



EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DALAM BERKOMUNIKASI PADA SISWA KELAS VIII SMP DARUSSALAM KALIBARU

Lukman Harun

Universitas Pgrj Argopuro Jember

Abstrak

Penelitian ini merupakan permasalahan ini terjadi pada siswa SMP Darussalam Kalibaru. Berdasarkan laporan yang peneliti peroleh dari Guru BK dan Wali Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru, bahwa guru BK menjelaskan bahwa sebagian siswa merasa gugup, bingung, bingung dan terkadang tidak berani ketika guru meminta siswa untuk tampil di depan kelas, misalnya untuk menjawab pertanyaan guru atau mengemukakan pendapatnya selama pembelajaran berlangsung. Hal ini dikarenakan siswa belum terbiasa berbicara di depan banyak orang di kelas, seperti teman. Karakter guru mata pelajaran juga mempengaruhi keberanian siswa untuk tampil dan tampil di depan kelas. Ketika siswa sudah nyaman dengan gurunya, siswa akan berani untuk tampil di depan teman-temannya, meskipun merasa gugup di depan teman-temannya. Namun, siswa tersebut merasa tidak nyaman ketika guru apalagi di depan kelas menyuruhnya jalan terus, itu sangat sulit. Berdasarkan pembahasan dan analisis data penelitian di MAS Minhajut Thulab, terkait dengan efektifitas layanan konseling kelompok terhadap peningkatan percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar di Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru. Dapat menjawab Kebenaran hipotesis dalam penelitian, Hal ini didasari dari hasil temuan dilapangan sebagai berikut. Pertama, dilihat dari hasil *pre-test* dalam pengukuran tingkat percaya diri siswa sebelum diberikan *treatment* atau perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok terdapat 15 siswa yang terindikasi dan terbukti atas kurangnya rasa percaya diri pada diri siswa tersebut. Nilai rata rata perolehan nilai pretest sangat kurang dan rendah dengan hanya memperoleh nilai 31,55. Kemudian, dilihat dari tingkat percaya diri siswa sesudah diberikan layanan konseling kelompok. 15 siswa yang memiliki tingkat percaya diri Rendah dapat meningkat pada tingkat Tinggi sesudah diberikan layanan konseling kelompok. hal ini dibuktikan dengan hasil *pre-test* yang awalnya 31,55 menjadi Tinggi pada posttest dengan skor 60,00. Didalam tabel harga t diketahui bahwa $db = 14$, taraf signifikansi 5% diperlukan harga $t_{tabel} = 2,10$. Harga t_{tabel} tersebut kemudian dibandingkan dengan t_{hitung} . Berdasarkan perhitungan menunjukkan $7,76 > 2,10$ yang memiliki arti bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$. Hal ini mengandung arti bahwa ada efektifitas pengaruh yang terjadi akibat suatu perlakuan khusus yang dimana pada penelitian ini dengan menggunakan suatu treatment layanan konseling kelompok guna meningkatkan sikap percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar di Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru pada taraf signifikansi 0,05 atau dengan kata lain pada tingkat kepercayaan 95% dapat dinyatakan bahwa keterkaitan perlakuan tersebut benar adanya.

Kata Kunci : Konseling kelompok, kepercayaan diri, Anak SMP

Pendahuluan

Percaya diri adalah salah satu ciri kepribadian yang paling penting selama masa remaja. Seorang remaja yang percaya diri tahu bagaimana menghargai dirinya sendiri dan kemampuan untuk menjalani hidup, seorang remaja tahu bagaimana mempertimbangkan berbagai pilihan dan membuat keputusan sendiri. (Yendi, dkk, 2013). Remaja yang percaya diri dapat melakukan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tingkat perkembangan mereka, atau setidaknya memiliki kemampuan untuk mempelajari cara melakukan tugas tersebut.

Waktu remaja merupakan waktu dimana seorang individu beranjak dari waktu anak-anak menuju dewasa (Pertiwi, 2016). Waktu remaja dikenal sebagai tahap perkembangan yaitu peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa awal yang dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berakhir sekitar usia 18-22 tahun, suatu peralihan yang mengalami banyak perubahan, baik fisik maupun mental. , sosial, pola pikir dan perilaku yang mengarah pada kebingungan yang lebih besar. Perubahan yang terjadi pada gilirannya menyebabkan perubahan drastis pada perilaku generasi muda terkait dengan tantangan yang mereka hadapi (Dharma, 2020). Sesuai dengan perubahan masa remaja, mereka juga menghadapi tugas perkembangan yang berbeda dengan masa kanak-kanak (Suhardhita, & Aman, 2020).

Sebagaimana di ketahui pada setiap proses perkembangan termasuk remaja, individu mempunyai tanggungan perkembangan yang harus dicapai. Tugas tersebut antara lain fungsi belajar dan penyesuaian diri dengan baik dalam lingkungan. Apabila remaja berhasil melewati suatu tanggungan perkembangan dalam dirinya maka akan mendapat kepuasan, dan kebahagiaan tersendiri (Hortensi, 2020). Namun apabila remaja tidak mampu menyelesaikan tanggungan perkembangan dengan maksimal, maka mereka akan menghadapi beberapa permasalahan seperti penyalahgunaan narkoba, kasus bullying, tawuran, yang di akibatkan oleh kurangnya kepercayaan diri dan rasa tidak aman tentang kemampuan seseorang. Begitu pula dengan

permasalahan anak muda pada lingkungan pendidikan sekolah tidak luput dari perhatian banyak pihak. Berdasarkan hasil observasi lapangan, banyak permasalahan yang berkaitan dengan kepercayaan diri remaja, antara lain: (1) kurang bisa bersosialisasi, (2) malu untuk menyampaikan pendapat, (3) sulit maju dan berbicara kedepan kelas, (4) ragu-ragu untuk berkata iya atau tidak, (5) dan suka menyendiri (Karpika,2020).

Permasalahan ini pun terjadi pada siswa SMP Darussalam Kalibaru. Berdasarkan laporan yang peneliti peroleh dari Guru BK dan Wali Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru , bahwa guru BK menjelaskan bahwa sebagian siswa merasa gugup, bingung, bingung dan terkadang tidak berani ketika guru meminta siswa untuk tampil di depan kelas, misalnya untuk menjawab pertanyaan guru atau mengemukakan pendapatnya selama pembelajaran berlangsung. Hal ini dikarenakan siswa belum terbiasa berbicara di depan banyak orang di kelas, seperti teman. Karakter guru mata pelajaran juga mempengaruhi keberanian siswa untuk tampil dan tampil di depan kelas. Ketika siswa sudah nyaman dengan gurunya, siswa akan berani untuk tampil di depan teman-temannya, meskipun merasa gugup di depan teman-temannya. Namun, siswa tersebut merasa tidak nyaman ketika guru apalagi di depan kelas menyuruhnya jalan terus, itu sangat sulit.

Selain itu, pernyataan ini didukung oleh Wali Kelas Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru untuk melengkapi informasi yang diberikan oleh guru BK. Dari wawancara tersebut terlihat bahwa ada beberapa siswa dengan kepercayaan diri yang rendah di Kelas VIII. Hal ini terlihat pada pembelajaran, diskusi kelompok dan partisipasi siswa dalam kegiatan organisasi sekolah. Selama proses pembelajaran, seringkali siswa merasa malu, gugup, bahkan bingung, bahkan kurang terampil ketika menjawab pertanyaan guru atau disuruh maju ke depan kelas. Kemudian siswa masih sering malu untuk mengungkapkan pendapatnya di depan temannya dalam diskusi kelompok, dan siswa sangat sedikit terlibat dalam organisasi sekolah. Sayang sekali jika mereka tidak mengembangkan rasa percaya diri mereka. Persahabatan siswa Kelas VIII cukup baik. Namun, siswa masih bingung bagaimana cara meningkatkan rasa percaya dirinya, terutama ketika berbicara di depan kelas.

Berdasarkan paparan diatas maka terdapat peserta didik yang mengalami masalah kurangnya percaya diri, dengan demikian maka peneliti mengelompokkan sesuai dengan permasalahan Di antaranya: (1). peserta didik mengalami Kurang bisa bersosialisasi. (2). peserta didik mengalami Merasa malu untuk menyampaikan pendapat. (3). peserta didik merasa kurang percaya diri ketika berbicara didepan kelas. (4). peserta didik mengalami ragu-ragu dalam menjawab pertanyaan.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Metode penelitian merupakan prosedur atau cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu, Menurut Resseffendi (2010:33) mengatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggunakan observasi, wawancara atau angket mengenai keadaan sekarang ini, mengenai subjek yang sedang kita teliti. Melalui angket dan sebagainya kita mengumpulkan data untuk menguji hipotesis atau menjawab suatu pertanyaan. Melalui penelitian deskriptif ini peneliti akan memaparkan yang sebenarnya terjadi mengenai keadaan sekarang ini yang sedang diteliti.

Sugiyono (2017:2) mengatakan bahwa, metode penelitian pada dasarnya merupakan ciri-ciri ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini biasa disebut pendekatan kuantitatif .

Untuk pendekatan penelitian dalam skripsi ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Seperti yang dikemukakan Sugiyono (2017:8) bahwa metode penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk mengaju hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan kuantitatif ini digunakan oleh peneliti untuk mengukur tingkat keberhasilan efektifitas layanan konseling kelompok dalam upaya meningkatkan percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar di Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru .

Untuk mendukung penelitian tersebut, penulis menggunakan metode penelitian dengan penggunaan data-data numerik atau berupa angka-angka yang dapat dicari dengan menggunakan penelitian eksperimen. Penelitian kuasi eksperimen atau dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Sugiyono (2009:72) menjelaskan bahwa penelitian eksperimen melibatkan dua kelompok. Pertama adalah kelompok eksperimen, merupakan kelompok yang dikenai perlakuan menggunakan metode/Layanan Konseling Kelompok. Kelompok yang kedua adalah kelompok control, merupakan kelompok yang menjalankan *pretest-posttest* tanpa adanya *treatment* atau perlakuan.

Sugiyono (2016) Menyatakan bahwa metode eksperimen merupakan suatu metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan. Kondisi dikendalikan agar tidak ada variabel lain (selain variabel treatment) yang mempengaruhi variabel dependen. Desain penelitian ini dilakukan *pre-test-treatment- past test* terhadap kelompok eksperimen serta dilakukan *pre test – past test* tanpa adanya perlakuan/treatment kepada kelompok kontrol sebagai dasar data pembandingan. Kelompok kontrol pada penelitian ini diambil dari sampel siswa Kelas VIII. Sugiyono (2016) Menambahkan bahwa kelompok kontrol harus berbeda lingkup dalam pengambilannya dikarenakan untuk menjaga validitas internal serta validitas eksternal terhadap angket dan kuesioner. Kemudian hasil dari kedua tes tersebut dibandingkan untuk menguji apakah *treatment* menggunakan Layanan Konseling Kelompok dalam upaya meningkatkan percaya diri pada siswa Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru berdampak efektif.

Ilustrasi penggambaran metode kelompok eksperimen adalah sebagai berikut

Gambar.3.1

pretest-posttest control group design

Kelompok	<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
Eksperimen (E)	O ₁	X ₁	O ₂

Kontrol (K)	O ₁	-	O ₂
-------------	----------------	---	----------------

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O₁ : Pre-Test Kelas Eksperimen

X : Mendapat Perlakuan (Layanan Konseling Kelompok)

O₂ : Pos-Test Kelompok Eksperimen

O₁ : Pre-Test Kelas Kontrol

O₂ : Pos-Test Kelompok Kontrol (Suharsimi Arikunto, 2010:125)

Berdasarkan gambar di atas dapat dijelaskan sebagai berikut: dari beberapa kelas setara yang ditetapkan pengelompokan kelas ke dalam 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sebelum penelitian eksperimen ini dilakukan terlebih dahulu diadakan *pre-test*, baik pada kelas eksperimen (perlakuan) maupun kelas kontrol untuk mengetahui prestasi peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Pada kelas eksperimen diterapkan perlakuan dengan menggunakan Layanan Konseling Kelompok. Pada kelompok kontrol ditetapkan tanpa adanya perlakuan dengan teknik apapun. Setelah jangka waktu tertentu diadakan *post-test* untuk mengadakan pengukuran terhadap perolehan hasil dalam meningkatkan percaya diri pada siswa, baik pada kelas kontrol maupun kelas eksperimen.

Metode ini dijelaskan untuk membuktikan bagaimana kinerja layanan konseling kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri pada siswa. Dalam hal ini akan dilakukan tes sebanyak dua kali yakni *pre-test* dan *post-test* kemudian sebelum pelaksanaan *Post Test* dilakukan *treatment* menggunakan layanan konseling kelompok dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Hasil dari kedua tes tersebut dibandingkan untuk menguji apakah *treatment* yang diberikan memiliki mampu meningkatkan rasa percaya diri pada siswa Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru .

Pada penelitian kali ini, fokus peneliti adalah dengan memberikan terapi menggunakan layanan konseling kelompok kepada siswa yang mempunyai Rasa Percaya Diri Yang Rendah Saat KBM Berlangsung dilingkungan kelas. Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen, yaitu sebagai berikut :

1. Melakukan Tinjauan Literatur

sebelum melakukan eksperimen langka pertama adalah mencari literatur berkaitan dengan eksperimen yang akan dilakukan, literatur bisa di dapatkan dari buku, laporan penelitian sebelumnya, karya ilmiah, internet dan lain sebagainya.

2. Mengidentifikasi dan memberi batasan masalah penelitian

Proses mengidentifikasi masalah (*problem identification*) merupakan proses dan hasil dari pengenalan suatu masalah atau intervasi masalah. Permasalahan penelitian dapat ditemukan melalui studi literatur (*literatur review*) atau bisa juga dengan kita melakukan pengamatan (*Observasi/ survey*) lapangan secara langsung. Batasan masalah adalah suatu batasan terhadap suatu ruang lingkup dari pada suatu permasalahan, tahap ini bertujuan agar penelitian yang dilakukan lebih terarah dan tidak melebar kemana-mana tetapi lebih fokus pada apa yang ingin di teliti.

3. Penyusunan Rencana Eksperimen

Tujuan dari dilakukan penyusunan penelitian eksperimen adalah untuk melakukan penyelidikan akibat kemungkinan dari sebab akibat dengan cara mengadakan intervensi atau memberikan perlakuan kepada objek penelitian.

4. Pengujian angket

Pengujian ini dilakukan untuk mengukur validitas dan reliabilitas instrumen yakni skala percaya diri pada siswa. Tahap ini dilakukan sebelum pelaksanaan *pre-test*. Hasil dari pengujian ini nantinya dapat diketahui item-item yang valid dan reliabel sehingga bisa digunakan untuk pelaksanaan *pre-test* dan *post-test*.

5. Pelaksanaan *pre-test*

Pre-test dilakukan dengan cara memberikan skala percaya diri siswa disekolah sebelum pemberian perlakuan (*treatment*). *Pre-test* diberikan kepada siswa yang memiliki skala percaya diri rendah disekolah. Tujuan dilakukan *pre-test* adalah untuk mengetahui gambaran awal tingkatan perilaku percaya diri siswa disekolah sebelum diberikan *treatment*.

6. Pelaksanaan *treatment*

Tujuan dari pemberian *treatment* adalah untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa menjadi tinggi hingga tidak memiliki inisiatif atau sugesti sama sekali pada siswa Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru. *Treatment* tersebut berupa pemberian layanan konseling kelompok. Tahapan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok ini mengacu pada pelaksanaan teknik menurut Winkel dalam *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (2008), yang dikembangkan sebagai berikut :

- a) Tahapan awal kelompok
- b) Tahapan peralihan
- c) Tahapan penggalan permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif.
- d) Tahapan Pengakhiran

7. Pelaksanaan *post-test*

Post-test merupakan pengukuran akhir kepada responden dengan memberikan lagi angket skala percaya diri siswa siswa setelah diberikan perlakuan atau *treatment* berupa Layanan Konseling Kelompok. *Post-test* ini diberikan bertujuan untuk mengetahui keberhasilan pemberian *treatment* dalam meningkatkan skala percaya diri siswa pada siswa Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru .

Hasil dan Pembahasan

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif. Langkah-langkah dalam penelitian ini adalah 1) Mencari rata-rata *pre-test* terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol 2) Pelaksanaan *Treatment* terhadap kelompok eksperimen 3) Mencari rata-rata *post-test* terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol 4) Menghitung rata-rata dengan uji-t

secara manual berdasarkan rumus kelompok eksperimen dan kontrol Suharsimi Arikunto (2010:125) dan 4).

Berdasarkan tahap awal penelitian yang telah dilakukan, terdapat 15 siswa yang teridentifikasi memiliki sikap percaya diri yang rendah dalam berkomunikasi. Gejala ini diketahui setelah melakukan serangkaian proses observasi, wawancara dan pelaksanaan *pre-test*. peneliti melakukan treatment menggunakan layanan konseling kelompok guna meningkatkan sikap percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar di Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru.

Diawal Pelaksanaan perlakuan/*treatment* pada sampel kelompok eksperimen menggunakan Teknik layanan konseling yang dikemukakan oleh Winkel dalam *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (2008), yang dikembangkan sebagai Tahapan awal kelompok; Tahapan peralihan; Tahapan penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif; Tahapan Pengakhiran. Penerapan teknik layanan konseling ini mengacu pada komitmen konseling kelompok dan asas konseling.

Layanan konseling kelompok merupakan layanan yang mendukung siswa memperoleh kesempatan untuk membahas dan pengentasan masalah pribadinya melalui dinamika kelompok, dengan tujuan para siswa dapat memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi melalui dinamika kelompok. Dengan dasar bahwa konseling merupakan serangkaian hubungan langsung dengan individu yang bertujuan untuk membantu dia mengubah sikap dan prilakunya atau dapat diartikan bahwa konseling merupakan proses pemberian bantuan yang di lakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (konseli) dengan tujuan agar konseli dapat mencapai pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya dan dapat mengatasi masalah yang di hadapinya.

Selain itu, penegasan pola fikir rasional dikuatkan dengan cara peneliti memberikan suatu keadaan/problem kemudian peneliti memberikan tugas guna didiskusikan bersama dengan teman satu kelompok tersebut. Ini dilakukan untuk mendorong siswa dalam bertukar fikiran sehingga dapat membuka jalan fikiran baru. Situasi atau problem yang diberikan oleh peneliti adalah

keadaan dimana siswa memiliki perilaku percaya diri, kemudian disatu sisi mereka harus menggapai cita cita yang mereka inginkan. bagaimana siswa tersebut harus mencari alternatif jalan keluar dalam situasi tersebut. Peneliti juga membantu konseli untuk mencari solusi serta mendiskusikan bersama sama. Dalam diskusi ini diharapkan mampu merangsang pola pikir sehingga alternatif pikiran yang sejalan dengan rasa malu yang dapat berpengaruh dalam kepercayaan diri siswa dapat ditumbuhkan sejalan dengan pelatihan yang sering dilakukan.

Peneliti melatih responden untuk pindah dari pikiran-pikiran negatif ke pernyataan positif dengan memperagakan diri atau praktik. Praktik yang dimaksud yaitu mengisi waktu luang dengan kegiatan positif serta berusaha melatih diri agar tidak terbawa dalam sugesti yang dapat mengurangi tingkat kepercayaan diri siswa.

Perubahan yang sangat signifikan ini disebabkan oleh siswa yang memahami sifat dirinya dan tidak bergantung pada orang lain sehingga jawaban masing-masing siswa dalam menjawab pernyataan lebih banyak memilih SS=Sangat Setuju, dan S=setuju pada saat postest 1-4. Perubahan yang sangat signifikan ini juga sangat menentukan bahwa siswa ini sudah mulai memahami dirinya sehingga dalam pengisian angket dia tidak memilih TS=Tidak Setuju, dan STS=Sangat Tidak Setuju. Perubahan ini Senada yang disampaikan oleh Hakim (dalam Rina 2016) percaya diri adalah keyakinan dalam jiwa manusia bahwa segala tantangan hidup harus diselesaikan dengan melakukan sesuatu. Keyakinan lahir dari kesadaran bahwa jika Anda memutuskan untuk melakukan sesuatu, itu harus dilakukan. Keyakinan muncul dari kesadaran individu bahwa individu memiliki tekad untuk melakukan apapun selama itu positif.

Berdasarkan hasil penelitian dan treatment yang dilakukan, menunjukkan adanya perubahan yang signifikan disetiap diri konseli. Ini dapat dilihat dari Konseli-1 dan Konseli 2 yang menunjukkan perubahan dalam dirinya. Ditandai dengan perolehan nilai awal atau pretest 35 dapat ditngkatkan menjadi 55. Selain itu perubahan pada sistem psikologis dapat terlihat jelas ditandai dengan mulai aktif dalam berdiskusi, mampu melemparkan pertanyaan serta mampu aktif menyampaikan pendapat.

Hal ini juga terlihat pada Konseli-5, Konseli-8 dan Konseli-9 yang diawal pertemuan enggan dan kurang bersosialisasi dengan sekitar mampu menunjukkan perubahan yang signifikan pula. Konseli mampu dengan gamblang menyampaikan pendapat serta aktif dalam berintraksi dengan peneliti. Ini menunjukkan bahwa percaya diri siswa hanya butuh untuk dirangsang kemudian dikembangkan berdasarkan lingkungan yang mendukung. Perolehan nilai pretest yang kurang dapat ditingkatkan melalui posttest setelah adanya treatment.

Adapun Permasalahan umum yang terjadi pada peserta didik mengalami kurang bisa bersosialisasi, terjadi pada konseli-10, konseli-11 dan konseli-15 dan setelah treatment menemukan solusi perubahan yakni, harus mulai berani bersosialisasi dengan siapapun, dan sering latihan didepan cermin dan mulai terbuka dengan teman-teman yang lainnya, dan sering bertanya dan membuka diskusi. Adapun permasalahan yang terjadi pada Peserta didik malu untuk menyampaikan pendapat, pada konseli-4 dan setelah treatment menemukan solusi perubahan yakni, harus mulai berani menyampaikan pendapat tanpa malu-malu, sering membaca dan belajar, berdiskusi dan berlomba dan mendekati teman yang pandai mengolah kata-kata, belajar diskusi kelompok dan berlomba. Setelah treatment menemukan solusi perubahan yakni, harus mulai berani berbicara dengan siapapun, sering latihan sebelum maju didepan kelas, tidak takut salah, serta percaya diri dan tidak menghiraukan ejekan orang. Adapun permasalahan yang peserta didik ragu-ragu dalam menjawab pertanyaan, berinisial AS dan setelah treatment menemukan solusi perubahan yakni, harus mulai mencoba menjawab tanpa ragu-ragu, tidak takut salah dalam menjawab pertanyaan.

Berdasarkan laporan dari guru BK dan wali kelas maka terlihat perbedaan setelah dilaksanakan treatment dan sebelum treatment. siswa lebih sopan, dan memiliki keberanian, minat lomba yang muncul terbukti saat perayaan lomba Classmeeting yang digelar dilingkungan SMP Darussalam Kalibaru .

Berdasarkan hasil uraian diatas, penelitian ini sejalan dengan penelitian Rara exa anggraini 2018 “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik permainan melalui media balon estafet dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMPN 15 bandar

lampung tahun 2018” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok Hasil pengujian statistik yang telah dilakukan pada penelitian ini setelah pemberian treatment layanan konseling kelompok dengan teknik dalam meningkatkan rasa percaya diri, menunjukkan adanya perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari hasil tersebut H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini dapat diartikan bahwa layanan konseling kelompok dapat mempengaruhi rasa percaya diri siswa dalam kegiatan belajar mengajar dikelas VIII SMPN 15 Bandar Lampung.

Sejalan dengan itu, penelitian relevan dengan hasil yang dikemukakan oleh

Mohamad Pandu Wanandri (2020) “Pengaruh konseling Kelompok Teknik reframing Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Di SMA Panti Asuhan Ar-Rahmah Kota Magelang”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok menggunakan teknik reframing terhadap peningkatan kepercayaan diri anak di SMA Panti Asuhan Ar-Rahmah Magelang. Analisis parametrik yaitu uji T sampel berpasangan digunakan untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri anak meningkat setelah mendapat konseling kelompok melalui teknik reframing, rata-rata perubahannya adalah 5,3 $n = 2$ tail mean = 0,003 dan $t < 0,05$ maka hasil probabilitas menunjukkan kurang dari 0,05 maka hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diartikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik reframing meningkatkan kepercayaan diri SMA Panti Asuhan Ar-Rahmah Kota Magelang. Berdasarkan uraian diatas membuktikan bahwa layanan konseling kelompok yang digunakan guna meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar di SMP Darussalam Kalibaru terbukti Efektif. Pernyataan ini didasarkan atas perbedaan nilai pada hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen.

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis data penelitian di MAS Minhajut Thulab , terkait dengan efektifitas layanan konseling kelompok terhadap peningkatan percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar di Kelas VIII SMP Darussalam Kalibaru . Dapat

menjawab Kebenaran hipotesis dalam penelitian, Hal ini didasari dari hasil temuan dilapangan sebagai berikut.

Pertama, dilihat dari hasil *pre-test* dalam pengukuran tingkat percaya diri siswa sebelum diberikan *treatment* atau perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok terdapat 15 siswa yang terindikasi dan terbukti atas kurangnya rasa percaya diri pada diri siswa tersebut. Nilai rata rata perolehan nilai pretest sangat kurang dan rendah dengan hanya memperoleh nilai 31.55. Kemudian, dilihat dari tingkat percaya diri siswa sesudah diberikan layanan konseling kelompok. 15 siswa yang memiliki tingkat percaya diri Rendah dapat meningkat pada tingkat Tinggi sesudah diberikan layanan konseling kelompok. hal ini dibuktikan dengan hasil *pre-test* yang awalnya 31,55 menjadi Tinggi pada posttest dengan skor 60,00.

Dan terakhir, Didalam tabel harga t diketahui bahwa $db = 14$, taraf signifikansi 5% diperlukan harga $t_{tabel} = 2,10$. Harga t_{tabel} tersebut kemudian dibandingkan dengan t_{hitung} . Berdasarkan perhitungan menunjukkan $7,76 > 2,10$ yang memiliki arti bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$. Hal ini mengandung arti bahwa ada efektifitas pengaruh yang terjadi akibat suatu perlakuan khusus yang dimana pada penelitian ini dengan menggunakan suatu treatment layanan konseling kelompok guna meningkatkan sikap percaya diri siswa dalam berkomunikasi pada kegiatan belajar mengajar diKelas VIII SMP Darussalam Kalibaru pada taraf signifikansi 0,05 atau dengan kata lain pada tingkat kepercayaan 95% dapat dinyatakan bahwa keterkaitan perlakuan tersebut benar adanya.

Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian, peneliti memberikan saran kepada bebarapa pihak:

- a. Bagi sekolah diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk membantu siswa terhadap peningkatan percaya diri jika siswa mengalami kurangnya percaya diri.
- b. Bagi siswa diharapkan dapat meningkatkan atau meminimalisir sikap kurang percaya dirinya masing-masing.

- c. Bagi peneliti selanjutnya akan menjadi dasar penelitian selanjutnya dalam memperluas variabel dan topik penelitian.

Daftar Pustaka

- A Hallen, “*Bimbingan dan Konseling edisi Revisi*”, (Jakarta : Quanthum Teaching, 2005).
- Abdul Hanan, “*Meningkatkan Motivasi Belajar Bimbingan dan Konseling Siswa Kelas VIII C Melalui Bimbingan Kelompok Semester I Tahun Pelajaran 2015/2016*” Jurnal JIME, 3, No 1, (2017),
- Acep supriyadi, mariatul kiftiah, Agusnadi, “*efektivitas Pemberian Sanksi Bagi Siswa Pada Pelanggaran Tata Tertib di SMP Kapuas Timur*”, Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan, 4, no 8 (2014).
- Achmad Juntika, “*bimbingan & konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung : PT Agus Supriyanto, M.Pd. (2016) *Buku Panduan Layanan Konseling Individual Pendekatan behavioristik Teknik Shaping untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah. Buku Panduan Konselor Sekolah*, KMedia:Yogyakarta. ISBN 978-602-6287-15-1
- Ahmad Lahmi, Aguswan Rasyid, Jummadillah, “*Analisis Upaya Faktor Penghambat dan Pendukung Pembelajaran AlQur’an dab Hadits di MTS Kota Padang, Sumatra Barat*, DAYAH : Journal of Islamic Education, 3, no 2 (2020).
- Aip Badrujaman, “*Pengaruh Model Evaluasi Layanan Dasar berorientasi terhadap Peningkatan Akuntabilitas guru BK SMP*”, Jurnal Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, 27, no 2 (2015).
- Alex Adelina dan Zulyaden, “*pengaruh tata tertib sekolah untuk tidak membawa handphone berkamera terhadap kenyamanan belajar pada SMP N 7kota Bumi*”, Jurnal Penelitian Pendidikan , Universitas Bandar Lampung, (2012)
- Andre Prasetyo dan Zamtinah, “*Pengaruh Konsep Diri dan Kedisiplinan Terhadap Prestasi Belajar siswa Jurusan Teknik Audio di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta*”, jurnal skripsi, (2013).

- Apriliani Fitri, "Upaya Guru Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di SMP PP DR M.Natsir Batu Bagiriak Kecamatan Lembah Gumanti", Jurnal Penelitian (2015).
- Apriliani Putri, " Upaya Guru Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di SMP PP DR M.Natsir" Jurnal Sekolah Tinggi Keguruan Ilmu Pendidikan, (2015)
- Bimo Walgito, "Bimbingan dan Konseling di Sekolah", (Yogyakarta, Andi, 2004), Dahlia, "Upaya Meningkatkan Perilaku Disiplin Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Penelitian Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Rimba Melintang Kabupaten Rokan Hilir Riau Tahun Ajaran 2017/2018", serambi konstruktivis, 1, No 1, (2019).
- Bujang, Bujang and Hartini, Sri and Susilowati, Niken and Budi Prabowo, Agung (2020) *Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Siswa Kelas X Ips 1 Di Sma Negeri 1 Lepar Pongok*. Artikel mahasiswa: Yogyakarta Hermawan Budianto, T. 2020.
- Daem Indrakusuma, "Pengantar Ilmu Pendidikan", (Surabaya: Usaha Nasional, 2000),
- Deni, A. U., & Ifdhil. (2016). *Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri*. Jurnal Educatio, 2(2), 44.
- Depdikbud. (2019). Islami. Retrieved January 14, 2020,
- Echols, J., & Shadily, H. (1992). Kamus Inggris-Indonesia. Jakarta: Gramedia.
- Edwards, D. (2004). *Art Therapy*. London: SAGE Publications Inc
- Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Keaktifan Siswa Dalam Proses Pembelajaran (Penelitian Pada Siswa Kelas Viii Smp Muhammadiyah Mungkid Magelang)* (Doctoral Dissertation,: Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Hakim, Mochamad Andi dkk 2012. dkk. "Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya Terhadap Self-Esteem Siswa". Jurnal Ilmiah dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan dan Konseling, 1, No 2 , (2017),
- Konsep Diri Dan Kedisiplinan Belajar Siswa*. Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia, 3(2), 85-91.
- Setiawati, E. 2015. *Pengaruh Pola Asuh Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa*. Journal Of Elementary Education, 4(1), 61-67.
- Suwignyo, H., & Nusantoro, E. 2015.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*, Terjemahan D. H. Gulo. Jakarta: Bumi Aksara

- Lestari, F. 2020. *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Pada Peserta Didik Kelas VIII Di Sma Negeri2 Kota Metro* (Doctoral Dissertation, Skripsi: Uin Raden Intan Lampung).
- Payadnya, I. Putu Ade Andre, and I. Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika. 2018 Panduan penelitian eksperimen beserta analisis statistik dengan spss. *Deepublish*.
- Penky, L. 2019. *Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Persepsi Terhadap Pola Asuh Autoritatif Dengan Disiplin Belajar Pada Siswa* (Doctoral Dissertation Skripsi: Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas Viii D. Indonesian Journal Of Guidance And Counseling: Theory And Application*, 4(3).
- Pohan, R. A., & Indra, S. 2020. *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kegiatan Merespon Pembelajaran*. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. Doi, 10. Reski, N., Taufik, T., & Ifdil, I. 2017.
- Refika Aditama, (2006), Afiati Muthmainnah, “ *Penanaman Kedisiplinan Peserta Didik di MTS Negri II Surakarta*”, (publish Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018)
- Samsul Munir Amir, “*Bimbingan dan Konseling Islam*”, (Jakarta: Amzah, 2010),
- Selly Marselina, “*Analisis Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Tentang Perkembangan Emosi Remaja kelas X SMA SANTUN UTUN di Pontianak*”, Artikel Penelitian (2017)
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*, Terjemahan oleh Shinto B. Adelar dan Sherly Siragih. Jakarta: Erlangga.
- Saputra, A., Kartasasmita, S., & Subroto, U. (2018). *Penerapan Art Therapy untuk Mengurangi Gejala Depresi pada Narapidana*. *Jurnal Muara Ilmu Sosial Humaniora Dan Seni*, 2(1), 181.
- Saputra, W. N. E., & Prasetiawan, H. (2018). *Meningkatkan Percaya Diri Siswa melalui Teknik Cognitive Defusion*. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 14-21
- Soecipto dan Raflis Kosasi, “ *Profesi Keguruan*”, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005),
- Sofyan Willis, “*Teori dan Praktik Konseling Individual*”, (Bandung: Alfabeta, 2017),

- Sugiyono, “*Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*” (Bandung: Alfabeta,2017),
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono.2018. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif,Kualitatif, Dan R&D*.Bandung: Alfabeta.
- Sutja,A.Dkk.(2017). *Penulisan Skripsi Untuk Prodi Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta:WahanaResolusi.
- Sukamto, “ *Kenakalan Remaja, Paper Diskusi Ilmiah*”, (Dosen IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001).
- Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, “ *Landasan Bimbingan dan Konseling*”, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2013)
- Thorin, “*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi* “ (Jakarta: Pt. Raja Grafindo Persada, 2007),
- Tohirin, “*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*”, (Jakarta: Rajawali Pers, 2007),
- Ulya, “*Metode Penelitian Tafsir*” (Kudus: Media Enterprise, 2010),
- Wahyu Purnama Sari dan Tamsil muis, “ *Studi Kasus Tentang Perilaku Membolos Siswa di SMA Negeri Plumpang Tuban*” Artikel analisis
- Wardati dan mohammad jauhhar, ”*Implementasi Bimbingan & Konseling di Sekolah*”, (Jakarta : Prestasi Pustaka, 2011),