

**PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMPN 28 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

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

Disusun Oleh :

MERA HARTUTI

NPM :1211080080

Jurusan : Bimbingan dan Konseling



FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

1438 H/2017 M

**PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMPN 28 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syaratguna
memproleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

Disusun Oleh :

MERA HARTUTI

NPM :1211080080

Jurusan : Bimbingan dan Konseling



Pembimbing I : Dra. Laila Maharani, M.Pd

Pembimbing II : Dr. Andi Thahir, M.A., Ed.D

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

1438 H/2017 M

Abstrak

FENOMENA LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII SMPN 28 BANDAR LAMPUNG

Oleh

Mera Hartuti

Masalah dalam penelitian ini adalah percaya diri rendah. Permasalahannya adalah apakah percaya diri rendah dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok? Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan percaya diri peserta didik dengan menggunakan prosedur-prosedur dalam layanan konseling kelompok.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Subyek penelitian ini berjumlah delapan peserta didik kelas VIII Di SMPN 28 Bandar Lampung tahun pelajaran 2015/2016 yang memiliki percaya diri rendah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan dokumentasi sebagai teknik pendukung.

Dalam Layanan Konseling Kelompok Guru BK menggunakan 7 teknik dalam Layanan Konseling Kelompok yaitu: Memperkenalkan diri, Menjelaskan aturan main dalam konseling kelompok, Menyuruh setiap anggota kelompok mengemukakan persoalan yang saat ini dihadapi, Membahas satu permasalahan yang dianggap paling mendesak untuk dipecahkan, Mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk menanggapi persoalan yang dibahas, Setelah menemukan solusi terhadap persoalan, konselor menanyakan kesanggupan anggota kelompok untuk melaksanakan kesepakatan bersama. Menutup pertemuan dengan do,a.

Kesimpulannya adalah teknik layanan konseling kelompok bisa diterapkan di sekolah oleh guru BK SMPN 28 Bandar Lampung, karna teknik-teknik tersebut sudah terbukti dan sudah tidak asing lagi di sekolah terutama tentang Bimbingan dan Konseling Di SMPN 28 Bandar Lampung, dan pada saat dipraktekkan sesuai dengan prosedur-prosedur serta sesuai dengan teknik-teknik yang ada, sudah bisa dikatakan berhasil dan layanan konseling kelompokpun sudah terbukti bisa mengatasi permasalahan peserta didik dalam mengatasi masalah yang peserta didik rasakan dan peserta didik alami, serta bisa meningkatkan percaya diri peserta didik melalui layanan konseling kelompok.

Kata kunci: Layanan Konseling Kelompok, Percaya Diri

MOTTO

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

Artinya: “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.” (QS. Ali Imran: 139).



RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Biha Kecamatan Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat pada Tanggal 10 Juni 1994. Anak pertama dari tiga bersaudara. Dari pasangan Bapak Sunardi dan ibu Parida. Pertama kali sekolah Di sekolah dasar Negeri 1 Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat tamat dan berijazah tahun 2006, setelah itu peneliti melanjutkan Di Sekolah Menengah Pertama di SMPN 2Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat tamat dan berijazah 2009 dan selanjutnya peneliti melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas Negeri I Pesisir Selatan Kabupaten Pesisir Barat tamat dan berijazah pada tahun 2012. Pada tahun 2012 penulis melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi menjadi mahasiswa IAIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Bimbingan dan Konseling (BK) hingga sekarang.

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan rasa syukur dari lubuk hati yang paling dalam ku persembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta yang aku banggakan, Ayahanda Sunardi dan dan Ibunda Parida yang telah mengasuh dan mendidikku dengan penuh kasih sayang, kesabaran dan ketulusan, serta tak pernah henti memberikan dukungan dan do'a untukku.
2. Kedua adikku yang aku banggakan, Rendi Saputra dan Yosi Amelia, yang selama ini menjadi penyemangatku.
3. Untuk suamiku tercinta Aridho Saputra, yang telah bersusah payah membantu, menyemangati serta memberikan motivasi untuk bisa menyelesaikan karya ilmiah ini.
4. Almamater tercinta Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan pengalaman ilmiah yang akan selalu kukenang.

KATA PEGANTAR

Rasa Syukur yang tak terhingga kepada Dzat Yang Maha Agung, Penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala karunia dan nikmat-Nya, kesehatan jasmani dan rohani, serta kekuatan lahir dan batin. Sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul : “Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung”. Sebagai syarat akhir untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan Islam (S1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Suksesnya penyelesaian penulisan Skripsi ini karena bantuan banyak pihak yang telah memberikan kontribusi yang sangat berarti bagi penulis baik moril maupun materil. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak DR. H.Chairul Anwar, M.Pd, Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Bapak DR. Andi Thahir, M.A., Ed.D., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling dan selaku Pembimbing ke dua.
3. Ibu Dra.Laila Maharani, M.Pd selaku pembimbing pertama yang telah memberikan perhatian, bimbingan, arahan dan masukan yang berarti selama proses penulisan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Ahmad Fauzan Sekjur BK yang telah memberikan perhatian, bimbingan, arahan dan masukan yang berarti selama proses penulisan kripsi ini.
5. Bunda Dra. Chairul Amriah, M.Pd selaku dosen yang sudah memberikan motivasi dan dukungan serta semangat sampai saat ini.
6. Bunda Rosdianti S.Pd selaku pamong di SMPN 28 Bandar Lampung yang sudah memberikan masukan, bimbingan serta dukungan sampai sampai saat ini.
7. Teman-teman angkatan 2012/2013 program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN Raden Intan Lampung khususnya sahabatku Siska Windia yang sudah memberikan dukungan serta motivasi .

Akhirnya atas jasa dan bantuan semua pihak, baik berupa moril maupun materil penulis panjatkan do'a semoga Allah SWT membalasnya dengan imbalan pahala yang berlipat ganda dan mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat dan berkah bagi penulis dan semua pihak. Amiin

Bandar Lampung, 2016
Penulis

Mera Hartuti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
RIWAYAT HIDUP	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Rumusan Masalah	7
D. D. Tujuan Dan Manfaat Masalah.....	8

BAB II LANDASAN TEORI

A. Layanan Konseling Kelompok	10
1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok	10
2. Asas Konseling Kelompok	12
3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok	15
4. Isi Layanan Konseling Kelompok.....	15
5. Teknik Layanan Konseling Kelompok	16
6. Kegiatan Pendukung Konseling Kelompok	18
7. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	18
B. Percaya Diri.....	20
1. Pengertian Percaya Diri	20
2. Istilah Percaya Diri.....	21
3. Ciri-ciri Tidak Percaya Diri	22
4. Penyebab Tidak Percaya Diri	23
5. Akibat Rusaknya Percaya Diri	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	29
B. Sumber Data	32
1. Sumber Data Primer	33
2. Sumber Data Skunder	34
C. Tempat Penelitian	34
D. Subjek Penelitian	35
E. Teknik Pengumpulan Data	35
1. Interview	36
2. Dokumentasi	37
3. Teknik Analisis Data	38
4. Triangulasi Data	39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian dan Pembahasan	40
1. Wawancara dengan Guru BK	40
2. Wawancara dengan Peserta Didik	42
B. Pembahasan	45
1. Teknik Layanan Konseling Kelompok	45
a. Memperkenalkan Diri	45
b. Menjelaskan Aturan Main	46
c. Mengemukakan Persoalan	47
d. Membahas Permasalahan Yang Dianggap Mendesak	51
e. Menanggapi Persoalan	51
f. Melaksanakan Kesepakatan Bersama	54
g. Ditutupi dengan Do'a	56

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	60
B. Saran	64

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Diadakannya layanan bimbingan dan konseling di sekolah bukan karna adanya landasan hukum, namun yang lebih penting adalah adanya kesadaran atau komitmen untuk memfasilitasi peserta didik agar mampu mengembangkan potensi dirinya . Dalam masa inilah peserta didik membutuhkan banyak bimbingan untuk memperluas pengetahuan wawasan tentang dirinya dari lingkungannya.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen dari pendidikan mengingat bahwa bimbingan dan konseling adalah merupakan suatu kegiatan bantuan tuntutan yang diberikan kepada individu pada umumnya, dan peserta didik pada khususnya di sekolah dalam rangka untuk meningkatkan mutunya. Hal ini sangat relevan jika dilihat dari perumusan bahwa pendidikan itu adalah merupakan usaha sadar yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian dan potensi-potensinya (bakat, minat dan kemampuannya).

Menurut Dewa Ketut Sukardi “kepribadian itu menyangkut masalah perilaku dan sikap mental dan kemampuannya meliputi masalah akademik dan keterampilan. Tingkat kepribadian dan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang

adalah merupakan suatu gambaran mutu dari orang yang bersangkutan”¹. Pada masyarakat yang semakin maju, masalah penemuan identitas pada individu menjadi semakin rumit. Hal ini disebabkan oleh tuntutan masyarakat maju kepada anggota-anggotanya menjadi lebih berat. Persyaratan untuk dapat diterima menjadi anggota masyarakat bukan saja kematangan fisik, melainkan juga kematangan mental psikologis, kultural, vokasional, intelektual dan religus. Kerumitan ini akan terus meningkat pada masyarakat yang sedang membangun akan merupakan tantangan pula bagi individu atau peserta didik. Keadaan semacam inilah yang menuntut diselenggarakannya bimbingan dan konseling di sekolah.

Bimbingan dalam rangka menemukan pribadi dimaksudkan agar peserta didik mengenal kekuatan dan kelemahan dirinya sendiri, serta menerimanya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut. Bimbingan dalam rangka mengenal lingkungan dimaksudkan agar peserta didik mengenal secara objektif lingkungan baik lingkungan sosial dan lingkungan fisik, dan menerima berbagai kondisi lingkungan itu secara positif dan dinamis pula.

Konseling merupakan suatu proses, yang berkesinambungan, bukan kegiatan yang seketika atau kebetulan. Bimbingan merupakan serangkaian tahapan kegiatan yang sistematis dan berencana yang terarah kepada pencapaian tujuan. Kemudian konseling merupakan salah satu bentuk hubungan yang bersifat membantu, makna bantuan yaitu sebagai upaya untuk membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke

¹Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: PT Rineka Cipta ,2002), hlm. 1-2

arah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah dan kasus-kasus yang dihadapi dalam kehidupannya. Tugas konselor adalah menciptakan kondisi-kondisi yang diperlukan bagi pertumbuhan dan perkembangan klien².

Menurut Lefever kemudian dikutip Prayitno dan Erman Amti, bimbingan adalah bagian dari proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna membantu pertumbuhan anak muda, kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan hidupnya sendiri, yang pada akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat³.

Oleh karena itu bimbingan dan konseling memiliki fungsi yang cukup signifikan dalam upayanya membangun kembali keperibadian peserta didik, hal ini sesuai dengan apa yang disebutkan oleh Muh. Surya, bahwa: “ditinjau dari segi sifatnya, layanan bimbingan dan konseling dapat berfungsi sebagai pencegahan (preventif), pemahaman, perbaikan, serta pemeliharaan dan pengembangan”⁴.

Konsep tersebut menekankan bahwa bimbingan dan konseling dapat berfungsi ganda, sehingga kompleksitas yang dihadapi peserta didik dapat diupayakan penanggulangannya dengan memfungsikan bimbingan dan konseling yang diadakan oleh pihak sekolah. Dengan demikian fungsi bimbingan dan konseling

²Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2005), hlm. 6-8

³Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm. 94.

⁴Moh. Surya, *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan, (Teori dan Konsep)*, Kota Kembang, (Yogyakarta: 1988), hlm 82.

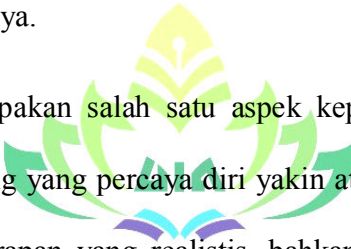
ini dapat didaya gunakan sebagai salah satu media dan metode untuk membangun kepribadian peserta didik.

Bimbingan dan konseling yang dilakukan di rumah oleh orang tua, pendidik atau orang lain, yang membina anak, sering dilakukan tidak dengan sengaja. Di sekolah bimbingan dan penyuluhan dilakukan baik dengan sengaja maupun tidak dengan sengaja. Kadang-kadang seorang guru tanpa menyadari telah memasukkan bimbingan ke dalam pelajaran yang diajarkan di dalam kelas. Hal ini terlihat dari beberapa contoh seorang guru menguraikan beberapa masalah, dimana anak sendiri memilih jalan keluar dari masalah itu tersebut. Akan tetapi harapan guru dalam memperoleh nilai yang bagus di sekolah harus lebih meningkat. Sebab pendidikan sekarang bertambah tahun nilai standarnya tambah tinggi. Lalu guru harus mengetahui peserta didik-peserta didik yang mempunyai masalah agar peserta didik yang akan menghadapi ujian tidak punya hambatan-hambatan yang lain.

Prestasi belajar yang memuaskan dapat diraih oleh setiap peserta didik jika mereka dapat belajar secara wajar, terhindar dari adanya gangguan dan hambatan. Namun sayangnya gangguan dan hambatan itu dialami oleh peserta didik tertentu. Tapi pada tingkat tertentu pula memang peserta didik ada yang dapat mengatasi kesulitan belajarnya dan ada juga peserta didik yang belum mampu mengatasinya. Untuk itu bantuan dari guru atau orang lain sangat diperlukan. Dalam hal ini usaha demi usaha harus diupayakan dengan berbagai strategi dan pendekatan agar

peserta didik dapat dibantu keluar dari kesulitan belajar. Sebab bila tidak, mereka akan gagal dalam meraih prestasi belajar yang memuaskan.

Pendidikan sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, saat ini bangsa Indonesia sedang berupaya meningkatkan mutu pendidikan dalam menghadapi perkembangan zaman. Dunia pendidikan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa dan tujuan pendidikan nasional. Hal ini dapat diperoleh apabila peserta didik tersebut memiliki percaya diri terlebih dahulu, sehingga dapat meningkatkan perkembangannya baik oleh dirinya sendiri maupun lingkungan yang akan membantu pencapaiannya.



Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya. Menurut Thantaway dalam kamus istilah Bimbingan dan Konseling percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang member keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.⁵ Dari uraian diatas percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki seseorang dari keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan dalam hidupnya.

⁵ Pongky Setiawan, Siapa Takut Tampil Percaya Diri, Parasmu, Yogyakarta, 2014, hlm 12

Sebagaimana Firman Allah SWT :

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

Artinya : “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (Qur’an Surat Ali Imran Ayat 139)⁶

Ayat tersebut menjelaskan pentingnya agar percaya diri dalam islam. Dari ayat diatas Nampak bahwa orang yang percaya diri dalam al-Qur’an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta tidak gelisah adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Percaya diri membuat kita tidak lemah dan menjadi kuat dalam mengambil tindakan, percaya diri akan membuat kita selalu bertindak dalam keadaan sesulit apapun.

Kepercayaan diri juga sangat penting bagi peserta didik untuk dapat mengembangkan potensinya. Jika peserta didik memiliki bekal percaya diri yang baik, maka peserta didik tersebut akan dapat mengembangkan potensinya dengan mantap. Dengan percaya diri saat maju di depan kelas, dapat maningkatkan keberanian peserta didik dalam menjawab pertanyaan . Selain memiliki percaya yang tinggi dalam diri peserta didik dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik.

⁶ Departemen Agama RI, *Alqur’an dan Terjemahnya*, J-ART, 2014, hlm 67

Adapun ciri- ciri peserta didik yang tidak percaya diri menurut Leni Fitriani sebagai berikut: tidak berani berkata tidak, selalu takut gagal, tidak menghargai diri sendiri, selalu melirik orang lain, tidak bisa menerima pujian, mudah menyerah, tidak berani berpendapat dan, membenci orang lain yang dianggap lebih. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti menggunakan layanan konseling kelompok⁷

Pelaksanaan layanan yang biasa digunakan di dalam instansi sekolah tersebut untuk mengatasi percaya diri yang rendah tersebut adalah layanan konseling kelompok, dikarnakan disamping bersifat efisien juga secara tidak langsung peserta didik akan belajar untuk bersosialisasi dalam lingkup yang mungkin bisa dikatakan kecil. Konseling itu sendiri adalah proses pemberian bantuan kepada peserta didik dalam hal pemecahan masalah.

B. Identifikasi Masalah

1. Data Peserta Didik yang memiliki masalah percaya diri rendah.
2. Teknik Layanan Konseling Kelompok Di SMPN 28 Bandar Lampung.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan penegasan judul dan latar belakang tersebut, maka masalah penelitiannya adalah teknik apa sajakah yang digunakan dalam pelaksanaan

⁷ Leni Fitriani, *Merajut Pede (Percaya Diri)*, PT Nusantaralestari Ceriapratama, Jakarta Selatan, 2011, hlm 18

layanan konseling kelompok untuk meningkatkan percaya diri peserta didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung?

D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk meningkatkan percaya diri dengan menggunakan Layanan Konseling Kelompok kepada Peserta Didik Kelas VIII E SMPN 28 Bandar Lampung.

2. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan sejumlah manfaat, antara lain:

a. Secara Teoritis

Dapat memberikan sumbangsih pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling yang berkaitan dengan penggnaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan percaya diri peserta didik

b. Secara Praktis

1. Bagi Sekolah

Sebagai rujukan bagi guru pembimbing dalam meningkatkan percaya diri pada peserta didik, agar senantiasa dapat memberikan dorongan dan motivasi kepada peserta didik.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis untuk mempelajari secara mendalam sejauh mana peran layanan konseling kelompok diperlukan di sekolah.

3. Bagi Peserta Didik

Dapat memberikan masukan kepada peserta didik akan pentingnya layanan konseling kelompok sebagai suatu cara untuk meningkatkan percaya diri peserta didik.





BAB II

LANDASAN TEORI

A. Layanan Konseling Kelompok

1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok yaitu layanan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang berkembang, yang ditandai dengan adanya interaksi antara sesama anggota kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok.⁸

Konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang didasari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung.⁹ Menurut Farit Mashudi konseling kelompok adalah layanan yang membantu pesera didik dalam pembahasan dan pengetasan masalah pribadi yang

⁸ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta, Rineka Cipta, 2000, hlm 49

⁹ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Jakarta, Graha Indonesia, 2005, hlm, 98

melalui dinamika kelompok.¹⁰ dalam rumusan sederhananya, adalah suatu jenis aktivitas kelompok, berciri pada 4-12 peserta didik normal mengelola masalah-masalah penyesuaian dan keprihatinan perkembangan, pemecahan masalah bersama berbagai bidang masalah sosiopsikologi individu dalam kelompok¹¹

Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Di sana ada konselordan klien, yaitu para anggota kelompok yang jumlahnya minimal dua orang. Dimana juga ada sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Sebagaimana Firman Allah SWT:



وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ رِجَالٌ مُّذَكِّرُونَ إِلَى الْحَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Artinya: Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar merekalah orang-orang yang beruntung.(Qur'an Surat Ali-Imron ayat 104)¹²

¹⁰ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, IRCiSoD, Jogjakarta, 2012, hlm 248

¹¹ Adi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikologi*, Rajawali Pers, Jakarta. 2011, hlm164-165

¹² Al-Jumanatul, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, J-ART, 2014, hlm 63

Ayat tersebut menjelaskan Ma'ruf adalah segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah, sedangkan Munkar adalah segala perbuatan yang menjauhkan kita dari pada-nya.

2. Asas Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

1. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas kunci dalam usaha bimbingan konseling. Jika asas ini benar-benar dilaksanakan, maka penyelenggara atau pemberi bimbingan akan mendapat kepercayaan dari semua pihak.

2. Asas Kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak siterbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor, peserta didik diharapkan 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 juga konselor hendaknya dapat memberikan bantuan dengan tidak terpaksa, atau dengan kata lain konselor memberikan bantuan dengan ikhlas.

3. Asas Keterbukaan

Dalam pelaksanaan bimbingan 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 dari pada itu, diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah. Individu membutuhkan bimbingan diharapkan dapat berbicara sejujur mungkin dan berterus terang tentang dirinya sendiri sehingga dengan keterbukaan ini penelaahan serta pengajian berbagai ketakutan dan kelemahan si terbimbing dapat dilaksanakan.

4. Asas Kekinian

Asas kekinian mengandung pengertian bahwa konselor tidak boleh nunda-nunda pemberian bantuan. Jika diminta bantuan oleh klien atau jelas-jelas terlihat misalnya adanya peserta didik yang mengalami masalah, maka konselor hendaknya segera memberikan bantuan dengan berbagai dalih. Dia harus mendahulukan kepentingan klien dari pada yang lain-lain, jika dia benar-benar memiliki alasan yang kuat untuk tidak memberikan bantuannya kini, maka dia harus dapat bertanggung jawabkan bahwa penundaan yang dilakukan itu justru untuk kepentingan klien.

5. Asas Kemandirian

Pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan menjadikan siterbimbing dapat berdiri sendiri, tidak tergantung pada orang lain atau tergantung pada konselor. Individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri-ciri pokok mampu:

- a. mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya
- b. menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis
- c. mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri
- d. mengarahkan diri sesuai dengan keputusan itu, dan
- e. mewujudkan diri secara optimal sesuai dengan potensi, minat dan kemampuan-kemampuan yang dimilikinya.

6. Asas Kegiatan

Hasil usaha bimbingan konseling tidak akan tercapai dengan sendirinya, melainkan harus dengan kerja giat dari klien sendiri. Konselor hendaklah membangkitkan semangat klien sehingga ia mampu dan mau melaksanakan kegiatan yang diperlukan dalam penyelesaian masalah yang menjadi pokok pembicaraan dalam konseling.

7. Asas Kedinamisan

Usaha bimbingan dan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada klien, yaitu perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik. Perubahan itu tidaklah sekedar mengulang hal yang lama, yang bersifat monoton, melainkan perubahan yang selalu menuju ke arah pengembangan klien yang dikehendaki.

8. Asas Keterpaduan

Untuk terselenggaranya asas keterpaduan, konselor perlu memiliki wawasan yang luas tentang perkembangan klien dan aspek-aspek lingkungan klien.

Kesemuanya itu dipadukan dalam keadaan serasi dan saling menunjang dalam upaya bimbingan dan konseling.

9. Asas Kenormatifan

Dilihat dari permasalahan klien, barangkali pada awalnya ada materi bimbingan dan konseling yang tidak bersesuaian dengan norma misalnya klien mengalami masalah melanggar norma-norma tertentu, namun justru dengan pelayanan bimbingan dan konselinglah tingkah laku yang melanggar norma itu diarahkan kepada yang lebih bersesuaian dengan norma.

10. Asas Keahlian

Asas keahlian selain mengacu kepada kualifikasi konselor misalnya pendidikan sarjana bidang bimbingan dan konseling, juga kepada pengalaman. Teori dan praktek bimbingan dan konseling perlu dipadukan. Oleh karena itu, seseorang konselor ahli harus benar-benar menguasai teori dan praktek konseling secara baik.

11. Asas Alih Tangan

Jika konselor sudah mengarahkan segenap kemampuannya untuk membantu individu, namun individu yang bersangkutan belum dapat terbantu sebagaimana yang diharapkan, maka konselor dapat mengirim individu tersebut kepada petugas atau badan yang lebih ahli. Disamping itu juga mengisyaratkan bahwa pelayanan bimbingan dan konseling hanya menangani masalah-masalah individu sesuai dengan kewenangan petugas yang bersangkutan, dan setiap masalah yang ditangani oleh ahli yang berwenang.

12. Asas Tutwuri Handayani

Asas ini menuntut agar pelayanan bimbingan dan konseling hanya dirasakan pada waktu klien mengalami masalah dan menghadap kepada konselor saja, namun di luar hubungan proses bantuan bimbingan dan konselingpun hendaknya dirasakan adanya dan manfaatnya pelayanan bimbingan dan konseling itu.¹³

¹³ Prayitno, Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, Rineka Cipta, Jakarta, 2009, hlm 115-

3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Menurut Andi Mappiare konseling kelompok mempunyai tujuan pokok menciptakan suasana bantuan antarpribadi yang memungkinkan tiap individu mengembangkan *insight* pada dirinya sendiri dan mencapai penyesuaian personal yang lebih sehat, dapat pula menekankan masalah perkembangan, perlibatan pilihan dan nilai, sikap dan emosi, bersifat pencegahan dan penyembuhan masalah. Konseling kelompok, dengan demikian dapat berorientasi preventif dan dapat pula berorientasi remedial¹⁴ Secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi peserta didik diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi peserta didik berkembang secara optimal.¹⁵

4. Isi Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok membahas masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Secara bergiliran anggota kelompok mengemukakan masalah pribadinya secara bebas, selanjutnya dipilih mana yang akan dibahas dan dientaskan terlebih dahulu dan seterusnya.¹⁶

¹⁴ Opcid, Farid Mashudi, hlm 165

¹⁵ Tohirin, Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah, Rjawali Pers, Jakarta, 2013, hlm 171-172

¹⁶ Opcid, Tohirin, hlm174

5. Teknik Layanan Konseling Kelompok

Menurut Farid Mashudi untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang teknik konseling kelompok, berikut urutan pelaksanaan:

- a. Memperkenalkan diri, kemudian mempersilahkan masing-masing anggota kelompok untuk memperkenalkan diri mereka
- b. Menjelaskan aturan main dalam konseling kelompok.
- c. Menyuruh setiap anggota kelompok mengemukakan persoalan yang saat ini dihadapi.
- d. Setelah semua anggota menyampaikan permasalahannya, maka konselor bersepakat dengan semua anggota kelompok untuk membahas satu permasalahan yang dianggap paling mendesak untuk dipecahkan.
- e. Mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk menanggapi persoalan yang dibahas.
- f. Setelah menemukan solusi terhadap persoalan, konselor menanyakan kesanggupan anggota kelompok untuk melaksanakan kesepakatan bersama..
- g. Menutup pertemuan dengan doa.¹⁷

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling mengacu kepada perkembangannya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan.

Adapun teknik-teknik tersebut secara garis besar meliputi:

- a. Komunikasi multiarah secara efektif dinamis dan terbuka
- b. Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, dan pengembangan argumentasi
- c. Dorongan minimal untuk memantapkan respons aktivitas anggota kelompok
- d. Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan
- e. Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku yang dikehendaknya

¹⁷ Opcid, Farid Mashudi, hlm 251-252

6. Kegiatan Pendukung Konseling Kelompok

Layanan Pendukung Konseling Kelompok juga memerlukan kegiatan pendukung, seperti:

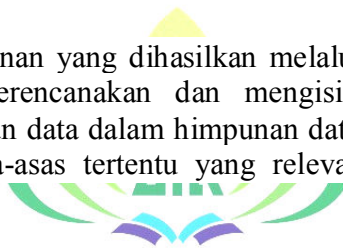
a. Aplikasi instrumentasi

Data yang dihimpun atas diperoleh melalui aplikasi instrumentasi dapat digunakan sebagai:

- 1) Pertimbangan dalam pembentukan kelompok konseling kelompok
- 2) Pertimbangan dalam menetapkan seseorang atau lebih dalam kelompok
- 3) Materi atau pokok bahasan kegiatan layanan konseling kelompok

b. Himpunan data

Data dalam himpunan yang dihasilkan melalui aplikasi instrumentasi, dapat digunakan untuk merencanakan dan mengisi kegiatan layanan konseling kelompok. Penggunaan data dalam himpunan data dan hasil instrumentasi harus diertai penerapan asa-asis tertentu yang relevan, khususnya asas kerahasiaan secara ketat.



c. Konferensi kasus

Konferensi kasus dapat digunakan sebelum kegiatan layanan konseling kelompok dimulai dan dapat juga sebagai tindak lanjut dari kegiatan layanan konseling kelompok untuk peserta tertentu . Terhadap peserta didik yang masalahnya dikonferensikasukan misalnya, dapat dilakukan tindak lanjut layanan dengan menepatkan peserta didik tersebut kedalam kelompok konseling kelompok tertentu sesuai dengan masalahnya. Sebaliknya untuk mendalami dan menangani lebih lanjut masalah salah seorang atau lebih anggota konseling kelompok, dapat dilakukan konferensi kasus berkenaan dengan masalah anggota kelompok dimaksud.

d. Kunjungan rumah

Sebagaimana dalam bimbingan kelompok, kunjungan rumah dalam konseling kelompok juga bisa dilakukan untuk mendalami dan penanganan lebih lanjut masalah peserta didik yang dibahas dalam konseling kelompok. Untuk melakukan kunjungan rumah, perlu dilakukan persiapan secara baik dengan

melibatkan anggota kelompok yang masalahnya dibahas dalam konseling kelompok.

e. Alih tangan kasus

Masalah yang belum tuntas melalui layanan konseling kelompok dapat dialihtanggankan (memindahkan tanggung jawab pemecahan masalah peserta didik tertentu kepada orang lain yang dianggap lebih berwenang atau mengetahui). Alih tangan kasus ke ahli atau pihak lain yang dapat diterima oleh peserta didik dan menurut prosedur yang dapat diterima oleh peserta didik dan pihak.¹⁸

7. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok juga menempuh tahap-tahap sebagai berikut:

a. Perencanaan yang mencakup kegiatan

- 1) Ketentuan membentuk kelompok sama dengan bimbingan kelompok antara 8-10 peserta didik (tidak boleh melebihi 10 peserta didik)
- 2) Mengidentifikasi dan meyakinkan peserta didik tentang perlunya masalah dibawa ke dalam layanan konseling kelompok.
- 3) Menetapkan peserta didik dalam kelompok
- 4) Menyusun jadwal kegiatan
- 5) Menetapkan prosedur layanan
- 6) Menetapkan fasilitas layanan

b. Pelaksanaan yang mencakup kegiatan

- 1) Mengomunikasikan rencana layanan konseling kelompok
- 2) Mengorganisasikan kegiatan layanan konseling kelompok
- 3) Menyelenggarakan layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap Sebagai berikut: pembentukan, peralihan, kegiatan, dan Pengakhiran

¹⁸ Opcid, Tohirin, hlm 175-176

c. Evaluasi yang mencakup kegiatan:

- 1) Menetapkan materi evaluasi
- 2) Menetapkan prosedur evaluasi
- 3) Menyusun instrument evaluasi
- 4) Mengoptimalkan instrument evaluasi
- 5) Mengolah hasil aplikasi instrument

d. Analisis hasil evaluasi yang mencakup kegiatan:

- 1) Menetapkan norma atau standar analisis
- 2) Melakukan analisis
- 3) Menafsirkan hasil analisis

e. Tindak lanjut yang mencakup kegiatan:

- 1) Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut
- 2) Mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait
- 3) Melaksanakan rencana tindak lanjut

f. Laporan yang mencakup kegiatan

- 1) Menyusun laporan layanan konseling kelompok
- 2) Menyampaikan laporan kepada sekolah atau madrasah dan pihak-pihak lain yang terkait
- 3) Mengomunikasikan laporan layanan¹⁹

¹⁹ Opcid, Tohirin, hlm 177-178

B. Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Kepercayaan diri adalah suatu kebiasaan yang dapat diasah dan diperkuat setiap hari. Dalam prosesnya, Anda akan ditantang oleh rasa takut, cemas, dan ketidakpastian.²⁰ Percaya diri adalah satu hal yang harus ada dalam diri kamu. Dengan pede, kamu tidak akan merasa memiliki beban yang berat dalam menjalani kehidupan ini. Hidupmu akan terasa nyaman, walaupun berbagai masalah itu akan selalu ada menghiasi kehidupan. Menjadi percaya diri dalam waktu hitungan detik memang tidak mungkin, untuk itu kamu harus merajutnya.²¹ Orang yang percaya diri justru percaya bahwa dengan rendah hati, tidak akan ada bagian dari dirinya yang berkurang. Sebaliknya, kesombongan sudah bukan masalah lagi, sebab Anda tidak perlu meminta pengakuan (seolah membuktikan bahwa memang Anda merasa kurang diakui), dan Anda juga sadar bahwa ada yang lebih dari Anda, seberapapun Anda merasa hebat.²²

²⁰ Jack Canfield, Mark Victor Hansen dan Les Hewitt, *The Power of Focus*, PT Alex Media Komputindo, Jakarta, 2016, hlm 187

²¹ Leni Fitriani, *Merajut Pede (Percaya Diri)*, PT Nusantaralestari Ceriapratama, Jakarta Selatan, 2011, hlm 18

²² Tim Wesfix, *Superme Percaya Diri itu Dipraktikin*, PT Gransindo, Jakarta, 2015, hlm 120

Sebagaimana Firman Allah:

إِنَّ أَيْنَ قَالُوا رَبَّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَنْزَلِي عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا

تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ 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". (Alqur'an Surat Fussilat ayat 30)²³

2. Istialah Percaya Diri

1. *Self-Confidence*

Bagaimana anda menyimpulkan diri Anda secara keseluruhan? Bagaimana Anda melihat potret diri Anda secara keseluruhan? Bagaimana Anda mengkonsepsikan diri Anda secara keseluruhan?

2. *Self-Esteem*

Sejauhmana Anda punya perasaan positif terhadap diri Anda? Sejauhmana Anda punya sesuatu yang Anda rasakan bernilai atau berharga dari diri Anda? Sejauhmana Anda meyakini adanya sesuatu yang bernilai, bermartabat atau berharga di dalam diri Anda?

3. *Self-Efficacy*

Sejauhmana Anda punya ketakutan atas kapasitas yang Anda miliki untuk bisa menjalankan tugas atau menangani persoalan dengan hasil yang bagus.

²³ Opcid. Hlm 480

Ini yang disebut dengan *self-efficacy*. Atau juga, sejauhmana Anda meyakini kapasitas di bidang Anda dalam menangani urusan tertentu.

4. *Self-Confidence*

Sejauhmana Anda punya keyakinan terhadap penilaian Anda atas kemampuan Anda dan sejauhmana Anda bisa merasakan adanya kepantasan untuk berhasil.²⁴

3. Ciri-ciri Tidak Percaya diri

a. Tidak Berani Berkata Tidak

Ya, orang yang tidak percaya diri pasti tidak bisa berkata dan bersikap tegas. Jika kamu diajak main ke mal padahal kamu tidak mau, misalnya, kamu pasti akan berkata “baiklah”. Beda halnya kalau kamu percaya diri, kamu berani berkata “tidak” kalau kamu memang tidak menginginkannya.

b. Selalu Takut Gagal

Kamu ditawari ikut perlombaan oleh gurumu, tapi karena takut gagal, kamu lebih memilih tidak mencoba mengikutinya sama sekali. Orang yang takut gagal adalah termasuk orang yang tidak percaya diri.

c. Tidak Menghargai Diri Sendiri

Ketika melihat foto keluarga, kamu bilang, “Aku tidak pernah terlihat cantik bila dibandingkan dengan adikku”. Itu artinya, kamu tidak menghargai diri kamu sendiri alias tidak percaya diri. Harusnya jika kamu percaya diri, kamu bilang saja, “ini aku dan ini adikku. Kami memang berbeda, tapi kami memiliki kelebihan masing-masing.

d. Selalu Melirik Orang Lain

Ketika kamu ditawari suatu pekerjaan, misalnya, kamu bilang ke orang itu, “ Teman aku saja deh yang ditawari itu, aku tidak pantas mendapatkannya”. Orang yang tidak percaya diri biasanya merasa lebih rendah dari orang lain alias *inferior*. Oleh karena itu, dia lebih sibuk ‘ melirik orang lain’ dari pada melirik dirinya sendiri.

²⁴ Opcid, Pongky, hlm 13-14

. Tidak Bisa Menerima Pujian

Ketika suatu saat kamu mendapat nilai bagus disekolah, kamu dipuji oleh temanmu yang lebih pintar, “Selamat ya, kamu ternyata cerdas juga!” Mendengar hal itu, kamu malah bilang, “Masa sih pujian itu buatku? Gak mungkin!” Itu artinya kamu tidak bisa menerima pujian. Ketika pujian itu datang, kamu malah menganggap bahwa pujian itu sebagai ejekan buatmu.

f. Mudah Menyerah

“Aku memang bodoh. Aku memang tidak bisa melakukan hal itu. Payah!” Mungkin itu yang kamu bilang saat kamu merasa struck jika kamu percaya diri. Beda halnya jika kamu percaya diri, tantangan apapun akan kamu hadapi, karena kamu yakin kamu pasti bisa menghadapinya.

g. Tidak Berani Berpendapat

Tiap kali ada acara diskusi, baik itu dirumah, sekolah, dan sebagainya, kamu hanya bersikap seolah menjadi pendengar yang baik. Kamu merasa pendapat orang lain itu lebih benar dan bagus dari pada pendapatmu. Padahal, belum tentu

h. Membenci Orang Lain yang Dianggap Lebih

Saya rasa ini benar-benar pikiran jahat. Ada beberapa orang yang tidak percaya diri dengan cara membenci orang lain yang dianggapnya lebih, entah itu lebih cantik, lebih kaya, dan sebagainya. Tiap kali berhadapan dengannya, dia selalu menjeleknya, memaki-makinya, walaupun hanya dalam hati²⁵

4. Penyebab Tidak Percaya Diri

a. Selalu Berandai-andai

Tiap orang boleh bermimpi, tapi bukan hidup di dunia berandai-andai. Orang yang selama hidupnya selalu melihat kelebihan orang lain dibandingkan kelebihan dirinya sendiri, pasti akan merasa tersiksa.

²⁵ Leni, Opcid, hlm 13-15

b. Terlalu dimanja

Jika orang-orang yang menyayangi kamu berusaha melindungimu sekuat tenaga. Tapi, jika perlakuannya sudah melebihi batas yang ada, seperti terlalu memanjakan, maka hal itu bisa merusak rasa percaya diri kamu.

c. Jarang Dianggap

Perlakuan seperti sering dilecehkan atau tidak dianggap oleh orang lain, merupakan faktor besar yang bisa membuat diri kamu menjadi minder. Kamu yang tadinya percaya diri, lambat laun akan menciut.

d. Suka Dibanding-bandingkan

Terlalu sering disbanding-bandingkan dengan orang lain bisa membuat rasa percaya diri kamu luntur. Kamu merasa bahwa diri kamu itu tak punya kelebihan apapun. Kamu merasa tidak seberuntung orang lain. Pandangan kamu akan selalu negatif dan menghalangi sisi positifmu. Padahal, tiap orang termasuk kamu, memiliki kelebihannya masing-masing yang tidak untuk disbanding-bandingkan, karena sampai kapanpun kamu dan mereka tidak akan sama.

e. Terlalu Percaya Perkataan Orang lain

Pernakah kamu dibilang jelek, gendut, bulat, bodoh, cereboh, atau hal-hal negatif lainnya oleh orang-orang yang dekat kamu? Jika ya, sungguh hal itu bisa membuatmu menjadi ciut. Kamu akan merasa bahwa dirimu benar-benar seperti apa yang mereka katakan itu. Walau bagaimanapun, perkataan itu sama tajamnya dengan pedang. Hanya saja, jika pedang akan melukai fisikmu, maka perkataan akan melukai hati dan pikiranmu. Sehingga, kata-kata itu akan terus terekam dalam ingatanmu dan membuatmu merasa seperti apa yang dikatakan itu, padahal belum tentu benar.²⁶

²⁶ Opcid, Leni, hlm 8-12

5. Akibat Rusaknya Percaya diri

Jika percaya diri yang ada dalam diri kamu rusak, kehidupan akan terasa tidak nyaman. Kamu akan merasa dihantui oleh rasa takut, cemas, tidak mau menghargai dirimu sendiri, menghabiskan waktu percuma, dan sebagainya. Oleh karena itu, kamu harus pintar *manage* mental kamu. Jangan biarkan rasa percaya diri kamu rusak hanya gara-gara mentalmu yang kurang kuat. Jika dirasa percaya dirimu mulai pudar, segeralah cari bantuan, semacam motivator (bentuknya bisa apa saja, misalnya buku, teman, seminar, dsb)²⁷. Memang wajar Menurut Pongky Setiawan, apa yang akan terjadi ketika seseorang tidak memiliki kepercayaan diri atau memiliki kepercayaan diri yang rendah atau telah kehilangan kepercayaan diri sebagai berikut:

- a. Tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh
- b. Tidak memiliki keputusan melangkah yang *decisive* (ngambang)
- c. Mudah frustrasi atau *give-up* atau menyerah ketika menghadapi masalah atau kesulitan
- d. Kurang termotivasi untuk maju, selalu bermalas-malasan atau setengah-setengah dalam setiap tindakan yang dilakukan
- e. Sering gagal dalam menyempurnaan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal) karena tidak adanya keyakinan bahwa apa yang dia lakukan itu akan berhasil
- f. Canggung dalam menghadapi orang

²⁷ Opcid, Leni, hlm 18

- g. Tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan-kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan
- h. Sering memiliki harapan yang tidak realistis dan suka mengawang-awang
Sebaliknya, orang yang mempunyai kepercayaan diri yang bagus, mereka memiliki perasaan positif terhadap kemampuan yang dimiliki. Orang yang mempunyai kepercayaan diri bagus bukanlah orang yang hanya merasa mampu (tetapi sebetulnya tidak mampu) melainkan adalah orang yang mengetahui bahwa dirinya mampu berdasarkan pengalaman dan perhitungannya.²⁸

6. Kiat Merajut Percaya Diri

Menjadi percaya diri dalam waktu hitungan detik memang tidak mungkin untuk itu kamu harus merajutnya. Mulailah dengan melakukan hal-hal berikut ini:

a. Belajar dari Pengalaman

Orang bilang, pengalaman adalah guru yang sangat berharga. Hal itu betul sekali. Setiap orang memang pasti pernah mengalami kegagalan, seberat apapun orang tersebut. Namun, bagi orang yang memiliki rasa percaya diri segalanya. Kegagalan adalah sisi lain untuk meningkatkan rasa percaya diri, Pelajarilah setiap pengalamanmu, cari tahu penyebab kegagalannya, dan perbaikilah.

b. Merencanakan Masa Depan yang Lebih Baik

Setiap orang memiliki masa depan, baik masa depan di dunia maupun di akhirat kelak. Baik atau buruk masa depan tersebut tergantung dari kamu sendiri, Karena kamulah yang menjalaninya. Masa depan yang lebih baik, tentu akan membuatmu merasa lebih percaya diri dalam menjalani kehidupan

²⁸ Opcid, Pongky, hlm 14-15

ini. Oleh karena itu, Bersikaplah selalu ter-*menege*. Artinya, rencanakan setiap langkahmu dengan baik hasilnya pun mudah-mudahan baik pula.

c. Bersikap Profesional

Ada hal yang harus kamu ingat, seseorang akan berani tampil percaya diri ketika ia merasa dihargai oleh lingkungannya. Oleh karena itu agar kamu seperti itu, belajarlah untuk konsisten pada pendirian positifmu. Misalnya kamu berpendirian ingin menjadi pembawa acara yang hebat. Maka, tekuni hal itu dengan baik.

d. Berpikir Positif

Orang yang selalu berpikir positif, situasi hatinya akan selalu terjaga. Hal ini juga akan membuatnya semakin percaya bahwa kegagalan atau hal-hal yang tidak disukainya suatu saat akan berubah menjadi lebih baik. Oleh karena itu, agar kamu selalu merasa percaya percaya diri, biasakanlah untuk selalu berpikir positif dalam setiap keadaan apapun. Memang tidak gampang, tapi pasti bisa, asal terbiasa.



e. Terus Maju

Hidup ini memang seperti efek gelombang, kadang kamu ada diatas, kadang rata, atau kadang ada di bawah. Bahkan, tinggi rendah gelombang itu sendiri pun selalu tak sama. Artinya, hidup ini tak datar. Selalu banyak cobaan yang harus dilalui. Lalu apa hubungannya dengan percaya diri? Ya, tingkat percaya diri seseorang juga naik-turun, sama halnya seperti gelombang. Jika kamu menemukan banyak kesulitan atau masalah dalam hidupmu, hadapi hal itu. Yakinlah bahwa di depan sana ada kebahagiaan sejati yang sedang menantimu. Asal, kamu selalu berpegang teguh pada kebaikan dan teruslah maju,

f. Banyak Bersyukur

Jika kamu termasuk orang yang banyak bersyukur, tiap kali ada masalah, kamu lebih memilih bilang. "Aku ternyata lebih beruntung. Di luar sana banyak orang yang tidak seberuntung aku". Beda halnya jika kebalikannya, kamu pasti bilang. "Ah, menyebalkan! Tuhan tidak adil. Aku sudah berusaha

kerja keras untuk mendapatkannya, tapi malah orang lain yang mendapatkannya” .²⁹

B. Penelitian yang Relevan

Berdasarkan penelitian yang relevan, peneliti menemukan skripsi yang berjudul : Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Wiyata Karya Natar Kabupaten Lampung Selatan. Yang Di tulis oleh: Rohyan. Masalah dalam penelitiannya adalah percaya diri rendah. Tujuan penelitiannya untuk mengetahui peningkatan rasa percaya diri siswa dengan menggunakan prosedur-prosedur dalam layanan konseling kelompok. Metode yang digunakan dalam penelitiannya adalah metode kualitatif. Subyek penelitiannya berjumlah 10 peserta Teknik pengumpulan data menggunakan Wawancara dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan rasa percaya diri peserta didik yang lebih baik dari sebelumnya setelah dilakukan layanan konseling kelompok. Jadi, dapat disimpulkan bahwa penggunaan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VII SMP Wiyata Karya Natar.

Yang membedakan penelitian si peneliti dengan penelitian orang lain adalah: sekolah tempat penelitiannya, teknik yang digunakan, jumlah subjek penelitiannya dan hasil dari penelitiannya.

²⁹ Leni. Opcid, hlm 18-21

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian yang berifat kualitatif, Penelitian kualitatif adalah berakar pada latar belakang ilmiah sebagai kebutuhan, mengandalkan manusia sebagai alat penelitian, memanfaatkan metode kualitatif analisis secara induktif, mengarahkan sasaran penelitian pada usaha menemukan teori, lebih mementingkan proses dari pada hasil, memilih seperangkat kriteria untuk menulis keabsahan data, rancangan penelitian bersifat sementara dan hasil penelitian disepakati oleh subjek penelitian.³⁰ Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, fenomenologi adalah suatu penelitian yang bersifat kualitatif, fenomena meliputi suatu cukupan ontologism yang bervariasi meliputi objek, keadaan, peruses, dn peristiwa. Studi fenomenologi menekankan makna dari pengalaman untuk sejumlah individu.

Menurut S. Margono penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau uraian dari orang dan perilaku yang dapat diamati³¹. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti

³⁰ Maleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung, Remaja Rosdakarya, 2001, hlm 4

³¹ S. Margono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Jakarta, Rineka Cipta, 1997, hlm 36

pada kondisi yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci.³² Penggunaan metode kualitatif ini yaitu karena permasalahan belum jelas, holistic, kompleks, dinamis dan penuh makna sehingga tidak mungkin data pada situasi sosial tersebut dijangkau dengan metode kuantitatif.³³

Penelitian kualitatif ini juga memiliki kepekaan dan daya penyesuaian diri dengan banyak yang timbul dari pola-pola nilai yang dihadapi.³⁴ Margono mengemukakan bahwa dalam penelitian kualitatif ini, analisis yang digunakan lebih bersifat deskriptif analitik yang berarti interpretasi terhadap isi dibuat dan disusun secara menyeluruh dan sistematis.³⁵ Selain itu penggunaan metode penelitian juga mengarahkan pusat perhatian kepada titik pandang orang dan pemaparan hasil penelitian juga mengarahkan pusat perhatian kepada titik pandang orang dan pemaparan hasil penelitian berdasarkan data dan informasi lapangan dengan menarik makna dan konsepnya.³⁶ Penelitian ini mempelajari permasalahan ilmiah yang terjadi dengan cara menggambarkan situasi atau kejadian sebagaimana adanya.

³² Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R & D, Bandung, Alfabeta, 2008, hlm 15

³³ *Ibid*, hlm 399

³⁴ S. Margono, hlm 41

³⁵ *Ibid*

³⁶ Maman Rachman, Strategi dan langkah-langkah penelitian pendidikan, Semarang, IKIP Semarang Press, 1993, hlm 11

Menurut Sanapian Faisal ada empat alternative untuk menetapkan permasalahan yang akan diteliti yaitu sebagai berikut:

- 1) Menetapkan fokus permasalahan yang disarankan oleh informan
- 2) Menetapkan fokus permasalahan berdasarkan domain-domain tertentu.
- 3) Menetapkan fokus masalah yang memiliki nilai temuan untuk pengembangan IPTEK.
- 4) Menetapkan fokus masalah berdasarkan permasalahan yang terkait dengan teori-teori yang telah ada³⁷



Menurut Sumadi Suryabrata, Penelitian Kualitatif bertujuan untuk:


- 1) Mencari informasi faktual yang mendetail dengan melihat gejala yang ada
- 2) Mengidentifikasi masalah masalah atau untuk mendapatkan justifikasi keadaan praktek-praktek yan sedang berlangsung.
- 3) Membuat komperasi dan evaluasi.
- 4) Mengetahui apa yang dikerjakan oleh orang-orang lain dalam menangani masalah atau situasi yang sama, agar dapat belajar dari mereka untuk

³⁷ Suguyono, hlm 288

kepentingan pembuatan rencana dan pengambilan keputusan dimasa depan.³⁸

Berdasarkan pemaparan di atas maka penelitian ini bersifat kualitatif deskriptif, maka fokus penelitian yang dijadikan sasaran adalah Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung.

B. Sumber Data



Sumber data dalam penelitian ini adalah seseorang yang dapat memberikan keterangan tentang hal-hal yang terkait dengan permasalahan dilokasi peneliti.³⁹ Dalam penelitian kualitatif ini, sumber data dipilih secara *Purposive sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, seperti oran tersebut dianggap paling mengetahui tentang apa yang peneliti harapkan.⁴⁰

Dengan pengambilan sumber data yang dipilih secara *purposive sampling*, maka sumber data yang dipilih adalah orang-orang yang dianggap sangat mengetahui permasalahan yang akan diteliti atau juga yang berwenang dalam

³⁸ Sumadi Suryabrata, *Metodelogi Penelitian*, Jakarta, Rajawali Perss, 1997, hlm 7

³⁹ Maleong, *OP. Cit*, hlm 300

⁴⁰ Sugiyono, *OP.CIT*, Hlm 30

masalah tersebut. Dalam penentuan sampel sebagai sumber data atau informasi sebaiknya yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Mereka yang menguasai atau memahami sesuatu melalui peruses “Kulturasi”. sehingga sesuatu itu bukan sekedar diketahui, tetapi juga dihayati
2. Mereka yang tergolong masih sedang berkecimbung untuk diminta informasi
3. Mereka yang tidak cenderung menyampaikan informasi berdasarkan hasil “kemasannya” sendiri.
4. Mereka yang pada mulanya tergolong “cukup asing” dengan penelitian ini sehingga lebih menggairahkan untuk dijadikan semacam guru atau nara sumber.⁴¹



Pengumpulan data dalam penelitian ini disesuaikan dengan jenis data yang dibutuhkan. Maka yang menjadi sumber data dalam penelitian ini adalah orang yang dianggap mengetahui tentang Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung. Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

⁴¹ Sanafiah Fisal, Penelitian Kualitatif, Dasar-dasar dan Aplikasi, Malang, YA4, 1990. HLM 59

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah data yang diperoleh dari sumber data pertama melalui prosedur dan teknik pengambilan data berupa interview dan observasi. Dalam penelitian Kualitatif, jumlah sumber data atau responden tidak ditentukan sebelumnya, sebab apabila telah diperoleh informasi yang maksimal maka tujuan menelaah sudah dipenuhi. Oleh karena itu konsep sampel dalam penelitian kualitatif adalah berkaitan dengan bagaimana memilih responden dan situasi sosial tertentu dapat memberikan informasi secara factual dan akurat mengenai fokus penelitian.

Untuk memperoleh data yang jelas dan sesuai dengan masalah penelitian, maka peneliti mendatangi lokasi penelitian secara langsung untuk memperoleh data melalui responden yang meliputi:

- a. Guru Bimbingan dan Konseling SMPN 28 Bandar Lampung
- b. Salah satu Guru SMPN 28 Bandar Lampung (Guru PAI)
- c. Peserta Didik yang berada Di SMPN 28 Bandar Lampung

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber yang tidak langsung, diambil dari data dokumentasi dan arsip-arsip penting.

Adapun data-data sekunder dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Buku-buku yang relevan dengan judul penelitian

- b. Dokumen-dokumen resmi tentang Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik SMPN 28 Bandar Lampung.
- c. Data-data yang terkait dengan Percaya Diri Peserta Didik.

C. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini, dilakukan di SMPN 28 Bandar Lampung. Pemilihan lokasi dilakukan secara terencana dan dengan penuh pertimbangan secara matang. Sedangkan menjadi fokus penelitian ini di khususkan pada Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lmpung.



D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian Penggunaan Layanan Koseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Ada beberapa faktor yang menentukan keberhasilan suatu penelitian terutama penelitian kualitatif, yaitu paling tidak ditemukan kejelasan tujuan dan permasalahan penelitian, ketetapan pemilihan pendekatan atau metodologi, ketelitian dan kelengkapan data atau informasi itu sendiri.

Data penelitian kualitatif, pengumpulan data dilakukan pada natural setting (kondisi yang alamiah), sumber data primer, dan teknik pengumpulan data lebih banyak yaitu: 1). Interview mendalam (*in dept interview*), dan 2). Dokumentasi.⁴²

Untuk mencari data yang objektif dan dapat dipertanggung jawabkan, maka diperlukan alat atau teknik yang mampu mengungkapkan data yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data dengan maksud agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih maksimal, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Penelitian kualitatif ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu teknik observasi, interview dan teknik dokumentasi. Penggunaan teknik tersebut dijelaskan berikut ini, yang digunakan peneliti dalam rangka memperoleh informasi yang saling melengkapi untuk kevalidan dan penelitian.

1. Interview

Teknik wawancara atau interview merupakan cara yang digunakan untuk mendapatkan data dengan mengadakan wawancara secara langsung dengan informan. Wawancara (*interview*) yaitu melakukan Tanya jawab atau mengkonfirmasi kepada sample peneliti dengan sistematis (wawancara terstruktur). Wawancara diartikan cara menghimpun bahan-bahan keterangan yang

⁴² Sugiyono, *OP.Cit*, hlm 300

dilaksanakan dengan Tanya jawab secara lisan, sepihak, bertatap muka secara langsung dan dengan arah tujuan yang telah ditentukan.⁴³

Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan interview bebas terpimpin yaitu pelaksanaan interviewnya berpedoman pada daftar yang telah disusun sehingga respon dapat memberikan jawabannya secara bebas sesuai dengan pemahaman atau pengetahuannya masing-masing. Teknik interview adalah alat pengumpul informasi dengan cara mengajukan sejumlah pertanyaan secara lisan untuk dijawab secara lisan pula. Ciri utama dari interview adalah kontak langsung dengan bertatap muka antara pencari informasi (*interview*), dengan sumber informasi.⁴⁴

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik interview bebas terpimpin, yaitu penginterview membawa kerangka keterangan untuk disajikan, tetapi bagaimana pertanyaan itu disajikan dan irama interview sama sekali diserahkan kepada kebijakan interview.⁴⁵

Dan beberapa kutipan di atas dapat dipahami bahwa interview bebas terpimpin adalah yang dilakukan dimana pewawancara telah membawa sejumlah pertanyaan secara global mengenai informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Dalam hal ini, data yang akan terkumpul berupa data Penggunaan Layanan

⁴³ Muhamad Farouk & Djalil, *Metodologi Penelitian Sosial*, Jakarta, Restu Agung, 2003, hlm 32

⁴⁴ S. Sugoyono, *Op. Cit*, hlm 165

⁴⁵ *Ibid*, hlm 200

Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung.

2. Dokumentasi

Teknik dokumentasi yaitu suatu alat penelitian yang bertujuan untuk melengkapi data (sebagai bukti pendukung), yang bersumber bukan dari manusia yang memungkinkan dilakukan untuk mengetahui keobjektifan data.

Menurut Suharsimi Arikunto, studi dokumentasi adalah mencari data untuk mengetahui hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda dan sebagainya.⁴⁶

Sedangkan Sugiyono mengemukakan bahwa studi dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu, dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang.⁴⁷ Studi dokumentasi diartikan juga cara mengumpulkan data dengan mencatat data yang sudah ada dalam dokumentasi atau arsip.⁴⁸

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan cara yang digunakan untuk menguraikan keterangan-keterangan atau data diperoleh agar data tersebut dapat dipahami, bukan saja oleh orang yang mengumpulkan data tetapi juga oleh orang lain. Analisis

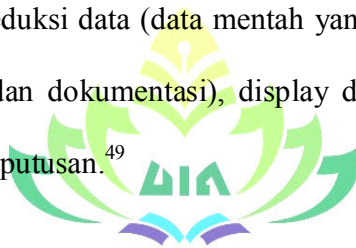
⁴⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, Jakarta, Rineka Cipta, 2006, ce, ke 13, hlm 107

⁴⁷ Sugiyono, *Op. Cit.*, hlm 329

⁴⁸ Muhammad Faruk & Djali, *Op. Cit.*, hlm 37

data- data di artikan sebagai peroleh dari hasil interview, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan caraa mengorganisasikan data ke dalam katagoro, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalaam pola, memilih mana yang penting dan ang kaanaa dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah di pahami.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis kualitatif yang bersifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan pula hubungan tertentu. Dengan langkah yan harus di lalui dalam analisis data adalah Reduksi data (data mentah yang telah dikumpulkan dari hasil observasi, interview, dan dokumentasi), display data (penyajian data). verifikasi data dan mengambil keputusan.⁴⁹



G. Triangulasi Data

Dalam teknik pengumpulan data, triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat mengabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Bila peneliti melakukan pengumpua data dengan triangulasi, maka sebenarnya peneliti mengmpulkan data yang sekaligus menguji kreadibilitas data, yaitu mengecek kreadibilitas data dengan berbagai teknik pengumpulan data berbagai sumber data.

⁴⁹ Sugiyono, *OP,Cit*, hlm 335

Triangulasi teknik berarti peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Peneliti menggunakan wawancara mendalam, dan dokumentasi untuk sumber data yang sama secara serempak.⁵⁰

Pemeriksaan dengan cara triangulasi dilakukan untuk meningkatkan derajat kepercayaan dan akurasi data. Triangulasi dilakukan dengan tiga strategi triangulasi sumber sipeneliti mencari informasi lain tentang suatu topic yang digalinya dari lebih dari satu sumber, prinsipnya lebih banyak sumber lebih baik.



⁵⁰ Sugiyono, Op. Cit, hlm 241

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Wawancara

a) Wawancara dengan Guru BK

Berdasarkan wawancara dengan salah satu guru bimbingan konseling SMPN 28 Bandar Lampung pada tanggal 9 Mei 2016 dengan Ibu Rosdianti,⁵¹ mengenai permasalahan peserta didik tentang percaya diri sebagai berikut:

P : Apakah Ibu sebagai guru Bimbingan dan Konseling di SMPN 28 Bandar Lampung pernah melaksanakan layanan konseling kelompok?

GB : Sudah pernah.

P : Apakah Ibu pernah melaksanakan layanan konseling kelompok untuk meningaktakan percaya diri peserta didik?

GB : Sudah pernah.

P : Apakah faktor yang mempengaruhi rendahnya percaya diri peserta didik?

GB : Faktor keluarga dan Faktor Lingkungan.

⁵¹ Wawancara dengan Koordinator Guru Bimbingan Konseling Ibu Rosdianti, pada hari senin, 09 Mei 2016, Jam 08:00 di Ruang BK

P : Apakah menurut Ibu kedua faktor tersebut sangat mempengaruhi rendahnya percaya diri peserta didik.

GB : Iya, menurut saya sangat mempengaruhi.

P : Bagaimana respon peserta didik dalam melaksanakan layanan konseling kelompok ?

GB : Mereka sangat merespon dengan baik dan positif.

P : Bagaimana Antusias atau ekspresi anggota kelompok pada saat melaksanakan layanan konseling kelompok?

GB : Mereka sangat berantusias dengan ekspresi yang menyenangkan.

P : Berapakah waktu yang disepakati bersama anggota kelompok ketika melaksanakan layanan konseling kelompok?

GB : Satu jam pelajaran.

P : Berapakah anggota peserta didik dalam melakukan layanan konseling kelompok?

GB : Minimal delapan peserta didik maksimal sepuluh peserta didik.

P : Apakah sudah terjadi dinamika kelompok pada saat melaksanakan layanan konseling kelompok?

GB : Sudah melakukan dinamika kelompok.

P : Bagaimanakah perasaan ibu ketika melaksanakan layanan konseling kelompok pada peserta didik?

GB : Saya sangat bahagia serta bangga kepada peserta didik ketika melaksanakan layanan konseling kelompok.

b) Wawancara dengan peserta didik

Berdasarkan wawancara dengan peserta didik SMPN 28 Bandar Lampung pada tanggal 9 Mei 2016 dengan Bagus Maulana Kelas VIII ,⁵² mengenai permasalahan peserta didik tentang percaya diri sebagai berikut:

P : Apakah bagus tahu apa itu konseling kelompok?

PD : Konseling Kelompok itu adalah Layanan konseling yang dilaksanakan dalam suasana kelompok.

P : Apakah pernah dilaksanakan layanan konseling kelompok oleh guru BK SMPN 28 Bandar Lampung?

PD : Sudah Pernah.

P : Apakah Bagus Tahu pengertian percaya diri rendah?

PD : Percaya diri rendah itu, ia tidak percaya diri atau bisa juga dikatakan tidak percaya diri.

⁵² Wawancara dengan peserta Bagus Maulana , pada hari senin, 09 Mei 2016, Pada saat Jam Istirahat Pertama, Jam 10:00 Di Ruang Kelas

P : Apakah pernah dilakukan layanan konseling kelompok membahas tentang tidak percaya diri atau rendahnya percaya diri peserta didik?

PD : Sudah pernah dilakukan oleh guru BK, dan kebetulan saya salah satu peserta didik yang pernah mengikuti layanan konseling kelompok dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.

P : Berapa pesertakah dalam melaksanakan layanan konseling kelompok?

PD : Delapan peserta didik.

P : Berapakah waktu yang dibutuhkan dalam melaksanakan layanan konseling kelompok?

PD : Waktunya adalah satu jam.



P : Bagaimanakah perasaan Bagus dalam melaksanakan layanan konseling kelompok?

PD : Saya merasa tidak percaya diri.

P : Tidak percaya diri seperti apakah yang Bagus alami?

PD : Tidak berani menyampaikan pendapat dan maju didepan kelas.

P : Setelah melakukan layanan konseling kelompok apakah perasaan Bagus semakin membaik?

PD : Iya, semakin membaik.

P : Apa manfaat yang Bagus rasakan setelah melakukan layanan konseling kelompok.

PD : Manfaatnya adalah saya bisa lebih baik lagi dari sebelumnya.

tabel 1

Data Peserta Didik Kelas VII SMPN 28 Bandar Lampung

No	Kelas	Jumlah
1	VIII A	34
2	VIII B	34
3	VIII C	33
4	VIII D	33
5	VIII E	32
6	VIII F	34
7	VIII G	31
Keseluruhan		231

Sumber Data diambil dari koordinator Guru Bimbingan Konseling SMPN 28 Bandar Lampung.⁵³

Berdasarkan tabel diatas bahwa, kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung terdapat 7 kelas yaitu, kelas VIII A berjumlah 34 peserta didik, kelas VIII B berjumlah 34 peserta didik , kelas VIII C berjumlah 33 pesera didik, kelas VIII D berjumlah 33 peserta didik, kelas VIII E berjumlah 32 peserta didik, kelas

⁵³ Sumber Data tersebut diambil dari kordinator Guru BK, hari senin, 09 Mei 2016, Jam 08:00, Di Ruang BK

VIII F berjumlah 34 dan, kelas VIII G berjumlah 31 peserta didik, dengan keseluruhan kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung Berjumlah 231 peserta didik.

B. Pembahasan

Dalam pembahasan peneliti akan membahas teknik-teknik apa sajakah yang dilakukan Guru BK Kepada peserta didik pada saat melaksanakan layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Teknik Layanan Konseling Kelompok.

Berdasarkan penelitian teknik layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling di SMPN 28 Bandar Lampung, teknik yang dilakukan dalam layanan konseling kelompok adalah memakai teori dari Farid Mashudi yaitu sebagai berikut:

a. Memperkenalkan Diri

Sebelum melakukan layanan konseling kelompok, peserta didik memperkenalkan diri satu persatu kepada peserta didik lainnya, seperti nama,, hoby dan juga cita-cita, guna untuk saling mengenal dan mencairkan suasana sebelum melakukan layanan konseling kelompok, nama-nama peserta didik yang mengikuti layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut: Alwan Fiqih Irawan, Bintang Viandika, Cindy Ramadhani, Dina Tamara, Johan Darmawan Nasya, Liana Ingraini, M. Faris dan Mita Intan Pertiwi.

Tabel 2

Nama-nama Peserta Didik Yang Mengikuti Layanan Konseling Kelompok Di SMPN 28 Bandar Lampung

No	Nama	Hoby	Cita-cita
1	Alwan Fiqih Irawan	Membaca	Dokter
2	Bintang Viandika	Berenang	Polisi
3	Cindy Ramadhani	Menulis	Bidan
4	Dina Tamara	Menggambar	Pelukis
5	Johan Darmawan Nasya	Membaca	Dosen
6	Liana Ingraini	Menulis	Guru
7	M. Faris	Menggambar	Guru
8	Mita Intan Pertiwi	Menulis	Bidan

Sumber data tersebut diambil pada saat layanan konseling kelompok sedang berlangsung⁵⁴

b. Menjelaskan aturan main dalam layanan konseling kelompok

⁵⁴ Sumber Data Diambil Pada saat layanan Konseling Kelompok Berlangsung, pada hari selasa 10 Mei 2016, jam 08:09, Di Ruang BK

Setelah memperkenalkan diri masing-masing peserta didik selanjutnya adalah menjelaskan aturan main dalam layanan konseling kelompok seperti, setiap peserta didik harus terbuka kepada satu sama lain, menjelaskan waktu dalam melaksanakan layanan konseling kelompok, peserta didik harus bisa menjaga rahasia jika ada salah satu permasalahan peserta didik yang permasalahannya cukup serius.

c. Menyuruh anggota kelompok mengemukakan persoalan yang saat ini dihadapi

Setelah menjelaskan aturan main dalam layanan konseling kelompok, untuk selanjutnya setiap peserta didik mengemukakan persoalan yang terjadi pada diri peserta didik saat ini, masalah-masalah yang peserta didik yang muncul pada saat ini adalah sebagai berikut:

1) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Alwan Fiqih Irawan*

Alwan Fiqih Irawan mengalami rasa tidak percaya diri ketika menyampaikan pendapat di depan orang banyak. Ia selalu merasa takut salah berbicara karena orang-orang memperhatikannya.

2) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Bintang Viandiaka*

Kurang dapat mengungkapkan perasaan dan pikirannya ketika berada dalam suatu kelompok atau banyak orang. Bintang Viandika merasa kesulitan

dan ia lebih memilih menyuruh temannya untuk menyampaikan pikiran maupun perasaanya.

3) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Cindy Ramadhani*

Cindy Ramadhani merasa tidak percaya diri ketika harus berada di depan orang banyak. Ia akan menjadi kebingungan dan lupa apa yang harus ia lakukan, padahal sebelum ia maju semuanya telah ia persiapkan.

4) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Dita Tamara*

Dita Tamara merasa tidak percaya diri jika diminta untuk melakukan sesuatu karena merasa takut ditertawakan atau dimarah jika salah mengerjakan.

5) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Johan Darmawan Nasya*

Johan Darmawan Nasya merasa tidak percaya diri dalam mencoba hal yang baru baginya, karena ia merasa bingung bagaimana cara memulainya.

6) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Liana Ingraini*

Liana Ingraini merasa tidak percaya diri jika menjadi pusat perhatian. Ia sangat tidak percaya diri jika semua mata temannya tertuju pada dirinya sehingga ia jadi salah tingkah.

7) *Masalah tidak percaya diri yang dialami M. Fariz*

M. Fariz merasa takut ketika ditunjuk guru untuk mengerjakan soal di depan kelas. Ia merasa tidak percaya diri karena apabila jawaban yang ia tulis salah, maka teman-temannya akan menertawakannya.

8) *Masalah tidak percaya diri yang dialami Mita Intan Pertiwi*

Mita Intan Pertiwi merasa tidak percaya diri jika diminta untuk melakukan sesuatu. Ia merasa takut salah dalam mengerjakannya, ia takut akan dicap oleh teman-temannya sebagai anak bodoh.

Tabel 3

Masalah yang Di Alami Peserta Didik Di SMPN 28 Bandar Lampung

No	Nama	Masalah
1	Alwan Fiqih Irawan	Mengalami rasa tidak percaya diri ketika menyampaikan pendapat di depan orang banyak. Ia selalu merasa takut salah berbicara karena orang-orang memperhatikannya.
2	Bintang Viandika	Kurang dapat mengungkapkan perasaan dan pikirannya ketika berada dalam suatu kelompok atau banyak orang. Bintang Viandika merasa kesulitan dan ia lebih memilih menyuruh temannya untuk menyampaikan pikiran maupun perasaannya.
3	Cindy Ramadhani	Merasa tidak percaya diri ketika harus berada di depan orang banyak. Ia akan

		menjadi kebingungan dan lupa apa yang harus ia lakukan, padahal sebelum ia maju semuanya telah ia persiapkan
4	Dina Tamara	Merasa tidak percaya diri jika diminta untuk melakukan sesuatu karena merasa takut ditertawakan atau dimarah jika salah mengerjakan.
5	Johan Darmawan Nasya	Merasa tidak percaya diri dalam mencoba hal yang baru baginya, karena ia merasa bingung bagaimana cara memulainya.
6	Liana Ingraini	Ia sangat tidak percaya diri jika semua mata temannya tertuju pada dirinya sehingga ia jadi salah tingkah.
7	M. Faris	Merasa takut ketika ditunjuk guru untuk mengerjakan soal di depan kelas. Ia merasa tidak percaya diri karena apabila jawaban yang ia tulis salah, maka teman-temannya akan menertawakannya
8	Mita Intan Pertiwi	Merasa tidak percaya diri jika diminta untuk melakukan sesuatu. Ia merasa takut salah dalam mengerjakannya, ia takut akan dicap oleh teman-temannya sebagai anak bodoh

Sumber Di ambil pada saat layanan konseling kelompok berlangsung⁵⁵

Dari permasalahan yang dialami peserta didik pada saat melakukan layanan konseling kelompok, menurut peneliti itu sudah cukup menunjukan bahwasanya peserta didik mengalami percaya diri yang rendah, untuk itu perlunya layanan konseling kelompok untuk mengatasinya.

d. Setelah semua anggota kelompok mengemukakan permasalahannya, maka guru BK bersepakat dengan semua anggota kelompok untuk membahas satu permasalahan yang dianggap paling mendesak untuk dipecahkan

Pada saat anggota kelompok mengemukakan permasalahannya satu persatu, maka dari permasalahan delapan peserta didik sesuai kesepakatan antara guru BK dan peserta didik, maka diambil satu permasalahan yang cukup mendesak atau permasalahan yang cukup serius yang dihadapi salah satu peserta didik, berdasarkan kesepakatan bersama, maka permasalahan yang akan dibahas adalah masalah dari peserta didik yang bernama, M. Fariz, masalah yang dihadapinya adalah: **Merasa Takut Ketika ditunjuk Guru untuk Mengerjakan Soal didepan Kelas.**

⁵⁵ Sumber Data Diambil Pada saat layanan Konseling Kelompok Berlangsung, pada hari selasa 10 Mei 2016, jam 08:09, Di Ruang BK

e. Mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk menanggapi persoalan yang ada.

Setelah kesepakatan bersama antara guru BK dan peserta didik untuk membahas satu permasalahan peserta didik yang dianggap paling mendesak dan cukup serius untuk dipecahkan, maka untuk selanjutnya setiap peserta didik dipersilahkan untuk menanggapi permasalahan yang sudah disepakati bersama, tanggapan-tanggapan mereka adalah sebagai berikut:

1) Tanggapan dari Alwan Fiqih Irawan

Untuk melawan rasa takut adalah memberanikan diri sendiri walaupun salah, setidaknya sudah mencoba walaupun pada akhirnya salah, namanya juga proses belajar, jadi sah-sah saja jika salah, dan jangan putus asa untuk mencoba kembali.

2) Tanggapan dari Bintang Viandika

Dalam masalah tersebut adalah untuk melawan rasa takut ketika ditunjuk guru mengerjakan soal didepan kelas itu hal yang wajar-wajar saja, karna saya juga pernah merasakannya, jadi menurut saya cara mengatasinya adalah selalu mencoba dan mencoba walaupun salah, karna kesempurnaan hanya milik Allah, itu pendapat dari peserta didik yang bernama Bintang Viandika, jadi pada intinya jangan takut gagal, karna kesempurnaan hanya milik Allah.

3) Tanggapan dari Cindy Ramadhani

Adalah, cara mengatasi M. Faris adalah dengan melakukan berdo'a kepada Allah, supaya kita tidak gugup jika ketika kita ditunjuk oleh guru mengerjakan soal di depan Kelas, tetapi jika masih takut juga, maka kita bilang sama guru kita tersebut yang sedang mengajar kita kalau kita tidak bisa, kan kita bisa bertanya kembali kepada guru kita, jika masih takut juga maka berdo'a lagi kepada Allah, insyaallah kita bisa, amin.

4) Tanggapan dari peserta didik yang bernama Dina Tamara

Permasalahan tersebut adalah: Semua orang pernah merasakan itu termasuk Dina Tamara juga, tetapi ketika peserta didik menghadapi permasalahan tersebut, peserta didik mencoba menenangkan diri sendiri walaupun pada kenyataannya peserta didik gugup ataupun takut, untuk mengatasinya kalau pendapat Dina Tamara adalah: dengan cara maju saja walaupun kita merasakan takut dan malu ataupun lain sebagainya, kita tetap maju saja, walaupun salah menurut Dina Tamara tidak apa-apa kan masih belajar.

5) Dan tanggapan dari peserta didik yang bernama Johan Darmawan Nasya

Johan juga pernah merasakan seperti itu, tapi itu dulu, Alhamdulillah sekarang Johan sudah bisa melawan rasa takut dan lain sebagainya ketika disuruh Guru maju kedepan kelas untuk mengerjakan soal, dengan cara: pertama kita harus berdo'a pada Allah, kedua kita harus banyak bertanya pada guru kita apapun pertanyaan, karna jujur keingin tahanan Johan lumayan tinggi dibanding teman-

temanya yang lain, kebetulan bintang juga juara dikelasnya dan yang terakhir adalah anggap saja teman kita gak ada walaupun pada kenyataannya ada.

6) Dan menurut Liana Ingriani

Menanggapi bahwa apa yang dialami M.Fariz sering Liana rasakan, dan wajar-wajar saja permasalahan tersebut terjadi pada diri kita, karna menurut Liana kita lagi belajar, namanya juga lagi belajar pasti tidak langsung tau kan, pada intinya kita jangan berhenti belajar kita harus belajar sampai kapanpun itu tanggapan dari Liana Ingriani.

7) Dan tanggapan dari Mita Intan Pertiwi

Mitapun sering mengalami permasalahan tersebut dan sekarang Alhamdulillah sudah bisa Mita atasi rasa takut Mita dengan cara memberanikan diri walaupun takut salah, takut gagal ataupun takut ditertawakan yang penting Mita maju soal salah benarnya tidak ada masalah, benar kata teman-teman namanya juga belajar, belajarkan tidak langsung tahu, kan ada prosesnya, jadi kita sama-sama jangan takut ditunjuk guru untuk mengerjakan soal di depan kelas.

8) Dan menurut M.Fariz sendiri yang mengalami permasalahan tersebut pada saat ini

Fariz menanggapi jika permasalahan yang dia alami pada saat ini belum bisa teratasi, ketika dia mendengarkan tanggapan dari peserta didik lainnya, Fariz menanggapi kalau tanggapan dari peserta didik lainnya sangat membantu

permasalahan yang di alami pada saat ini, dan Fariz ingin mencoba menerapkan pada dirinya, Fariz sangat berterimakasih kepada peserta didik lainnya atas tanggapan yang mereka utarakan lewat layanan konseling kelompok.

f. Setelah semua peserta didik menanggapi persoalan yang dibahas, guru BK pun menanyakan kepada peserta didik satu persatu untuk kesanggupan melaksanakan kesepakatan bersama

Setelah semua peserta didik menanggapi persoalan yang dibahas, guru BK menanyakan kembali kepada mereka tentang tanggapan yang mereka utarakan satu-persatu didepan peserta didik lainnya, apakah peserta didik sudah paham dan mengerti apa yang mereka utarakan, setelah mereka paham dan mengerti Guru BK menanyakan lagi kepada peserta didik tentang kesanggupan mereka untuk mencoba menerapkan apa yang peserta didik utarakan, peserta didikpun menyanggupinya, peserta didik mau mencoba menerapkannya di sekolah mulai dari hari ini dan seterusnya.

Hampir seluruh peserta didik pada saat Guru BK menanyakan tentang kesanggupan kepada peserta didik tentang apa tanggapan yang telah mereka utarakan pada saat layanan konseling kelompok, jawabannya hampir sama yaitu sebagai berikut:

Tabel 4

Jawaban Peserta Didik pada saat ditanya Guru BK tentang kesanggupan peserta didik untuk menerapkan apa yang mereka utarakan dalam tanggapan permasalahan yang sama-sama mereka sepakati

No	Nama	Jawaban
1	Alwan Fiqih Irawan	Iya Buk., Inshaallah Alwan bisa menerapkannya di lingkungan sekolah kita.
2	Bintang Viandika	Iya Buk, Bintang akan belajar mencoba untuk menerapkannya di kelas.
3	Cindy Ramadhani	Iya Buk, Cindy juga inshaallah akan mencoba mulai dai hari ini.
4	Dina Tamara	Iya Buk, Dina juga Inshaallah sanggup untuk menerapkannya di sekolah khususnya pada saat maju di depan kelas untuk mengerjakan tugas dari Guru.
5	Johan Darmawan Nasya	Iya Buk, Johan juga akan belajar dan belajar lagi supaya semakin percaya diri.
6	Liana Ingraini	Iya Buk, Liana juga akan berusaha belajar untuk tidak takut, ketika Guru menyuruh Liana maju kedepan kelas.

7	M. Fariz	Iya Buk, Fariz juga akan belajar sama seperti teman-teman yang lainnya, supaya fariz bisa seperti teman-teman yang lainnya.
8	Mita Intan Pertiwi	Mitapun sama buk, Inshaallah mita akan mencoba belajar lagi dan belajar lagi, supaya percaya diri mita bisa meningkat.

f. Setelah semua teknik-teknik pada layanan konseling kelompok dilakukan dengan sesuai prosedur dan dilakukan dengan baik serta kedinamikaan kelompok sudah terjadi, maka yang terakhir ditutupi dengan do'a

Setelah semua teknik terlaksanakan dengan baik dan tersusun sesuai dengan tahapan-tahapannya, layanan konseling kelompok ditutupi dengan do'a bersama yang di pimpin oleh salah satu peserta didik, supaya apa yang peserta didik lakukan hari ini semuanya berkah dan setelah peserta didik selesai melakukan layanan konseling kelompok peserta didik bisa menerapkan dilingkungan sekolah kini, nanti dan selamanya.

Hasil pelaksanaan layanan konseling kelompok adalah:

Hasil yang didapati peneliti pada saat layanan konseling kelompok dilakukan oleh Guru BK SMP N 28 Bandar Lampung, Guru BK tersebut sangat paham dan tahapan-tahapan yang Guru BK lakukan sudah sesuai dengan prosedur yang ada, pada saat layanan konseling kelompok berlangsung Guru BK sangat terlihat memahami tentang layanan konseling kelompok tersebut dan pada saat layanan konseling kelompok sedang berlangsung peneliti melihat dan mencermati setiap anggota kelompok satu- persatu, peserta didikpun terlihat antusias melakukan layanan konseling kelompok tersebut, peserta didik sangat menikmati dalam setiap tahapan-tahapan teknik yang mereka lalui, dinamika kelompokpun sudah terjadi pada saat layanan konseling kelompok dilaksanakan seperti suasana cukup tenang, peserta didik bisa saling menghargai pendapat maupun tanggapan-tanggapan yang peserta didik utarakan, suasana dalam dalam layanan konseling kelompok sudah cukup hidup dan berkembang dengan baik dengan ditandai semua peserta didik yang mengikuti layanan konseling kelompok berintraksi dengan baik antar sesama anggota lainnya.

Menurut peneliti layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh Guru BK kepada peserta didik yang telah mengikuti layanan konseling kelompok sudah baik dan kedinamikian di layanan konseling kelompokpun sudah terjadi pada saat layanan konseling kelompok sedang berlangsung, serta teori teknik layanan konseling kelompok yang diambil dari teori Farid Mashudi sudah tidak asing lagi

dilakukan Di SMPN 28 Bandar Lampung, karna teori yang Guru BK terapkan dalam teknik layanan konseling kelompok terhadap peserta didik sama dengan landasan landasan teori peneliti sebagai berikut:

- h. Memperkenalkan diri, kemudian mempersilahkan masing-masing anggota kelompok untuk memperkenalkan diri mereka
- i. Menjelaskan aturan main dalam konseling kelompok.
- j. Menyuruh setiap anggota kelompok mengemukakan persoalan yang saat ini dihadapi.
- k. Setelah semua anggota menyampaikan permasalahannya, maka konselor bersepakat dengan semua anggota kelompok untuk membahas satu permasalahan yang dianggap paling mendesak untuk dipecahkan.
- l. Mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk menanggapi persoalan yang dibahas.
- m. Setelah menemukan solusi terhadap persoalan, konselor menanyakan kesanggupan anggota kelompok untuk melaksanakan kesepakatan bersama..
- n. Menutup pertemuan dengan do,a.⁵⁶

Menurut peneliti teori dari Farid Mashudi tentang teknik layanan konseling kelompok bisa diterapkan di sekolah oleh guru BK Di SMPN 28 Bandar Lampung, karna teknik-teknik tersebut sudah terbukti dan sudah tidak asing lagi di sekolah terutama tentang Bimbingan dan Konseling Di Sekolah SMPN 28 Bandar Lampung, dan pada saat dipraktekkan sesuai dengan prosedur-prosedur serta sesuai dengan teknik-teknik yang ada, sudah bisa dikatakan berhasil dan layanan

⁵⁶ Opcid, Farid Mashudi, hlm 251-252

konseling kelompokpun sudah terbukti bisa mengatasi permasalahan peserta didik dalam mengatasi masalah yang peserta didik rasakan dan peserta didik alami, serta bisa meningkatkan percaya diri peserta didik melalui layanan konseling kelompok.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penegasan judul dan latar belakang tersebut, maka masalah penelitiannya adalah teknik apa sajakah yang digunakan pelaksanaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan percaya diri peserta didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung.

Berdasarkan penelitian teknik layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling di SMPN 28 Bandar Lampung, teknik yang dilakukan dalam layanan konseling kelompok adalah memakai teori dari Farid Mashudi yaitu sebagai berikut:

a. Memperkenalkan Diri

Sebelum melakukan layanan konseling kelompok, peserta didik memperkenalkan diri satu persatu kepada peserta didik lainnya, seperti nama,, hoby dan juga cita-cita, guna untuk saling mengenal dan mencairkan suasana sebelum melakukan layanan konseling kelompok, nama-nama peserta didik yang mengikuti layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut: Alwan Fiqih Irawan, Bintang Viandika, Cindy Ramadhani, Dina Tamara, Johan Darmawan Nasya, Liana Ingraini, M. Faris dan Mita Intan Pertiwi.

b. Menjelaskan aturan main dalam layanan konseling kelompok

Setelah memperkenalkan diri masing-masing peserta didik selanjutnya adalah menjelaskan aturan main dalam layanan konseling kelompok seperti, setiap peserta didik harus terbuka kepada satu sama lain, menjelaskan waktu dalam melaksanakan layanan konseling kelompok, peserta didik harus bisa menjaga rahasia jika ada salah satu permasalahan peserta didik yang permasalahannya cukup serius.

c. Menyuruh anggota kelompok mengemukakan persoalan yang saat ini dihadapi

Setelah menjelaskan aturan main dalam layanan konseling kelompok, untuk selanjutnya setiap peserta didik mengemukakan persoalan yang terjadi pada diri peserta didik saat ini.



d. Setelah semua anggota kelompok mengemukakan permasalahannya, maka guru BK bersepakat dengan semua anggota kelompok untuk membahas satu permasalahan yang dianggap paling mendesak untuk dipecahkan

Pada saat anggota kelompok mengemukakan permasalahannya satu persatu, maka dari permasalahan delapan peserta didik sesuai kesepakatan antara guru BK dan peserta didik, maka diambil satu permasalahan yang cukup mendesak atau permasalahan yang cukup serius yang dihadapi salah satu peserta didik, berdasarkan kesepakatan bersama, maka permasalahan yang akan dibahas adalah masalah dari

peserta didik yang bernama, M. Fariz, masalah yang dihadapinya adalah: **Merasa Takut Ketika ditunjuk Guru untuk Mengerjakan Soal didepan Kelas.**

e. Mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk menanggapi persoalan yang ada.

Setelah kesepakatan bersama antara guru BK dan peserta didik untuk membahas satu permasalahan peserta didik yang dianggap paling mendesak dan cukup serius untuk dipecahkan, maka untuk selanjutnya setiap peserta didik dipersilahkan untuk menanggapi permasalahan yang sudah disepakati bersama.

f. Setelah semua peserta didik menanggapi persoalan yang dibahas, guru BK pun menanyakan kepada peserta didik satu persatu untuk kesanggupan melaksanakan kesepakatan bersama

Setelah semua peserta didik menanggapi persoalan yang dibahas, guru BK menanyakan kembali kepada mereka tentang tanggapan yang mereka utarakan satu-persatu didepan peserta didik lainnya, apakah peserta didik sudah paham dan mengerti apa yang mereka utarakan, setelah mereka paham dan mengerti Guru BK menanyakan lagi kepada peserta didik tentang kesanggupan mereka untuk mencoba menerapkan apa yang peserta didik utarakan, peserta didikpun menyanggupinya, peserta didik mau mencoba menerapkannya di sekolah mulai dari hari ini dan seterusnya.

f. Setelah semua teknik-teknik pada layanan konseling kelompok dilakukan dengan sesuai prosedur dan dilakukan dengan baik serta kedinamikaan kelompok sudah terjadi, maka yang terakhir ditutupi dengan do'a

Setelah semua teknik terlaksanakan dengan baik dan tersusun sesuai dengan tahapan-tahapannya, layanan konseling kelompok ditutupi dengan do'a bersama yang di pimpin oleh salah satu peserta didik, supaya apa yang peserta didik lakukan hari ini semuanya berkah dan setelah peserta didik selesai melakukan layanan konseling kelompok peserta didik bisa menerapkan dilingkungan sekolah kini, nanti dan selamanya.

Kesimpulannya adalah teknik layanan konseling kelompok bisa diterapkan di sekolah oleh guru BK SMPN 28 Bandar Lampung, karna teknik-teknik tersebut sudah terbukti dan sudah tidak asing lagi di sekolah terutama tentang Bimbingan dan Konseling Di SMPN 28 Bandar Lampung, dan pada saat dipraktekkan sesuai dengan prosedur-prosedur serta sesuai dengan teknik-teknik yang ada, sudah bisa dikatakan berhasil dan layanan konseling kelompokpun sudah terbukti bisa mengatasi permasalahan peserta didik dalam mengatasi masalah yang peserta didik rasakan dan peserta didik alami, serta bisa meningkatkan percaya diri peserta didik melalui layanan konseling kelompok.

B. Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada guru pembimbing untuk dapat menggunakan layanan konseling kelompok dalam mengatasi masalah peserta didik terutama dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.
2. Kepada peserta didik sebagai individu yang memiliki sikap dan perilaku yang baik hendaknya dapat memanfaatkan layanan konseling kelompok sebagai wadah untuk meningkatkan percaya diri dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga peserta didik yang memiliki percaya diri rendah dapat terus berlatih meningkatkan percaya dirinya mencapai hasil yang maksimal.
3. Kepada Kepala Sekolah agar Sarana dan prasarana ruangan konseling khususnya untuk layanan konseling kelompok lebih nyaman
4. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang lebih sempurna mengenai layanan konseling kelompok dalam membantu meningkatkan percaya diri peserta didik dengan menggunakan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan percaya diri peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Junika Nurihsan, *Strategi Layanan dan Konseling*, PT Refika Aditama, Bandung, 2011.
- Adi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Rajawali Pers, Jakarta, 2011.
- Dapartemen Agama RI, *Al'quran dan terjemahannya*, J-ART, 2014.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Rineka Cipta, Jakarta, 2002, hlm 49
- Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, IRCiSoD, Jigjakarta, 2012.
- Jack Canfield, Mark Victor Hansen dan Les Hewitt, *The Power of Focus*, PT Alex Medi Komputindo, Jakarta, 2016.
- Komalasari Gantina, *Teori dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta, 2014.
- Leni Fitriani, *Merajut Pede (Percaya Diri)*, PT Nusantaralestari Ceriapratama, Jakarta Selatan, 2011.
- Maleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Remaja Rosdakarya, Bandung, 2001
- Maman Rachman, *Strategi dan Langkah-langkah penelitian pendidikan*, IKIP Semarang PRESS, Semarang, 1993
- Masri Singarium dan Sofyan Efendi, *Metode Penelitian Survey*, LP3ES, Jakarta, 1995
- Margono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Pt Rineka, Jakarta, 2015
- Moh. Nazir, *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia, Jakarta, 1999
- Muhammad Farouk & Djalil, *Metodelogi Penelitian Sosial*, Restu Agung, Jakarta, 2003

- Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, Sinar Baru, Bandung, 1989
- Pongky Setiawan, *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*, Parasmu, Yogyakarta, 2014.
- Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Renika Cipta, Jakarta, 2009
- Pratitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Jakarta, Graha Indonesia, 2005, hlm 98
- Sanafiah Fisal, *Penelitian Kualitatif, Dasar-dasar dan Aplikasi*, YA4, Malang, 1990
- Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Alfabeta, Bandung, 2011.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung, 2013.
- Sugiyono, *Statistik untuk Penelitian*, Alfabeta, Bandung, 2011.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian.*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006
- Sumadi Suryabrata, *Metodelogi Penelitian*, Rajawali Perss, Jakarta, 1997
- Tim Wesfix, *Superme Percaya Diri itu Dipraktekin*, PT Gransindo, Jakarta, 2015.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Rjawali Pers, Jakarta, 2013.