 5 Cepu,” *Jurnal BK UNESA* 1 (2013): 187–95.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta, 2002).
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, 2002.
- Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa, h.190
- Enggar Suyekti, *Efektifitas Teknik Self-Instruction Dalam Mereduksi Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI MA YARABI KEc. Grobongan, Kab. Grobongan*, 2017.
- Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan* (Bandung, h.49).
- Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan* (Perkembangan Peserta didik) , (Bandung:2006)
- Feri Kristianti,Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2006/2007.
- Fiorentika Kasa, “Keefektifan teknik Self Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP,” *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 1 (2016).

- Hadi Pranoto, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Lampung Utara," *Jurnal Lentera Kependidikan LPPM UM Metro* Vol.1 (2016): 105.
- Hadi Pranoto, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Lampung Utara," *Jurnal Lentera Kependidikan LPPM UM Metro* Vol.1 (2016): 106.
- Illarezkiwanda, *Dunia BK-Bimbingan dan Konseling*, 2016.
- Indari Mastuti, *Pengembangan Kepercayaan Diri* (Jakarta, 2004).
- Iswidharmajaya, *Satu Hari Lebih Menjadi Percaya Diri* (Jakarta, 2004).
- John W. Creswell, *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed* (Yogyakarta, 2013).
- Kadek Suhardita, Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa, Edisi Khusus No 1 (Bandung UPI, n.d.).
- Kasa, "Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP."
- Lexy J Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung, 2005).
- Lorie E dan Karren S. Budd Bryant, "Self-Instruction Training To Increase Indepen Work Performance In Pre Schooler," *Journal Of Applied Behavioral Analysis University of Nebraska Medical Center* 15 (1982).
- Norsalim Mochamad, *Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial* (Yogyakarta, 66).
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013) h.309.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, 1999.

- Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*, 1995.
- Prayitno, *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok* (Padang, 2004).
- Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta, 2013).
- Prayitno, *Seri Panduan Layanan Kegiatan dan Pendukung Konseling* (Padang, 2012).
- Prayitno dan Erman Amti, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Padang, 1995).
- Prof. DR. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung, 2018).
- Putri Larasati, Wikan. Meningkatkan Self-Esteem Melalui Metode Self-Instruction (Enhancing Self Esteem trough Self Intruction Method). (online), tersedia di: <http://ulankeyla.co.id/2011/07/self-esteem> melalui metode self-intruction.
- Rico Asfany, *Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Client Centered Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Terbanggi Besar*, 2014.
- Suhardita. Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa, h.190
- Sumardi Suryabrata, *Metodologi Penelitian* (Jakarta,2010).
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Rajawali Pers, 2009) h,170.
- Yan Vita, "Penguatan Sikap Percaya Diri," *Jurnal Internasional 1* (2016).
- Wikan Putri Larasati, *Meningkatkan Self-Esteem Melalui Metode Self-Instruction*, 2012.

LAMPIRAN

LEMBAR PERSETUJUAN WAWANCARA
Pernyataan Kesiediaan Menjadi Informan Penelitian yang
Berjudul:
PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION DALAM
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VII DI MTs AN-NUR LAMPUNG TENGAH
(Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam)

Identitas Informan

Nama : Nufus Amalia, S.Pd

Profesi : Guru Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa bersedia menjadi informan penelitian yang dilakukan oleh Dina Shonia dari Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini saya sampaikan dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Bandar Lampung, 25 Oktober 2022

Guru Bimbingan dan Konseling



Nufus Amalia, S.Pd

Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Dina Shonia".

Dina Shonia
NPM.1611080416

Lembar Observasi

No	Aspek	Komponen	Pelaksanaannya	
			IYA	TIDAK
1.	Perencanaan	1. Mengidentifikasi Topik	√	
		2. Membentuk Kelompok	√	
		3. Menyusun Jadwal Kegiatan	√	
		4. Menetapkan Prosedur Layanan	√	
		5. Menetapkan Fasilitas Layanan	√	
		6. Menyiapkan Kelengkapan Administrasi	√	
2.	Pelaksanaan	1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok		√
		2. Mengorganisasikan layanan bimbingan kelompok		√
		3. Menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok dengan tahap-tahap; Pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran	√	
3.	Evaluasi	1. menetapkan materi evaluasi		√
		2. menetapkan prosedur evaluasi	√	
		3. menyusun instrumen evaluasi		√

		4. mengoptimalkan instrument evaluasi	√	
		5. mengolah hasil aplikasi instrument	√	


Bandar Lampung, 25 Oktober 2022

Guru Bimbingan dan Konseling



Nufus Amalia, S.Pd

Peneliti



Dina Shonia
NPM.1611080416

Pedoman Wawancara

No	Komponen	Pertanyaan	Jawaban Guru BK
1.	<p>(Perencanaan) Mengidentifikasi Topik</p>	<p>Topik apa yang akan dibahas didalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?</p>	<p>Topik tentang kepercayaan diri, tentang apa penyebab peserta didik itu apa sehingga mereka merasa tidak pede, kepercayaan dirinya rendah. Jadi setiap pagi mereka sebelum pelajaran mulai itu wajib untuk sholat dhuha dulu berjamaah di mushola, setelah itu baru mereka pergi ke kelas masing-masing untuk menunggu kedatangan guru yang akan mengajar jam pertama, nah awalnya ibu dapat laporan dari walikelas kalau beliau mendapat laporan dari guru mata pelajaran itu ada siswa kelas VII yang kalau dikelas disuruh maju tidak mau, tidak pede duluan padahal</p>

			<p>temen-temen nya yang lain pun belum tentu benar kalau disuruh maju untuk menjawab soal. Nah itu didalam kelas enggak cuma satu atau dua siswa aja yang kalau disuruh kedepan malu, itu ada beberapa siswa yang tidak pede, makanya guru mata pelajaran tersebut bercerita melaporkan ke walikelas nya tentang siswa dikelas itu, karena kalau dibiarin terus menerus kasian siswa ntah dia paham atau tidaknya dengan pelajaran itu kan kita tidak tahu. Lalu walikelas itu sharing lah dengan ibu tentang siswa tersebut bagaimana caranya agar masalah siswa tersebut dapat teratasi. Nah biasanya itu kami panggil siswa yang</p>
--	--	--	---

			bersangkutan jika hanya 1-2 orang saja yang terdapat permasalahan itu biasanya kami berikan bimbingan individu, tapi kalau lebih dari 1-2 orang kami berikan layanan bimbingan kelompok dan biasanya ibu kaitkan dengan ilmu keagamaan juga.
2.	Membentuk Kelompok	Bagaimana cara membentuk kelompok untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?	Caranya, kan kalau disekolah kami ini jika terdapat siswa yang bermasalah contohnya seperti kepercayaan dirinya rendah biasanya guru mata pelajaran melaporkan siswa itu ke walikelas terlebih dahulu, kalau walikelas tersebut tidak sanggup untuk menangani sendiri biasanya beliau meminta bantuan atau menyerahkan siswa yang bermasalah ke guru BK yang ada disekolah. Seperti

			yang ibu katakan tadi kalau terdapat siswa yang bermasalah tadi lebih dari 1-2 orang ibu berikan layanan bimbingan kelompok.
3.	Menyusun Jadwal Kegiatan	Bagaimana cara menyusun jadwal kegiatan pada layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?	Dalam menyusun jadwal kegiatan layanan bimbingan kelompok itu biasanya ibu dan siswa itu bermusyawarah guna membahas apa masalah yang sedang membuat mereka tidak pede, yang membuat mereka takut sebelum mencoba, dan itu ibu buat jadwal seminggu 2 kali pertemuan dengan waktu 60 menit dengan melihat perkembangan siswa dan keberhasilan layanan bimbingan kelompok tersebut.

4.	Menetapkan Prosedur Layanan	Bagaimana cara menetapkan prosedur layanan untuk bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?	Caranya, sebelum menerapkan layanan bimbingan kelompok pasti ibu buat terlebih dahulu prosedur layanan seperti RPL dengan sedikit membahas materi atau topik tentang kepercayaan diri dan ibu kaitkan dengan Ilmu keagamaan. Pada saat itu ibu terapkan tahapan-tahapan yang ada di bimbingan kelompok seperti tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan terakhir tahap penutupan.
5.	Menetapkan Fasilitas Layanan	Bagaimana cara menetapkan fasilitas layanan untuk bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?	Sebelum melaksanakan bimbingan kelompok ibu pasti awalnya menyiapkan tempat atau ruangan untuk melakukan bimbingan kelompok seperti di ruangan BK dan ibu mewajibkan mereka membawa peralatan

			tulis untuk menulis kegiatan apa saja yang dilakukan dalam bimbingan kelompok mulai dari awal pertemuan satu sampai pertemuan akhir.
6.	Menyiapkan Kelengkapan Administrasi	Bagaimana cara menyiapkan kelengkapan administrasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?	Dalam menyiapkan kelengkapan administrasi biasanya di sekolah ini dicatat di buku tulis atau di buku catatan kasus. Itu semua masalah siswa disekolah ini dicatat disitu, jadi tidak hanya kasus seperti ini kepercayaan diri rendah saja yang dicatat tapi semua masalah siswa seperti masalah membolos disaat jam pelajaran, dan lain-lainnya itu semua dicatat, lalu ibu selaku guru BK menangani siswa tersebut melihat dari data kasus serta laporan dari wali kelas, kemudian baru ibu berikan

			layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction.
1.	(Pelaksanaan) Menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok dengan tahap-tahap: pembentukan, peralihan, kegiatan, penutupan	Bagaimana menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction melalui tahap-tahap: pembentukan, peralihan, kegiatan, penutupan?	Tahap Pembentukan Ibu biasanya mengumpulkan mereka itu saat jam istirahat, setelah itu ibu membuka dengan salam dan mengucapkan terimakasih kepada siswa yang telah hadir. Siswa awalnya masih bingung dan takut karena dipanggil dengan guru BK tapi ibu menjelaskan dengan hangat apa tujuan ibu untuk memanggil mereka. Dalam melakukan bimbingan kelompok ini terdapat tahapan-tahapan yaitu tahapan pembentukan, lalu siswa saling berkenalan satu sama lain dan ibu juga memberikan

		<p>pemahaman apa itu bimbingan kelompok, asas-asas yang terdapat di dalam bimbingan kelompok secara detail apa itu asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kenormatifan, dan ibu juga menjelaskan manfaat dari bimbingan kelompok. Setelah memberikan pemahaman selanjutnya ibu sekilas menanyakan kepada mereka tentang harapan-harapan apa yang ingin dicapai dengan bimbingan kelompok ini, karena setiap siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah pasti dibenak mereka ingin berubah menjadi lebih baik.</p> <p>Tahap Peralihan Pada tahap peralihan ini ibu</p>
--	--	--

		<p>selalu bersikap hangat agar siswa tidak tegang meyakinkan mereka kembali agar tidak usah ragu, malu dan mengajak siswa untuk mengungkapkan semua pendapat-pendapatnya. Kemudian ibu menanyakan ke mereka apakah mereka sudah siap menjalani bimbingan kelompok ini.</p> <p>Tahap Kegiatan Ditahap inilah ibu melakukan bimbingan kelompok dengan satu teknik yaitu teknik self-instruction, karena hal yang terjadi adalah masalah kepercayaan diri yang rendah dan ibu lebih memfokuskan ke masalah itu. Dalam tahap ini ibu meminta kepada mereka menyatakan</p>
--	--	--

			<p>secara terbuka penyebab permasalahan yang mereka alami dan memberikan materi atau topik yang berkaitan dengan permasalahan mereka. Setelah itu ibu membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah kepercayaan diri rendah dari yang negatif menjadi positif seperti sering menganggap rendah kemampuan diri sendiri dan cenderung pesimis menjadi lebih pede atas kemampuan yang ada di dalam diri sendiri, kurang dalam berkomunikasi dan sulit dalam menyampaikan ide-ide serta pendapat dirinya menjadi berani mengemukakan pendapat serta ide-ide yang ada di dirinya. Pertemuan</p>
--	--	--	---

			<p>selanjutnya ibu dan siswa menganalisis kegiatan apa saja yang harus dilakukan dengan siswa ini agar mereka punya kepercayaan diri agar lebih pede lagi dan semangat untuk belajar didalam kelas.</p> <p>Tahap Penutupan Pertemuan terakhir ibu mengucapkan terimakasih ke siswa yang telah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dan ibu mengajak mereka untuk mengemukakan kesan selama bimbingan kelompok ini dilakukan. Dan ibu juga memberikan penguatan berupa pesan agar mereka tetap semangat dan lebih pede lagi untuk berani maju</p>
--	--	--	--

			<p>kedepan mengemukakan ide-ide yang ada di dirinya, selanjutnya menutup kegiatan dengan membaca doa dan salam.</p>
1.	<p>(Evaluasi) Menetapkan Prosedur Evaluasi</p>	<p>Bagaimana menetapkan prosedur evaluasi pada bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?</p>	<p>Menetapkan prosedur itu caranya, ibu melihat catatan dari awal kegiatan melakukan bimbingan kelompok, jika masih ada siswa yang kepercayaan dirinya rendah saat sedang melaksanakan bimbingan kelompok maka akan ibu tangani dengan bimbingan individu, jika tidak berhasil maka ibu akan alih tangankan ke waka kesiswaan, dan jika tidak berhasil juga maka kami panggil orangtua nya untuk saling membantu membimbing anak tersebut. Tapi</p>

			<p>alhamdulillah selama kami melaksanakan bimbingan kelompok siswa kami sedikit-sedikit menunjukkan perubahannya didalam kelas.</p>
2.	Mengoptimalkan instrumen evaluasi	<p>Bagaimana mengoptimalkan instrumen evaluasi pada bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?</p>	<p>Dalam mengoptimalkan biasanya di setiap akhir melakukan bimbingan kelompok itu ibu memberikan pertanyaan kepada para siswa tentang bagaimana perasaan, pengalaman mereka setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction , dan alhamdulillah jawaban mereka tidak mengecewakan. Mereka menjawab bahwa sangat terbantu dengan layanan bimbingan kelompok dan ibu perhatikan mereka</p>

			<p>sangat antusias dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok, dari situ ibu melihat bahwa layanan bimbingan kelompok berjalan optimal bagi mereka.</p>
3.	Mengolah hasil instrumen evaluasi	<p>Bagaimana mengolah hasil instrumen evaluasi pada bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction?</p>	<p>Mengolah instrumen itu biasanya ibu bekerja sama dengan guru mata pelajaran atau walikelas, dan siswa lainnya agar mengayomi siswa untuk selalu melihat perkembangan siswa yang telah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction. Jika masih ada siswa yang kepercayaan dirinya rendah iya itu tadi, maka ibu lakukan bimbingan individu, jika itu tidak berhasil maka ibu alih tangan ke waka kesiswaan atau orangtua siswa.</p>



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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung ☎ (0721) 703260

Nomor : B- Un.16/DT/PP.009.7/10 /2022 Bandar Lampung, 13 Oktober 2022
Sifat : Penting
Perihal : Permohonan Mengadakan Penelitian

Kepada Yth.
Kepala MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah
di
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah memperhatikan Judul Skripsi dan Out Line yang sudah disetujui oleh dosen Pembimbing Akademik (PA), maka dengan ini Mahasiswa/i Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung :

Nama : Dina Shonia
NPM : 1611080416
Semester/T.A : XIII (Tiga Belas)
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-
Intruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta Didik
Kelas VII MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah.

Akan mengadakan penelitian di MTs An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah, Guna mengumpulkan data dan bahan-bahan skripsi yang bersangkutan. Waktu yang diberikan mulai tanggal 13 Oktober 2022 sampai dengan 13 November 2022.

Demikian, atas perkenan dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan,

Prof. Dr. H. Nurva Diana, M.Pd.
NIP. 19640828 198803 2 002

Tembusan :

1. Wakil Dekan Bidang Akademik;



SURAT IZIN PENELITIAN
No.27/PP/LM-NM/VI/2022

Berdasarkan surat dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tanggal 13 Oktober 2022 perihal permohonan mengadakan penelitian dengan ini kepala MTs An-Nur Lampung Tengah memberikan izin kepada

NO	Nama	NPM	Program Studi
1	Dina Shonia	1611080416	Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Mengadakan penelitian untuk keperluan menyusun skripsi dengan judul: Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Intruccion Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta Didik Kelas VII Mts An-Nur Gunung Batin Lampung Tengah. Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lampung Tengah, 13 November 2022

Kepala MTs An-Nur Lampung Tengah



Astunanza, S.Ag., M.Pd.I
Nip. 197009282007012016



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KELOMPOK

SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2019/2020

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik/Tema Layanan	Pemahaman Diri
D	Fungsi Layanan	Pemahaman, Pengentasan
E	Tujuan Umum	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta Didik/Konseli dapat menyimpulkan pemahaman diri yang dimiliki2. Peserta didik/konseli dapat mengelola pemahaman diri nya agar berkembang3. Peserta didik/konseli dapat mengembangkan pemahaman diri
F	Sasaran Layanan	Kelas VII
G	Materi Layanan	Pengembangan Pribadi
H	Waktu	2x60 Menit
I	Metode/Teknik	Bimbingan Kelompok / Self-intruction
J	Media / Alat	PPT, Buku, dan Pena
K	Pelaksanaan	
	1.Tahap Awal/pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK membuka dengan salam dan berdoa2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (mengucapkan salam dan saling berkenalan)3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai4. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab peserta didik5. Guru BK menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan (konsolidasi)6. Guru BK menanyakan kalau ada siswa yang belum mengerti diberi penjelasan7. Guru BK menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan dan mulai ketahap inti
	2.Tahap Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat2. Memberikan topik tentang pengembangan pribadi dan pentingnya topik tersebut dibahas(dikaitkan dengan keagamaan)3. Menyampaikan garis besar materi4. Mengajak peserta didik untuk aktif dalam kegiatan5. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik

		6. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan
	3.Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksikan kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur / berdoa dan mengakhiri dengan salam
L	Evaluasi	
	1.Evaluasi Proses	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan refleksi hasil 2. Mengamati sikap / antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: Menyenangkan / Kurang menyenangkan / tidak menyenangkan 2. Evaluasi terhadap cara guru BK dalam menyampaikan materi : mudah dipahami / tidak mudah / sulit dipahami 3. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik / kurang menarik / tidak menarik untuk diikuti

Mengetahui;

Guru Bimbingan dan Konseling


NUFUS MALIA, S.Pd

Lampung Tengah, 03 Maret 2020
Kepala MTs An-Nur Lampung Tengah


ANFIRIANA, S.Ag., M.Pd.I
NIP. 19700928 200701 2016





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-0871/Un.16 / P1 /KT/VI/ 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

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION
UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII
MTs AN-NUR GUNUNG BATIN LAMPUNG TENGAH**
Karya

NAMA	NPM	FAK/PRODI
DINA SHONIA	1611080416	FTK/BKPI

Bebas Plagiasi sesuai Cek 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, 22 Juni 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

PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK SELF-
INSTRUCTION UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN
DIRI PADA PESERTA DIDIK
KELAS VII MTs AN-NUR
GUNUNG BATIN LAMPUNG

Submission date: 22-Jun-2023 10:40AM (UTC+0700)

Submission ID: 2120672816

File name: TURNITIN-DINA_SHONIA.doc (203K)

Word count: 7976

Character count: 52694

TENGAH

by Dina Shonia

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK SELF-INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII MTs AN-
NUR GUNUNG BATIN LAMPUNG TENGAH

ORIGINALITY REPORT

20%	%	20%	17%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	4%
2	Ayu Andira, Wa Ode Suarni. "LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN SOSIAL SISWA", Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan dan Konseling, 2020 Publication	1%
3	Submitted to IAIN Kudus Student Paper	1%
4	Syahrul Syahrul, Nurmayanti Nurmayanti. "Pengelolaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan di SMA Muhammadiyah Kendari", Shautut Tarbiyah, 2020 Publication	1%
5	Submitted to Universitas Sam Ratulangi Student Paper	1%

33

Submitted to Universitas Pendidikan
Indonesia

Student Paper

<1%

Exclude quotes On

Exclude matches < 5 words

Exclude bibliography On