

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA
UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS XI SMKN
6 GARUT**

Fitrie megianti¹, Heris Hendriana², Wiwin Yuliani³

¹ fitriemegi@gmail.com, ² Hendriana@stkipsiliwangi.ac.id, ³ wiwin@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

This research is motivated by the fact that there are still students who have low self-confidence in school. The form of efforts made in counseling guidance services to provide students' understanding in increasing self-confidence is through group guidance services. This research was conducted with a qualitative descriptive research approach that combines three ways of collecting data, namely observation, interviews and documentation. The research sample was 7 students of class XI at SMK Negeri 6 Garut. From the research that has been done, it is found that students feel better than the level of self-confidence with group guidance services and psychodrama techniques that researchers do. So it can be concluded that the technique used by the researcher can be one way to increase self-confidence, especially for students at school.

Keywords: *Self-confidence, group guidance services, Psychodrama Techniques, Learners.*

Abstrak

Penelitian yang dilaksanakan di latar belakang dengan masih adanya siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah disekolah. Kegiatan yang dilaksanakan dalam layanan bimbingan konseling yaitu untuk membantu pencegahan masalah dan memberikan pemahaman siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri yaitu dengan adanya layanan bimbingan kelompok di sekolah. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif yang menggabungkan tiga cara pengambilan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Sampel penelitiannya adalah 1 Guru Bimbingan dan Konseling, 1 Guru Mata Pelajaran dan 7 siswa kelas XI di SMK Negeri 6 Garut yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah berinisial AR, BS, FTA, ADN, SF, WD, MSA. siswa kelas XI di SMK Negeri 6 Garut sebanyak 7 orang. Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa siswa merasa lebih baik dari tingkat kepercayaan diri dengan layanan bimbingan kelompok dan teknik psikodrama yang peneliti lakukan.

Kata Kunci: Kepercayaan diri, Layanan bimbingan kelompok, Teknik Psikodrama, Siswa.

PENDAHULUAN

Setiap individu mempunyai kelebihan dan kekurangan yang dimiliki pada dirinya, ada beberapa aspek yang mempengaruhi keberhasilan pada diri individu itu sendiri salah satunya yaitu kepercayaan diri. Kepercayaan diri termasuk salah satu aspek penting dalam diri seseorang, karena kepercayaan diri suatu tindakan dalam melakukan suatu perbuatan untuk menunjukkan potensi yang dimilikinya.

Keberhasilan akademik merupakan harapan dari siswa, dan faktor yang mempengaruhi keberhasilan tersebut adalah kepercayaan diri. Karena dengan meningkatkan kepercayaan diri, siswa bisa mencapai keberhasilan akademik dengan baik. Oleh karena itu tingkat kepercayaan diri seseorang memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi akademik.

Apabila kepercayaan diri pada siswa rendah, khususnya siswa kelas XI di SMK Negeri 6 Garut. Akan menyebabkan proses belajar dan perkembangan siswa tidak akan maksimal. Karena akibat dari kepercayaan diri yang rendah akan muncul perasaan putus asa, merasa dirinya gagal, mengeluh, dan tidak bersemangat dalam belajar. Oleh karena itu, sekolah harus memberikan penanganan pada siswa, supaya hal tersebut tidak berkelanjutan. Karena harapannya siswa menjadi generasi muda yang memiliki rencana karir yang baik dan tidak terbelakang.

Remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku seperti, tidak bisa maksimal dalam berkreatifitas, selalu ragu dalam menjalankan tugas, tidak berani berbicara jika tidak mendapatkan dukungan, menutup diri, menghindari komunikasi, menarik diri dari lingkungan, sedikit melibatkan diri dalam kegiatan atau kelompok, menjadi agresif, bersikap bertahan dan membalas dendam perlakuan yang dianggap tidak adil (Hurlock, 1991).

Berdasarkan uraian tersebut, perlu adanya upaya dalam penanganan dan kegiatan layanan untuk mencegah rendahnya rasa percaya diri pada siswa. Dalam tugas perkembangan siswa di sekolah guru BK sangat berperan dalam proses layanan dan penanganan siswa dalam menghadapi hambatan-hambatannya. Layanan bimbingan klasikal mengenai dampak kepercayaan diri rendah sudah disampaikan dalam kegiatan layanan bimbingan konseling di sekolah, akan tetapi siswa belum banyak memberikan perubahan signifikan dalam kepercayaan dirinya, melihat hal itu guru BK harus memberikan satu layanan intensif dan berkesinambungan dengan melaksanakan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan fakta-fakta yang ada maka layanan bimbingan kelompok sangat penting dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Bimbingan kelompok diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dalam hal ini peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.

Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama adalah teknik yang dilakukan konselor dalam membantu siswa memecahkan masalah masalah yang dihadapi atau mengembangkan potensi siswa dalam suasana yang menyenangkan melalui kegiatan kelompok sehingga timbul rasa nyaman dan terbuka. Dengan menggunakan teknik psikodrama siswa diharapkan akan lebih membuka diri dalam bimbingan kelompok terutama ketika melakukan situasi dramatis dalam bermain peran.

Berdasarkan uraian di atas, maka sudah seharusnya guru Bimbingan dan Konseling membantu hambatan-hambatan perkembangan pada siswa terutama mengenai kepercayaan diri, oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti terkait implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas XI di SMKN 6 Garut.

METODE

Penelitian dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif. Pendekatan kualitatif digunakan untuk mendeskripsikan secara mendalam subjek yang diteliti. Peneliti menggunakan metode wawancara dan observasi karena peneliti ingin mengetahui implementasi layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama, respon siswa dan guru BK serta hambatan yang dialami dalam implementasi layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama di SMK Negeri 6 Garut.

Subjek dalam penelitian ini yaitu 1 Guru BK, 1 Guru Mata Pelajaran dan 7 orang siswa kelas XI di SMK Negeri 6 Garut yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah berinisial AR, BS, FTA, ADN, SF, WD, MSA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil observasi pertama tentang tempat pelaksanaan layanan BK, ditemukan juga fakta bahwa layanan bimbingan kelompok telah terlaksana di SMK Negeri 6 Garut, tetapi belum terfokus pada proses peningkatan kepercayaan diri saja, masih dengan kegiatan bimbingan dan konseling secara umum pada program BK yang pelaksanaannya sesuai jadwal yang diberikan dalam kurikulum sekolah.

Kemudian kedua, untuk hasil observasi pada perilaku siswa masalah kepercayaan diri, siswa kelas XI terlihat kurangnya partisipasi siswa dalam pembelajaran di kelas. Hal ini dibuktikan dengan adanya siswa yang masih sulit untuk membaca dengan suara

nyaring di depan kelas maupun di tempat duduk. Terdapat siswa masih membaca dengan kepala menunduk dan volume suara yang kurang bisa didengar oleh teman sekelasnya. Ketika guru memberikan pertanyaan, siswa menjawab sesuai giliran yang telah ditentukan guru, karena apabila pertanyaan ditawarkan ke kelas tidak ada siswa yang berani untuk menjawab. Siswa juga kurang berani untuk memberikan pendapat di kelas maupun dalam kegiatan kelompok. Disinilah pentingnya peran guru pembimbing atau guru BK untuk melakukan upaya pembinaan khususnya dalam meningkatkan kepercayaan diri kepada siswa.

Terakhir, hasil obeservasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan menunjukkan bahwa teknik psikodrama yang diberikan oleh guru BK kepada siswa yang mengalami masalah kepercayaan diri. Pada penelitian ini layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama pada siswa kelas XI, yang ditunjukkan dengan keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Siswa yang dimaksud yaitu siswa kelas XI yang telah diwawancara oleh peneliti.

Kegiatan layanan bimbingan dilaksanakan di Ruang BK, untuk tahap awal layanan bimbingan dilakukan di Ruang tamu. Kemudian, panggung psikodrama disediakan di Ruang Konseling Individu/Kelompok yang berada di sisi kiri ruangan dibalik lemari penyimpanan data siswa dan buku sumber. Setelah selesai psikodrama, maka Guru BK dan anggota kelompok kembali ke sofa dan membahas adegan peran yang telah dilakukan.

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dengan siswa yang telah mengikuti wawancara. Layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan diskusi. Layanan dilakukan selama 2x45 menit, pada jam dan hari yang telah disepakati antara pemberi layanan dan siswa, sehingga tidak mengganggu aktivitas siswa dalam belajar.

Hasil wawancara kepercayaan diri siswa diuraikan pada setiap indikator dari kepercayaan diri, sehingga terlihat indikator mana saja yang sudah ada pada siswa. Wawancara ini dilakukan di ruang BK dan Kelas XI yang di seting agar lebih nyaman dan rahasia.

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bagaimana kepercayaan diri pada siswa, mulai dari indikator pertama sampai terakhir. Untuk pertanyaan kesatu, indikator

kenyakinan akan kemampuan diri, dari dua kelompok terdiri dari siswa pernah tampil di depan kelas, walaupun dengan perasaan gugup, takut salah, malu, canggung, dan deg-degan, siswa telah menunjukkan adanya kepercayaan diri untuk indikator ini. Namun masih ada satu siswa yang belum pernah tampil ke depan sama sekali. Untuk pertanyaan kedua, indikator kenyakinan akan kemampuan diri, dari tujuh siswa tersebut semuanya pernah mencontek saat mengerjakan tugas dengan berbagai alasan mulai dari sakit, rumus yang sulit, tidak mengerti materi, dan waktu yang kepepet karena tugas harus dikumpulkan. Untuk pertanyaan ketiga, indikator kenyakinan akan kemampuan diri, dari satu kelompok siswa tersebut empat siswa pernah mencontek saat ulangan dengan alasan tidak mengerti maksud soal ulangan, ulangan dadakan, dan tidak percaya dengan jawaban yang telah diisikan dalam lembar jawaban. Untuk pertanyaan keempat, indikator kenyakinan akan kemampuan diri, dari siswa ada dua orang siswa yang tidak mengikuti ekskul tanpa alasan, dan lima siswa telah mengikuti ekskul bahkan dari kelas X sampai dengan sekarang. Hal ini telah menunjukkan lima siswa telah memiliki kepercayaan akan kemampuan diri sendiri dan mengembangkannya. Untuk pertanyaan kelima, indikator kenyakinan akan kemampuan diri, dari tujuh siswa, enam siswa sudah mendapatkan hasil sesuai harapan yang dimiliki, namun ada satu siswa yang harapannya belum tercapai untuk hasil ulangannya.

Untuk pertanyaan keenam, indikator optimis, dari tujuh siswa menyatakan merasa sedih dan kecewa karena nilai tidak sesuai harapan, yang kadang menjadi malu pada diri sendiri. Namun juga siswa telah membuat rasa sedih menjadi semangat untuk belajar lebih giat dan sungguh-sungguh. Pertanyaan ketujuh, indikator optimis dari tujuh siswa, ketujuhnya sepakat bahwa ulangan memberi semangat belajar karena bisa mengetahui hasil pembelajaran selama ini.

Pertanyaan kedelapan, indikator objektif dari tujuh siswa, ketujuhnya sepakat bahwa tidak memandang dia kaya atau miskin. Hal ini menunjukkan siswa tidak memandang seorang teman dari kekayaannya, dan siswa tidak memilih-milih teman, sehingga mampu berteman dengan siapa saja. Pertanyaan kesembilan, indikator objektif dari tujuh siswa tidak menyukai untuk mengikuti gaya orang lain, karena takut jadi salah, menerima diri apa adanya, tapi juga tidak percaya diri untuk mengikuti gaya orang lain.

Untuk pertanyaan kesepuluh, indikator bertanggung jawab, rasional dan realistis, dari tujuh siswa, empat siswa masih meminta bantuan orang lain dalam mengerjakan

tugas, dengan alasan terlalu sulit tugasnya dan menjadi mudah jika dikerjakan bersama. Untuk pertanyaan kesebelas, indikator bertanggung jawab, rasional dan realistis dari tujuh siswa, dua siswa belum mampu menolak ajakan teman padahal sedang ada tugas yang harus dikerjakan. Hal ini menunjukkan tanggung jawab siswa perlu ditingkatkan, sehingga memiliki kepercayaan diri pada setiap indikatornya.

Hasil wawancara terhadap siswa ini, menunjukkan kepercayaan diri pada siswa masih kurang karena belum memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri dengan adanya sikap masih takut untuk tampil ke depan kelas, mencontek saat ujian, tidak mengikuti ekstrakurikuler, meminta bantuan dalam mengerjakan tugas, dan belum mampu menolak ajakan teman untuk bermain padahal harus belajar.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap siswa, guru mata pelajaran dan guru BK tersebut, dapat disimpulkan bahwa siswa Kelas XI tersebut sudah memiliki kepercayaan diri, namun belum semua indikator kepercayaan diri sudah dimiliki siswa. Terutama kepercayaan akan kemampuan diri sendiri, karena semua siswa yang menjadi subjek penelitian masih malu untuk tampil di depan banyak orang dan suka mencontek, sebanyak 3 orang siswa. Serta untuk indikator bertanggung jawab, rasional, dan realistis, siswa masih tergoda untuk meninggalakn tugas sekolah, telambat mengumpulkan tugas, dan belum optimal dalam berkonsultasi dengan guru mata pelajaran atau Guru BK.

Pembahasan

Hal ini sesuai dengan pendapat Yusuf dan Nurihsan (2009 hlm. 11) merumuskan bimbingan kelompok sebagai suatu upaya membantu individu dalam memecahkan masalah yang berhubungan dengan keadaan psikologis dan sosial klien, sehingga individu memantapkan kekelompokan dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Salah satu masalah yang dimaksud adalah menurunnya kepercayaan diri siswa. Sehingga perlu diberikan bantuan layanan bimbingan yang intensif dan berkesinambungan.

Berdasarkan hasil wawancara setelah pelaksanaan layanan bimbingan pada 7 siswa yang telah diwawancara oleh peneliti, diperoleh bahwa dengan adanya layanan bimbingan kelompok dapat memberikan pemahaman dan perasaan positif pada siswa dalam peningkatan kepercayaan dirinya. Kepercayaan diri bukan hanya percaya terhadap kemampuan diri sendiri, tetapi juga harus ada sikap optimis, objektif, serta tanggung

jawab, rasional, dan realistis. Kemudian siswa mampu mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan baik, dan mampu mengungkapkan kesan yang positif.

Kemudian hasil wawancara dengan Guru BK, dan Guru mata pelajaran XI SMK Negeri 6 Garut menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan telah sesuai prosedur dan sudah terlihat adanya peningkatan kepercayaan diri pada siswa.

Hasil dari penelitian sudah terlihat adanya perubahan pemahaman pada indikator-indikator kepercayaan diri pada siswa setelah diberikan pendekatan pada kegiatan layanan. Dengan bimbingan kelompok menggunakan teknik psikodrama, ternyata adanya peningkatan kepercayaan diri yang signifikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Amalia, 2017) mengenai metode psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Dengan adanya kegiatan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama di kelas XI SMK Negeri 6 Garut, pencapaian yang di harapkan supaya siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam mengikuti proses pembelajaran. Dalam pelaksanaan penelitian ini, siswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan layanan. Hal ini dapat dilihat dari antusias siswa saat bermain peran yang berdasarkan pengalaman-pengalaman mereka sendiri.

Selama peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama, ada beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Salah satunya peneliti hanya melakukan dua kali dalam memberikan layanan dikarenakan situasi pandemi sehingga adanya keterbatasan waktu dan tempat. Dengan demikian hasil menunjukkan hal yang baik dan positif, walaupun masih terdapat siswa yang belum mencapai rasa kepercayaan diri tinggi. Kemudian keterbatasan lain pada saat penelitian berlangsung yaitu, pelaksanaan kegiatan psikodrama dilakukan yang membutuhkan keaktifan siswa sehingga harus dikondisikan sebagaimana baiknya agar drama berjalan dengan optimal dan siswa mampu memberikan respon sesuai dengan tujuan penelitian.

SIMPULAN

Respon terhadap pelaksanaan layanan bimbingan, menunjukkan respon yang cukup baik, antusias yang positif dari siswa. Dapat terlihat partisipasi siswa secara aktif mengikuti kegiatan wawancara. Siswa lebih memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, optimis, lebih objektif permasalahan atau segala sesuatu yang sesuai dengan keadaan, berani bertanggung jawab atas apa yang sudah menjadi konsekuensinya,

dan pemikiran yang mampu diterima oleh akal sehat. Respon dari Guru BK dan guru mata pelajaran sangat baik, dalam proses observasi, wawancara, dan studi dokumentasi baik sebelum maupun setelah pemberian layanan.

Referensi

- Affiyani Pramono. "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif," 2013. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/2722>.
- Arellano, A., Camara, N., & Tuesta, D. (2014). *The effect of self confidence on financial literacy*. BBVA research
- Amalia, Rizki. (2017). Meningkatkan kepercayaan diri menggunakan bimbingan kelompok teknik psikodrama siswa kelas X TMO C SMKN 2 Salatiga. Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana: Salatiga.
- Hidayah, Zulfajri. (2014). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Therapy. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Lampung. Tersedian online di jurnal.fkip.unila.ac.id > ALIB > article > download.
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Yusuf, Syamsu. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosdakarya

Hafsah nurrobi¹, Heris Hendriana², Tita Rosita³

¹ hafsahnur0111@gmail.com, ² herisen69@gmail.com, ³ titarosita794@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

Self-confidence is a very important capital for a person to have the choice to be aware of themselves. Confidence is one of the side effects of positive self-realization, by having the confidence of students who are ready to cultivate the abilities, interests and possibilities that exist in him so that it can be formed into victory or around it is called achievement.. This research was conducted using a qualitative descriptive approach. The purpose in this study is to explain the implementation of group guidance for learners who have low self-confidence in Ummul Quro Junior High School. The subjects of this study were 6 learners (3 men and 3 women) Class VIII at Ummul Quro Junior High School. The information obtained in this review is information obtained through interviews, observations and documentation. It can be concluded that the number of directions for learners who have low self-confidence is very attractive in managing low self-confidence in school.

Keywords: *Group guidance, self confidence*

Abstrak

Kepercayaan diri adalah modal yang sangat penting bagi seseorang untuk memiliki pilihan untuk menyadari diri mereka sendiri. Keyakinan adalah salah satu efek samping dari realisasi diri yang positif, dengan memiliki kepercayaan diri dari siswa yang siap untuk menumbuhkan kemampuan, minat dan kemungkinan yang ada dalam dirinya sehingga dapat terbentuk menjadi kemenangan atau sekitar itu disebut prestasi. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Adapun Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menjelaskan implementasi bimbingan kelompok untuk peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah di SMP Ummul Quro. Subjek dari penelitian ini yaitu 6 peserta didik (3 laki-laki dan 3 perempuan) Kelas VIII di SMP Ummul Quro. Informasi yang diperoleh dalam ulasan ini adalah informasi yang diperoleh melalui wawancara, observasi serta dokumentasi. Dapat disimpulkan bahwa banyaknya arah bagi peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah sangat menarik dalam mengelola kepercayaan diri yang rendah di sekolah.

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Kepercayaan diri*

PENDAHULUAN

Kemampuan seseorang untuk menemukan aset dan cara untuk mendapatkan kebutuhannya, dan menyelesaikan tugas perkembangannya adalah tanda penting untuk ketepatan pergantian perkembangannya. Menyelidiki dan mengambil adalah perkembangan tak henti-hentinya dari usia anak hingga usia dewasa. Sesuai yang disampaikan Rahmat (2000) Kepercayaan diri didefinisikan sebagai keyakinan pada diri sendiri bahwa setiap individu memiliki dalam keberadaan kehidupannya dan bagaimana perspektif dirinya benar-benar merujuk pada konsep diri (Hendriana. H, 2012).

Menurut Taylor (2013) kepercayaan diri (*selfconfidence*) adalah kepercayaan individu dalam kapasitas untuk menunjukkan praktik tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan demikian, kepastian adalah cara kita merasa tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan mencerminkan tanpa kita sadari. Keberanian bukanlah kemampuan (intrinsik), tetapi kualitas psikologis, menyiratkan bahwa kepastian adalah prestasi yang terjadi karena interaksi pendidikan atau pemberdayaan. Kepercayaan diri dapat dipelajari dan dipersiapkan

Hakim dalam Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016), mengklarifikasi bahwa kepercayaan diri adalah kepercayaan individu terhadap semua yang merupakan bagian dari manfaat yang dimiliki dan keyakinan menyebabkan dia merasa siap untuk mencapai tujuan hidup yang berbeda dan memiliki pilihan untuk menyesuaikan diri dengan keadaannya saat ini. Orang-orang yang berada pada tingkat kepercayaan diri yang tak terbantahkan, siap untuk menerapkan ide positif dalam diri mereka untuk memiliki pilihan untuk menangani setiap kebutuhan hidupnya, termasuk kebutuhan belajarnya.

Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi, benar-benar ingin menangani pembelajaran mereka dengan baik, tanpa bergantung pada orang lain.

Menurut Lindenfield dalam Fiorentika, K., dkk (2016), Percaya diri merupakan orang yang merasa puas dengan dirinya. Orang yang memiliki percaya diri yang tinggi akan selalu bersyukur karena merasa puas dengan apa yang ada pada dirinya. Orang yang tidak percaya diri timbul konsep diri yang negatif dan kurang percaya pada kemampuannya, yang sering menutup diri. Akibatnya, kepercayaan diri pada individu telah menjadi prioritas yang harus ditangani untuk mencapai tingkat maksimal. Untuk meningkatkan kepercayaan, berbagai layanan dapat digunakan untuk peserta didik. Salah satunya adalah bimbingan kelompok. Berdasarkan pemaparan Prayitno dalam Dewi, N. Y., dkk (2012), Bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan menggunakan kelompok dinamika. Artinya, dalam kegiatan kelompok, semua peserta saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lainnya, apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk peserta didik yang bersangkutan dan untuk peserta didik lainnya.

Bimbingan kelompok dapat sebagai alat penyampaian informasi maupun latihan kelompok membicarakan permasalahan pendidikan, karier, pribadi dan sosial. Bimbingan kelompok dilakukan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (13-20 orang), dan kelompok kelas (20-40 orang). Juntika Nurhisn dalam Suhardita, K. (2011), tahapan dalam bimbingan kelompok ditentukan oleh orientasi teoritis yang menjadi dasar penerapan model. Untuk situasi ini yang menjadi dasar penerapan bimbingan kelompok yaitu model konseling kelompok yang dikemukakan oleh Gladding dalam Suhardita, K. (2011), ada empat langkah utama yang harus dicapai dalam melakukan konseling kelompok, yakni, pertama langkah awal (Beginning a Group); kedua, langkah Transisi (The Transition Stage in a Group); ketiga langkah kerja (The working Stage in a Group); dan keempat langkah terminasi (Termination of a Group).

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif dimaksudkan untuk menggambarkan penerapan guru BK dalam pemberian kegiatan bimbingan kelompok untuk peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah di SMP Ummul Quro. Data yang diperoleh dari hasil penelitian ini merupakan penjelasan mengenai situasi yang

terjadi. Dalam penelitian ini menggunakan beberapa subjek antara lain kelas VIII sebanyak 6 orang peserta didik (3 laki-laki dan 3 perempuan) . Penelitian ini dilaksanakan di SMP Ummul Quro Cihampelas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini diperoleh informasi mengenai data pertama apa perbedaan gambaran umum peserta didik yang dianalisis memiliki kepercayaan diri rendah serta gambaran umum pelaksanaan bimbingan kelompok untuk peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah di SMP Ummul Quro.

Adapun hasil dari wawancara dengan guru BK di SMP ummul terkait layanan bimbingan kelompok di SMP Ummul Quro dilaksanakan berdasarkan program yang disusun pada program tahunan, adapun hasil identifikasi masalah kepada peserta didik dengan menggunakan instrumen AKPD. Layanan bimbingan kelompok untuk peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah sangat penting dilakukan karena kepercayaan diri merupakan hal yang berperan penting dalam percaya dalam kemampuan diri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki konsep diri yang positif, serta berani mengungkapkan pendapat.

Sesuai dengan hasil observasi serta dokumentasi kemudian data dari guru BK ada enam orang peserta didik yaitu SFN, ZDF, ZF, NF, IH, AR dan RM yang teridentifikasi menunjukkan kepercayaan diri positif. Menurut guru BK di SMP Ummul Quro, SFN menunjukkan perilaku jarang mengikuti pembelajaran di *e-learning* dan SFN sering terlambat masuk kelas karena menjaga adiknya serta kurang percaya diri saat mengumpulkan tugas SFN malu saat disuruh tampil di depan kelas tidak berani menjawab pertanyaan dari guru kadang bertanggung jawab permasalahan menyimpannya serta terkadang malas menggapai cita cita serta ragu dengan hasil belajar yang ia usahakan dan terkadang sulit dalam mengembangkan kelebihan yang ia miliki. Sedangkan ZDF kurang mampu beradaptasi dengan teman dikelas, tidak mudah bergaul, dirinya jarang mengerjakan tugas karena terkendala jaringan sehingga mempengaruhi minat belajar, tidak berani mengerjakan soal didepan kelas, malas menggapai cita-cita, tidak bertanggung jawab apabila melakukan kesalahan dengan alasan takut, cukup optimis

dalam mengerjakan tugas. NF pada saat pembelajaran *e-learning* dia jarang memperhatikan guru saat menerangkan pelajaran, sehingga malu jika ingin bertanya tentang pelajaran yang disampaikan guru, NF cukup akrab dengan teman dikelas namun dia tidak yakin apabila belajar dengan giat dia akan mendapatkan nilai yang baik, NF pernah berbohong kepada guru saat akan melakukan kegiatan bimbingan di sekolah, NF takut untuk mengambil tanggung jawab. Sedangkan IH merasa gagal untuk mengenali potensi yang dimilikinya, namun sering membuat gaduh dikelas sehingga mengganggu guru dan teman-teman, IH tidak yakin dengan kemampuan yang IH miliki, terbukti saat ujian IH melihat hasil orang lain, sehingga saat Guru menyuruh IH untuk menjawab soal di depan kelas IH merasa kesulitan, IH pernah menyampaikan bahwa jika dia itu malas untuk belajar, pada saat pembelajaran daring melalui *e-learning* IH terkendala jaringan, malu bertanya kepada teman dan kurang optimis saat mengirimkan tugas kepada guru. Sementara, AR menunjukkan sikap acuh saat pembelajaran berlangsung, AR selalu mengerjakan tugas dengan bantuan orang tuanya sehingga saat ulangan dia kesulitan mengerjakannya serta AR takut dikritik dan merepon pujian dengan negatif. Terakhir RM menunjukkan sikap sulit untuk dinasehati namun RM sering dibully karena keadaan fisiknya, RM sering berbuat salah namun tidak pernah mengakui kesalahannya, sehingga RM kurang beradaptasi dengan teman dikelas, RM sering merasa tidak mampu menyelesaikan tugas-tugas yang guru berikan kepadanya, RM sering bermain game online sehingga kesulitan memahami pelajaran yang disampaikan guru.

Adapun implementasi yang diberikan oleh peneliti dalam memahami permasalahan yang dihadapi peserta didik tersebut adalah dengan melaksanakan bimbingan kelompok, yaitu kegiatan kelompok yang dilakukan dengan beberapa peserta didik yang memiliki permasalahan yang sama, peneliti memberikan sedikit gambaran tentang bimbingan kelompok, kemudian menyuruh peserta didik untuk menulis kelebihan dan kekurangan peserta didik, kemudian curah pendapat tentang kepercayaan diri, tanya jawab tentang kepercayaan diri sehingga peneliti dapat mengetahui lebih spesifik perihal permasalahan yang dimiliki peserta didik tersebut.

Pembahasan

Hasil penelitian secara umum memperlihatkan, pertama implementasi layanan bimbingan kelompok untuk peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah meliputi pelaksanaan dan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Kedua, respon peserta didik

setelah melaksanakan bimbingan kelompok, dan Ketiga kendala peserta didik dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Implementasi Bimbingan Kelompok untuk Peserta Didik yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah di SMP Ummul Quro

Implentasi yang dilakukan dalam kegiatan bimbingan kelompok untuk kepercayaan diri peserta didik SFN, ZDF, NF, IH, AR dan RM dengan melakukan beberapa cara yang dilakukan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok di SMP Ummul Quro, yakni : (1) guru memberikan bimbingan dengan cara klasikal kepada peserta didik yaitu memberikan informasi-informasi dengan menggunakan kontak langsung dengan para peserta didik secara terjadwal, berupa kegiatan tanya jawab, diskusi dan praktik langsung sehingga peserta didik aktif ikut serta dalam kegiatan yang diberikan. (2) bimbingan kelompok, yakni bimbingan yang diberikan secara kelompok atas dasar permasalahan yang sama. (3) berkerjasama dengan wali kelas, dalam hal ini bertujuan agar walikelas ikut serta dalam memberikan bimbingan kepada peserta didik. (4) kerja sama dengan orang tua peserta didik, dengan maksud bukan hanya guru memberi bimbingan kepada peserta didik, akan tetapi orang tua yang berperan aktif dalam memberikan bantuan berupa bimbingan kepada anaknya.

Respon Peserta Didik yang Memiliki Kepercayaan diri Rendah Setelah melaksanakan Bimbingan Kelompok di SMP Ummul Quro

Adapun hasil wawancara, observasi serta dokumentasi diketahui bahwa enam subjek yakni peserta didik SFN, ZDF, NF, IH, AR dan RM yang memiliki kepercayaan diri rendah dengan menggunakan 5 aspek diatas. Dari aspek keyakinan kemampuan diri peserta didik SFN bahwa saat mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dia kurang mampu mengerjakannya karena kurang fokus saat belajar dan terlambat dalam memahami setiap pelajaran, sedangkan ZDF merasa kesulitan yang dihadapinya karena kurangnya minat untuk belajar online di kelas *e-learning* ZDF sehingga keyakinan untuk mengerjakan tugas pun sangat minim. jarang memperhatikan pembelajaran yang diberikan oleh guru, tidak berani bertanya kepada guru. Kemudian NF cukup mudah dalam mengembangkan kemampuan yang NF miliki. Selanjutnya IH menyadari kemampuan yang ada dalam dirinya mampu memudahkan IH untuk menggapai cita-citanya. Serta AR ragu dalam kemampuan dirinya untuk mengerjakan tugas sendiri tanpa

bantuan orang tua, AR tidak yakin dengan hasil yang akan AR terima saat pembagian raport. Dan terakhir RM merasa dirinya kesulitan untuk mengerjakan apapun, RM tidak percaya diri dengan keadannya yang membuatnya tidak memiliki banyak teman karena cacat yang ada pada tangannya dan suka dipanggil kura-kura.

Dari aspek optimis SFN memiliki rasa optimis ketika mengerjakan tugas, tetapi dengan banyaknya tugas yang diberikan guru SFN terbetis rasa malas muncul pada dirinya. Sedangkan ZDF kurang bisa bersosialisasi dan tidak yakin pada diri sendiri. Kemudian NF merasa dirinya tidak memiliki keyakinan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan secara optimal, NF malu apabila disuruh guru untuk mengerjakan soal di depan kelas. Selanjutnya IH memiliki keyakinan untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dengan optimal menurut IH tetapi karena tugas yang setiap hari selalu ada membuatnya merasa malas, Jadi IH lebih memilih main game. Serta AR yakin jika dia belajar dengan giat dia bisa mengerjakan tugas dengan tuntas, AR merasa jika dia menjawab pertanyaan di kelas AR akan menjadi orang yang memiliki citra diri yang baik. Dan terakhir RM tidak mampu menyelesaikan tugas secara optimal dan tidak mampu mengerjakannya secara mandiri sehingga memilih untuk melihat hasil pekerjaan temannya.

Dari aspek objektif SFN merasa dirinya mampu menerima setiap nilai yang diberikan guru sesuai dengan penilaian guru. Sedangkan ZDF merasa malas belajar namun dia harus menyadari bahwa hal itu harus dia taklukan agar mendapatkan nilai yang baik di sekolah. Kemudian NF belum memahami setiap mata pelajaran yang guru sampaikan, namun NF pun enggan bertanya kepada guru, NF tidak yakin apabila belajar dengan giat NF akan mendapatkan nilai yang bagus. Selanjutnya IH merasa dirinya lebih mementingkan perasaan pribadi, IH merasa jika IH diatur oleh orang lain IH akan menjadi pribadi yang buruk. Serta AR takut dikritik dan merepon pujian dengan negatif. Dan terakhir RM mulai sedikit berani mengerjakan tugas yang diberikan guru, RM merasa ragu apabila mengerjakan tugas.

Dari aspek bertanggungjawab SFN siap menerima konsekuensi setiap perilaku yang SFN perbuat. Sedangkan ZDF mengakui jika dirinya kurang bertanggung jawab dalam setiap tindakan namun kini dia telah berfikir bahwa orang yang bertanggung jawab adalah ciri-ciri orang yang sukses. Kemudian NF takut untuk mengambil tanggung jawab, NF sering berbohong sehingga sulit untuk dipercayai oleh orang lain. Sedangkan sesuatu yang IH lakukan pasti ada konsekuensinya dan itu harus dipertanggungjawabkan

dalam setiap permasalahannya. Serta AR terkadang membantu ibu menjaga adik apabila ibu sedang sibuk dengan pekerjaan rumah, Harga diri AR buruk apabila AR melakukan kesalahan. Dan terakhir RM mulai mengetahui bahwa sikap bertanggung jawab itu mudah baginya, RM merasa jika ia melakukan kesalahan pasti selalu di bentak.

Dari aspek rasional dan realistsitis SFN mampu menganalisis setiap masalah dengan berfikir sesuai dengan akal nya. Sedangkan ZDF memahami setiap kekurangan yang ZDF miliki, namun tidak menghapus harapan dia dalam mencapai cita-cita. Kemudian NF memandang suatu masalah harus diselesaikan dengan akal sehat seperti memisahkan temannya yang sedang bertengkar, serta berusaha untuk tidak berbohong. memahami keadaan keluarganya dirumah. Selanjutnya IH dapat menjadi semangat baru untuk menjadi pribadi yang baik di sekolah. Serta AR berfikir bahwa mengerjakan tugas sekolah itu adalah hal yang penting. AR merasa kesulitan dalam menggapai cita-cita. Dan terakhir RM berfikir jika kekurangan yang ia miliki tidak menutup kemungkinan untuk ia berani tampil di depan kelas.

Kelima aspek diatas yaitu aspek keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif keenam subjek tersebut yaitu SFN, ZDF, NF, IH, AR dan RM memiliki kepercayaan diri rendah, kemudia aspek bertanggung jawab serta rasional dan realistis keenam objek tersebut cukup baik dan ada yang masih rendah. Maka dari itu perlu adanya tindak lanjut yang dilaksanakan oleh Guru Bimbingan dan konseling terkait bantuan kepada peserta didik dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Kendala-kendala yang di alami Peserta didik yang Memiliki Kepercayaan diri Rendah dalam Pelaksanaan Bimbingan kelompok di SMP Ummul Quro

Sesuai yang disampaikan Hakim (2002: 121) menyatakan bahwa ada faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan pada individu, khususnya pertama, lingkungan keluarga, lingkungan saat ini mempengaruhi pengaturan yang mendasari keberanian pada individu. Percaya diri adalah keyakinan yang ditunjukkan dalam perilaku rutin terhadap semua bagian dari manfaat yang ada dalam dirinya. Kedua Sekolah dapat dianggap sebagai lingkungan kedua bagi peserta didik, di mana sekolah adalah iklim yang paling instrumental bagi siswa setelah lingkungan keluarga di rumah setelah iklim keluarga di rumah. Sekolah akan membuat peserta didik siap untuk mengkomunikasikan kepastian mereka sendiri kepada teman yang berbeda. Ketiga Pendidikan informal, aturan utama

untuk menjadi seseorang dengan tingkat kepastian yang signifikan adalah memiliki serangkaian keterampilan khusus yang menguntungkan diri sendiri dan orang lain. Jika seseorang menikmati manfaat yang membuat orang lain merenungkannya.

Hasil penelitian diperoleh kendala yang dialami oleh peserta didik di SMP Ummul Quro dalam mengembangkan kepercayaan diri rendah adalah faktor dalam diri peserta didik itulah kemampuan yang belum dicapai oleh orang-orang dalam mencapai sesuatu yang dapat mereka lakukan, jadi ketika pelaksanaan bimbingan kelompok tidak yakin tentang mengungkapkan pemikiran. Terlebih lagi, faktor luar adalah respon pengakuan dari teman-teman di kelas, sama seperti dalam kondisi keluarga yang mencoba mengabaikan kondisi peserta didik.

SIMPULAN

Implementasi Bimbingan Kelompok dalam menangani Peserta Didik yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah di SMP Ummul Quro, dengan melakukan beberapa cara yang dilakukan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok di SMP Ummul Quro, yakni guru memberikan bimbingan dengan cara klasikal kepada peserta didik yaitu memberikan informasi-informasi dengan menggunakan kontak langsung dengan para peserta didik secara terjadwal, berupa kegiatan tanya jawab, diskusi dan praktik langsung sehingga peserta didik aktif ikut serta dalam kegiatan yang diberikan.

Respon peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah setelah melaksanakan Bimbingan Kelompok di SMP Ummul Quro, keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif keenam subjek tersebut yaitu SFN, ZDF, NF, IH, AR dan RM memiliki kepercayaan diri rendah, kemudian aspek bertanggung jawab serta rasional dan realistis keenam objek tersebut cukup baik dan ada yang masih rendah. Maka dari itu perlu adanya tindak lanjut yang dilaksanakan oleh Guru Bimbingan dan konseling terkait bantuan kepada peserta didik dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Kendala-Kendala yang dialami peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah di SMP Ummul Quro yaitu faktor dalam diri peserta didik itulah kemampuan yang belum dicapai oleh orang-orang dalam mencapai sesuatu yang dapat mereka lakukan, jadi ketika pelaksanaan bimbingan kelompok tidak yakin tentang mengungkapkan pemikiran. Terlebih lagi, faktor luar adalah respon pengakuan dari teman-teman di kelas, sama seperti dalam kondisi keluarga yang mencoba mengabaikan kondisi peserta didik.

REFERENSI

- Dewi, N. Y., Supriyo, S., & Saraswati, S. (2012). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 1(2).
- Fiorentika, K., Santoso, D. B., & Simon, I. M. (2016). Keefektifan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 104-111.
- Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan diri dan kemandirian belajar pada siswa SMA negeri "X". *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), 43-49.
- Suhardita, K. (2011). Efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa. *Edisi khusus*, 1, 127-138.