

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN  
PENDEKATAN REALITAS UNTUK MENINGKATKAN  
KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS X  
DI SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Skripsi**

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

**Oleh**

**MUTIARA ICMI SIMANJUNTAK  
NPM : 1311080016**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1438 H / 2018 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN  
PENDEKATAN REALITAS UNTUK MENINGKATKAN  
KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS X  
DI SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Skripsi**

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

**Oleh**

**MUTIARA ICM SIMANJUNTAK**

NPM : 1311080016

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Drs. Yahya AD, M.Pd

Pembimbing II : Defriyanto, S.IQ, M.Ed

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1439 H / 2018 M**

## ABSTRAK

### PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN REALITAS UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS X DI SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Oleh:

**Mutiara Icmi Simanjuntak**

Kepercayaan diri yang rendah merupakan awal dari terhambatnya perkembangan diri peserta didik yang optimal dan prestasi yang diinginkan. Kepercayaan diri rendah terdapat pada peserta didik kelas X di SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung sehingga diperlukan sebuah upaya untuk mengatasi kepercayaan diri rendah melalui konseling kelompok dengan pendekatan realitas. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas X di SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre-eksperimental design dengan one-group *pretest* dan *posttest*, analisis data menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank dengan Statistik non parametrik karena data yang diperoleh kurang dari 25 peserta didik dan sampel penelitian berjumlah 10 peserta didik kelas X yang masih memiliki kepercayaan diri rendah. Sebelum mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas adalah 54,1, setelah diberikan layanan konseling kelompok melalui pendekatan realitas terjadi peningkatan skor menjadi 120,3. Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank* di peroleh nilai  $Z_{hitung}$  untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah  $-2.803 \geq 49,78 Z_{tabel}$  dengan probabilitas (sig)  $0.000 \geq 0,05$  Karena probabilitas (sig)  $0.000 \leq 0,05$  maka  $H_0$  Ditolak.

Maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan realitas dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas X di SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Saran untuk guru bimbingan konseling hendaknya dapat lebih kreatif dalam memberikan layanan konseling kelompok dan dapat pula menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

**Kata kunci:** *konseling kelompok, pendekatan realitas dan kepercayaan diri*

## MOTTO

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ۝ ٣٠

Artinya: "Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu" (QS. Fushilat-30)

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Ayahku tersayang Nelwan Simanjuntak dan Ibuku tercinta Ernayati yang kesabarannya tak dapat ku tembus, terima kasih atas segala hal yang telah kalian berikan, atas untaian doa yang tak pernah henti, atas keridhaan kalian sehingga anakmu dipermudahkan Dzat Yang Maha Rahman dan Rahiim dalam menorehkan kehidupan ini. Terimakasih atas nasihat, kasih sayang, pengorbanan dan dorongan untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat menjadi salah satu wujud bakti dan ungkapan rasa terima kasih yang tak terhingga.
2. Abangku Erwin Ruliyansyah, S.Kom dan Adikku Wilma Aprilia Simanjuntak, terimakasih atas motivasi dan dukungan moril maupun materi yang telah dikorbankan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Sahabat-sahabatku seperjuangan Dewi Sarah Eva Yunita, Rita Oktavia, S.Pd dan Septiani Amanah, S.Pd yang selalu memberikan semangat, dukungan dan sebagai motivasi dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, banyak cerita suka maupun duka yang telah kita lalui bersama semoga kelak kita dipertemukan dengan cerita kesuksesan kita.
4. Almamaterku yang tercinta yaitu UIN Raden Intan Lampung.

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis lahir pada tanggal 22 juli 1994 di Desa Natar, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan. Penulis adalah anak kedua dari 3 bersaudara dari pasangan Bapak Nelwan Simanjuntak dan Ibu Erna. Penulis dibesarkan di daerah Natar, tanah kelahirannya yaitu dusun VII Sukamaju Natar.

Jenjang pendidikan penulis dimulai dari TK Tunas Melati II, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan lulus pada tahun (2000). Kemudian melanjutkan di SDN 4 Natar, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan dari tahun (2000) sampai dengan tahun (2006). Kemudian melanjutkan di SMP Yadika Natar, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan dari tahun (2006) sampai dengan tahun (2009). Kemudian penulis melanjutkan lagi di SMK Yadika Natar, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan dari tahun (2009) sampai dengan tahun (2012).

Pada tahun 2013, peneliti diterima di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan program studi Bimbingan dan Konseling melalui jalur seleksi penerimaan mahasiswa baru (SPMB) UIN Raden Intan Lampung tahun ajaran 2013/2014.

## **KATA PENGANTAR**

Dengan nama Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT yang tak henti-hentinya melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada sang pelita kehidupan Nabi Muhammad SAW, para sahabat, keluarga, dan pengikutnya yang taat pada agamanya.

Terimakasih tiada bertepi penulis ucapkan kepada Ayah dan Ibu yang tiada hentinya mendo'akan, memberikan kasih sayang dan memberi semangat kepada penulis dan telah banyak berkorban untuk penulis selama penulis menimba ilmu, terimakasih untuk semuanya.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis mendapat bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Dr. Oki Dermawan, M.Pd, selaku sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

4. Drs. Yahya AD, M.Pd selaku Pembimbing I dan Defriyanto, S.IQ, M.Ed selaku Pembimbing II, yang telah menyediakan waktu dan memberikan bimbingan dengan ikhlas dan sabar yang sangat berharga dalam mengarahkan dan memotivasi penulis hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung. Terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
6. Drs. Hi. Ma'arifuddin. Mz, M.Pd.I, selaku Kepala Sekolah dan Eko Setia Budi, S.Pd selaku Wakil Ketua Kurikulum SMA AL-Azhar 3 Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk mengadakan penelitian di sekolah ini.
7. Mad Berawi, S.Pd, selaku guru Bimbingan dan Konseling SMA AL-Azhar 3 Bandar Lampung yang berkenan membantu dalam penelitian serta selalu memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.
8. Slamet Kamso, S.Pd, selaku guru mata pelajaran Bahasa Indonesia yang telah menyediakan waktunya dan berkenan membantu dalam penelitian. Terimakasih atas kerja sama dan bantuannya selama penulis melakukan penelitian, semoga Allah membalas jasa baiknya.
9. Bapak dan Ibu Dewan guru beserta staf TU SMA AL-Azhar 3 Bandar Lampung yang telah berkenan membantu dalam penelitian.
10. Peserta didik SMA AL-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.



11. Sahabat seperjuanganku Dewi Sarah Eva Yunita, Rita Oktavia, S.Pd dan Septiani Amanah, S.Pd Semoga kelak, kita dipertemukan pada kesuksesan yang selalu kita impikan.
12. Teman-teman seperjuanganku di Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2013 khususnya kelas BK A. Semoga silaturahmi yang kita jalin selalu terjaga.
13. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung  
Semoga Allah SWT membalas amal kebajikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat.  
Aamiin.

Bandar Lampung, April 2018

Penulis,

**Mutiara Icmi Simanjuntak**  
**NPM. 1311080016**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENEGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah ..	11
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah .....	12
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	12
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	13
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Konseling Kelompok .....	15
1. Pengertian konseling kelompok .....	15
2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok .....	16
3. Proses Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	17
4. Tahap-tahap Konseling Kelompok.....	21
5. Kelebihan Konseling Kelompok .....	22
B. Pendekatan Realitas ..	23
1. Pengertian Pendekatan Realitas.....	23
a. Konsep Dasar ..	23
b. Konsep Utama Teori Realitas Kelompok .....	24
c. Proses dan Teknik Konseling .....	28
d. Tujuan Konseling Realitas.....	35
e. Peran dan Fungsi Konselor .....	36
C. Kepercayaan Diri .....	36
1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	36
2. Ciri-ciri Rasa Percaya Diri .....	39
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Kepercayaan Diri .....	40
4. Cara Menumbuhkan Percaya Diri.....	41
5. Proses Pembentukan Rasa Percaya Diri.....	43

D. Kajian Relevan .....	44
E. Kerangka Berfikir.....	45
F. Hipotesis.....	46
1. Hipotesis Penelitian .....	46
2. Hipotesis Statistik .....	47
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	48
B. Desain Penelitian.....	48
C. Variabel Penelitian.....	53
1. Jenis Variabel Penelitian.....	53
2. Hubungan Variabel .....	53
3. Definisi Operasional.....	54
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	55
E. Teknik Pengumpulan Data.....	57
F. Teknik Analisis Data.....	60
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	62
1. Gambaran Umum Pra Konseling.....	63
2. Deskripsi Data Pretest.....	66
3. Deskripsi Data Posttest.....	67
4. Uji Normalitas.....	71
5. Uji Hipotesis .....	74
6. Uji Statistik.....	75
B. Pembahasan.....	75
1. Gambaran Umum Kepercayaan Diri Peserta Didik.....	76
2. Keterbatasan Penelitian.....	79
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan.....	80
B. Saran .....	81
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>82</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Kepercayaan Diri Rendah Peserta Didik Kelas X SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung .....	6
Tabel 2	: Tahapan Konseling Kelompok.....	50
Tabel 3	: RancanganTreatment Yang Akan Diberikan .....	51
Tabel 4	: Definisi Operasional.....	54
Tabel 5	: Skor Alternatif Jawaban.....	59
Tabel 6	: Kriteria Kepercayaan Diri Peserta Didik Berdasarkan Skala .....	60
Tabel 7	: Data Hasil Skala Skala Kepercayaan Diri Sebelum Diberi Perlakuan.....	66
Tabel 8	: Data Hasil Skala Skala Kepercayaan Diri Sesudah Diberi Perlakuan	68
Tabel 9	: Uji Hasil Pretest dan Posttest Hasil Angket Kepercayaan Diri.....	70
Tabel 10	: Hasil Uji Normalitas Kepercayaan Diri Peserta Didik.....	72
Tabel 11	: Hasil Uji Hipotesis Kepercayaan Diri Peserta Didik .....	74
Tabel 12	: Hasil Uji Statistik Kepercayaan Diri Peserta Didik.....	75