

**PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DENGAN TOPIK KONSEP DIRI  
UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA  
KELAS X-7 SMA NEGERI 1 SUMENEP**

**THE APPLICATION OF GROUP GUIDANCE THE DISCUSSION TECHNIQUE WITH SELF  
CONCEPT TOPIC TO IMPROVE LOW SELF CONFIDANCE OF STUDENTS IN CLASS OF X-7 IN  
SMA NEGERI 1 SUMENEP**

**Alzachbana**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [alzach.bana@gmail.com](mailto:alzach.bana@gmail.com)

**Dra. Retno Lukitaningsih, Kons**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**Dr. Tamsil Muis**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**Budi Purwoko, S.Pd., M.Pd**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah menguji penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep. Penelitian ini merupakan penelitian *Pre-Experiment* dengan jenis *One-Group Pre-test and Post-test Design*. Instrumen pengumpul data yang digunakan adalah angket kemampuan percaya diri. Angket percaya diri digunakan untuk mencari data tentang percaya diri rendah siswa. Perlakuan diberikan pada siswa yang mempunyai percaya diri rendah di kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan topic konsep diri. Analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan uji tanda. Dari hasil analisis diketahui bahwa rumusan hipotesis yang berbunyi “bimbingan kelompok teknik diskusi dengan topik konsep diri dapat meningkatkan percaya diri rendah siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep” dapat diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok khususnya teknik diskusi dengan topic konsep diri dapat digunakan oleh pembimbing untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep.

Kata kunci: Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, Percaya diri.

**Abstract**

*The purpose of this study was to examine the application of group guidance discussion technique with self concept topic to improve low confidence ability of students in class of X-7 in Senior High School institute of 1 Sumenep. This study was a Pre-Experiment research with One Group Pre-test and Post-test Design. Social interaction ability questionnaire was used as the data collecting method. This questionnaire were used to find data on low confidence of the ability student. The treatment given to the students who had low confidence skill in the class of X-7 in SMA Negeri Sumenep used group guidance service discussion technique with the self concept. Non-parametric statistic was used as the data analysis technique. From the analysis obtained showed that the hypothesis which stated “the group guidance discussion technique with self concept topic can improve low confidence ability of the student in class of X-7 in SMA Negeri 1 Sumenep” acceptable. So it can be concluded that group guidance, especially the discussion technique concept topic with self concept can be used by the tutors to improve the confidence ability of student in class of X-7 in Senior High School of 1 Sumenep.*

*Keyword : Group guidance with discussion technique, Self Confidence.*

## PENDAHULUAN

Masalah kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun. Individu yang tak memiliki hambatan pun biasanya memiliki rasa kurang percaya diri. Apalagi pada individu yang memiliki kekurangan fisik dan mental. Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. 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. Orang yang kepercayaan diri bagus, mereka memiliki perasaan positif terhadap dirinya, punya keyakinan yang kuat atas dirinya dan punya pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimiliki. Orang yang punya 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. Percaya diri merupakan sikap yang harus dimiliki setiap individu, hal tersebut dikarenakan untuk menunjang dalam kegiatan sehari-hari dan tentunya membuat orang tersebut dapat dihargai di lingkungan sosialnya.

Menurut Al Uqshari (2005:6) percaya diri adalah salah satu kunci kesuksesan hidup individu. Karena tanpa adanya rasa percaya diri, individu tidak akan sukses dalam berinteraksi dengan orang lain. Di samping itu, tanpa adanya rasa percaya diri, individu niscaya tidak akan bisa mencapai keinginan yang diidam – idamkan. Karena pada prinsipnya rasa percaya diri secara alami bisa memberikan individu efektifitas kerja, kesehatan lahir batin, kecerdasan, keberanian, daya kreatifitas, jiwa petualang, kemampuan mengambil keputusan yang tepat, kontrol diri, kematangan etika, rendah hati, toleran, rasa puas dalam diri maupun jiwa, serta ketenangan jiwa.

Peneliti melakukan penelitian awal di beberapa sekolah, yaitu di SMA Negeri 11 Surabaya, dan SMA Muhammadiyah 1 Sumenep. Di SMA Negeri 11 Surabaya, ditemukan siswa yang tidak percaya diri dikarenakan faktor psikologis dan faktor akademis: a.) Faktor psikologis: Siswa mempelajari sesuatu yang tidak sesuai dengan bakat minat dan kemampuannya, anak malas belajar, perasaan takut karena merasa dirinya bodoh tidak seperti teman-temannya, hubungan sosial dengan temannya terganggu. b) Faktor akademik: Prestasi yang didapat tidak maksimal, banyak mata pelajaran yang di ulang/remidi, ketidak mampuan dalam belajar. Di SMA Muhammadiyah 1 Sumenep yaitu anak lebih dapat memilih jurusan sesuai dengan keinginannya, karena sebelumnya jurusan siswa sudah sering berkonsultasi dengan konselor dan sudah melakukan beberapa test bakat

minat, agar dapat sesuai dengan pilihan yang siswa inginkan. Namun ada juga beberapa siswa yang masih kurang percaya diri dalam memilih jurusan. Walaupun hasil tes menunjukkan bahwa anak tersebut dapat memilih jurusan IPA.

Pada saat melakukan observasi studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Sumenep, fenomena yang terjadi adalah siswa kurang percaya diri. Siswa kelas X ini merasa tidak percaya diri terhadap kemampuannya, hal ini diketahui pada saat melakukan observasi siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sumenep, tidak percaya diri terhadap kemampuannya. Padahal siswa kelas X ini sebenarnya sudah diatas rata-rata karena mereka masuk ke SMA Negeri 1 Sumenep melalui jalur test dimana mereka diseleksi sangat ketat. Perilaku yang ditunjukkan siswa SMA Negeri 1 Sumenep tersebut mengindikasikan bahwa siswa di SMAN 1 Sumenep mempunyai tingkat percaya diri rendah.

Hasil wawancara dengan koordinator BK SMA Negeri 1 Sumenep tanggal 7 Desember 2012, siswa mempunyai tingkat percaya diri rendah. Pernyataan konselor tersebut hanya berdasarkan pada catatan buku kasus siswa yang dimiliki oleh koordinator BK. Tingkat percaya diri rendah paling banyak dialami oleh siswa kelas X-7. Hal tersebut sesuai dengan keterangan yang diberikan oleh wali kelas kelas X-7. Dampak tidak percaya diri siswa X-7 SMA Negeri 1 Sumenep yang pertama adalah dalam proses belajar mengajar siswa kurang memahami materi pelajaran dengan baik. Hal ini berdasarkan keterangan dari siswa itu sendiri, ketika siswa tidak paham dengan materi, siswa tidak mau bertanya kepada guru. Dampak yang kedua adalah nilai partisipasi dan akademik cenderung rendah. Berdasarkan keterangan dari wali kelas, siswa yang tidak percaya diri akan kesulitan menerima materi pelajaran dan akan berpengaruh terhadap nilai partisipasi dan akademik, yaitu cenderung dibawah rata-rata. Hal ini karena siswa tidak mau berpendapat, bertanya dan sering merasa tidak bisa ketika menjawab pertanyaan dari guru. Dampak yang ketiga adalah siswa cenderung tidak punya pendirian dan terbawa arus oleh teman-temannya. Hal ini dibuktikan dengan perilaku mereka yang sering tidak mengerjakan tugas secara mandiri dan sering mengikuti temannya untuk menentukan suatu pilihan. Hal tersebut berdasarkan keterangan dari wali kelas dari kelas X-7. Dan dampak yang sangat mengkhawatirkan yaitu siswa menjadi tidak percaya diri dalam memilih jurusan yang dia inginkan, dikarenakan hal ini siswa kurang memperhatikan guru dan mempunyai nilai yang rendah.

## METODE

Berdasarkan judul penelitian yaitu “penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan topic konsep diri”, maka jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan rancangan penelitian differensial.

- a. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Simenep yang terletak di Jalan Payudan Timur no. 1 sumenep. Penelitian ini hanya menguji bimbingan kelompok teknik diskusi menggunakan Konsep diri untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa
- b. Penelitian ini hanya berlaku pada siswa kelas X-7 di SMA Negeri 1 Sumenep Tahun ajaran 2012-2013 yang mempunyai rasa percaya diri rendah.
- c. Instrumen pengumpul data yang digunakan adalah angket dan observasi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan metode angket dan metode dokumentasi. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan untuk dua variabel, yakni kusioner (angket) yang diberikan kepada responden berkaitan dengan bimbingan kelompok teknik diskusi Sedangkan variabel terikat percaya diri rendah (Y) menggunakan dokumentasi. Kurang percaya diri itu menjadi penghambat dalam perkembangan siswa. Bagi siswa yang kurang percaya diri dipengaruhi hal-hal yang negatif, antara lain malas belajar, bergantung pada orang lain, mudah menyerah, lari dari masalah, dan sebagainya. Daripada itu dengan adanya bimbingan kelompok dengan tehnik diskusi kelompok, siswa diharapkan untuk dapat percaya diri dan mampu memilih sesuai dengan bakat dan minat yang dia miliki. Dalam diskusi kelompok peneliti menggunakan konsep diri untuk mengetahui seberapa besar siswa mengenal dirinya sendiri. Agar lebih percaya diri dan akan berkembang secara baik dalam jurusan yang dia inginkan. Tujuan dari diskusi kelompok siswa dapat percaya diri. Diskusi kelompok merupakan percakapan antara dua orang atau lebih dengan tujuan untuk membicarakan masalah yang sedang dihadapi dan mencari jalan keluar dari masalah tersebut. Tujuan diskusi kelompok ini hendaknya mengarah pada bakat dan minat yang dimiliki siswa itu dengan sebuah pemberian materi yaitu tentang konsep diri. Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berpikir yang telah diejelaskan maka dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut penerapan bimbingan kelompok tehnik diskusi dengan konsep diri untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam memilih jurusan. Hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan skor rasa percaya diri siswa dala memilih jurusan sebelum dan sesudah menerapkan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok topic konsep diri. Menurut Nurihsan (2005), bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa) yang berkenaan dengan masalah

pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah social yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran.

Menurut Sukardi (1984), tujuan penggunaan diskusi kelompok antara lain: (a) Menanamkan/ mengembangkan keterampilan dan keberanian untuk mengemukakan pendapat sendiri secara jelas dan terarah; (b) Mencari kebenaran secara jujur melalui pertimbangan-pertimbangan pendapat yang mungkin saja berbeda yang satu dengan yang lainnya; (c) Belajar menemukan kesepakatan pendapat melalui musyawarah karena masalahnya telah dimengerti dan bukan karena paksaan atau terpaksa menerima karena kalah dalam pemungutan suara; (d) Para siswa mendapat informasi yang berharga dari teman-temannya dalam diskusi kelompok dan pembimbing diskusi.

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan diatas sifat siswa sangat dipengaruhi oleh rasa percaya diri. Dan percaya diri siswa itu ada yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal berupa canggung, merasa kurang pintar dan faktor eksternal misalnya faktor dari keluarga yang tidak mendukung dalam pemilihan jurusan dan faktor dari teman-temannya yang sering bermain dan kurang dalam waktu belajarnya.

Berdasarkan pendapat dan faktor yang telah dijelaskan di atas maka dapat disimpulkan bahwa diskusi kelompok adalah suatu tehnik dalam bimbingan kelompok yang dilakukan dengan cara mendiskusikan masalah, agar anggota kelompok mendapatkan kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan tehnik diskusi kelompok tidak hanya memecahkan masalah, tetapi juga untuk memecahkan suatu persoalan, serta untuk pengembangan pribadi masing-masing anggota kelompok.

Dari penjelasan di atas pengaruh diskusi kelompok ini sangat tepat untuk memberikan suatu bimbingan kepada siswa yang tidak percaya diri ditinjau dari faktor internalnya dan faktor eksternalnya. Siswa dapat menentukan pilihan jurusannya sesuai bakat, minat dan kemampuan yang dimilikinya. Dengan menggunakan tehnik diskusi kelompok siswa dapat memperoleh banyak informasi seta pengalaman baru.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi hasil penelitian merupakan data-data penelitian yang diperoleh selama penelitian dilaksanakan dan kemudian dilakukan pengolahan data. Sebelum melakukan perlakuan, peneliti melakukan uji angket pree test kepada siswa X-2 dan X-4 dan berikut hasilnya. Dari penghitungan keseluruhan item diperoleh hasil bahwa jumlah pernyataan yang valid sebanyak 79 item, yang tidak valid atau gugur sebanyak 9 item.

Berikut akan disajikan hasil penghitungan uji validitas angket percaya diri dari keseluruhan item pernyataan pada kelas X-2 dan kelas X-4 dapat dilihat pada tabel 3.4:

Tabel 1.4 Hasil Uji Validitas Angket percaya diri Pada Siswa Kelas X-2 dan Kelas X-4

Setelah melakukan uji validitas selanjutnya adalah uji realibilitas, dimana peneliti menggunakan rumus sperman born dimana antara x dan y dibelah menjadi dua dan akhirnya sebahai berikut.

$$r_{11} = \frac{2 \cdot \frac{1}{2} \cdot \frac{1}{2}}{1 + r \frac{1}{2} \cdot \frac{1}{2}} = \frac{2 \cdot (0,90740364)}{1 + 0,90740364} = 0,9514542$$

Berdasarkan perhitungan di atas dapat diperoleh r hitung sebesar 0,9514542 kemudian dikonsultasikan dengan r tabel dengan jumlah subyek 61 dengan taraf signifikansi 5 % sebesar 0,254 (tabel nilai *Product Moment*). Hasil r hitung lebih besar daripada r table yaitu  $0,95 > 0,254$ , maka instrumen angket percaya diri dinyatakan memiliki reliabilitas yang tinggi. Kesimpulan itu dapat diketahui dari tabel di bawah ini untuk nilai korelasi 0,80- 1,00 memiliki hubungan yang sangat kuat

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep yang memiliki percaya diri rendah. Untuk menentukan subyek penelitian, maka dilakukan pengukuran tentang percaya diri siswa melalui angket terhadap 32 siswa kelas X-7 tersebut. Pemberian angket dilaksanakan pada tanggal 07 Mei 2013. Kemudian hasil pengukuran tersebut dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu: tinggi, sedang, rendah. Kategori tersebut diperoleh dari penghitungan *Mean* dan *Standart Deviasi*.

Adapun caranya dengan memanfaatkan program *Microsoft Office – Microsoft Excel*, adalah sebagai berikut:

- Jumlah item pernyataan angket = 72 butir
- Skor tertinggi, perintah *Insert – Function – MAX* = 246
- Skor terendah, perintah *Insert – Function – MIN* = 190
- Mean*, perintah *Insert – Function – AVERAGE* = 208,88
- Standart Deviasi*, perintah *Insert – Function – STDEV* = 14,41

Dari penghitungan tersebut didapatkan kategori skor sebagai berikut:

- Kategori tinggi = (Mean + 1SD) sampai skor maksimal  
= 208,88 + 14,41  
= 223,29

- Kategori sedang = Dari (Mean – 1SD) sampai (Mean + 1SD)  
= 199,44 sampai 223,44
- Kategori rendah = (Mean – 1SD) sampai skor minimal  
= 199,44 – 190  
= 190,44

Dari penghitungan tersebut diketahui ada 8 siswa yang memiliki skor percaya diri rendah. Sehingga 8 siswa tersebut dijadikan subyek penelitian. Skor yang diperoleh dari subyek penelitian tersebut digunakan sebagai data hasil *Pre-test*.

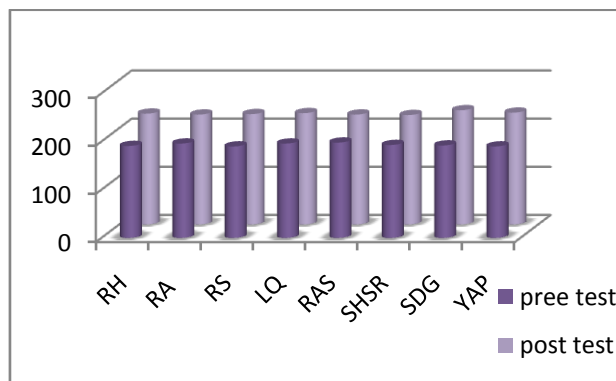
Perlakuan ini diberikan semaksimal mungkin oleh peneliti kepada sejumlah siswa yang memiliki percaya diri rendah di dalam kelas pada siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep dengan memberikan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok dengan konsep diri. Perlakuan ini dilakukan selama 5 tahap, tahap pertama itu adalah tahap pembentukan hubungan, tahap kedua yaitu tahap pembentukan dan tahap peralihan tahap ketiga dan keempat yaitu tahap kegiatan dan yang terakhir adalah tahap pengakhiran. Berikut hasil dari limatahap dan dijelaskan pada tabel.

Tabel 4.4 Hasil Analisis Pengukuran *Pre-test* dan *Post-test*

No.	Subyek	<i>Pre-test</i> (X <sub>B</sub> )	<i>Post-test</i> (X <sub>A</sub> )	Arah Perbedaan	Tanda
1.	RH	191	230	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
2.	RA	196	228	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
3.	RS	190	229	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
4.	LQ	196	231	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
5.	RAS	198	228	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
6.	SHSR	193	227	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
7.	SDG	192	237	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+
8.	YAP	190	232	X <sub>A</sub> > X <sub>B</sub>	+

Berdasarkan hasil tabel di atas, maka perbandingan hasil *Pre-test* dan hasil *Post-test* pada masing-masing subjek dapat dilihat melalui grafik 4.1 di bawah ini.

Grafik 4.1 Hasil *Pre-test* dan *Post-test*



Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda positif (+) berjumlah 8 yang bertindak sebagai N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan r (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan  $N = 8$  dan  $r = 0$ , maka diperoleh  $p$  (kemungkinan harga di bawah  $H_0$ ) = 0,004. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,004 < 0,05$ , dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat meningkatkan percaya diri rendah siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep.

Hasil Analisis individual

a. Subyek RH

Subyek RH memiliki skor Pre-test 191 sedangkan skor Post-test sebesar 230. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek RH mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 39. Sebelum perlakuan, subyek RH merasa kurang percaya diri dalam menentukan pilihan. Yaitu dalam menentukan pilihan dalam hal penjurusan masuk ke kelas XI. RH merasa tidak percaya diri dalam menentukan pilihan IPA atau IPS. Setelah melakukan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, RH mengetahui dan akan memilih jurusan yang dia pilih. Dan RH siap bertanggung jawab atas resiko pilihan yang telah dia pilih.

b. Subyek RA

Subyek RA memiliki skor Pre-test 196 sedangkan skor Post-test sebesar 228. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek RA mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 32. Sebelum perlakuan RA tidak percaya diri dalam berkomunikasi dengan teman-temannya. RA kesulitan untuk memulai pembicaraan dengan teman-temannya, terutama orang yang belum dikenalnya. RA tidak tahu harus bagaimana memulai pembicaraan. Setelah mengikuti bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, RA dapat berkomunikasi dengan teman-temannya. RA merasa lebih mudah dalam memulai pembicaraan dengan teman-temannya, termasuk teman yang baru dia kenalnya. Selain itu, RA juga berani menatap lawan bicaranya ketika sedang berbicara dengan teman-temannya.

c. Subyek RS

Subyek RS memiliki skor Pre-test 190 sedangkan skor Post-test sebesar 229. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek RS mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 39. Sebelum perlakuan RS merasa tidak percaya diri ketika tampil di hadapan teman-temannya. RS merasa tidak percaya diri ketika melakukan presentasi di depan kelas atau ketika melakukan diskusi bersama teman-temannya. Setelah melakukan bimbingan

kelompok teknik diskusi topik konsep diri, RS mengalami kemajuan yang baik. RS lebih berani dalam mengungkapkan pendapat dalam diskusi dengan teman-temannya.

d. Subyek LQ

Subyek LQ memiliki skor Pre-test 196 sedangkan skor Post-test sebesar 231. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek LQ mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 35. Sebelum perlakuan LQ merasa kurang percaya diri ketika tampil di depan umum. Contohnya ketika LQ melakukan presentasi atau saat mengungkapkan pendapat. LQ selalu gugup ketika melakukan presentasi atau mengungkapkan pendapat. Setelah melakukan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, LQ merasa lebih percaya diri saat mengungkapkan pendapatnya dalam diskusi. Walaupun pendapat yang dia lontarkan masih tersendat-sendat, LQ lebih berani dan tidak takut salah ketika mengungkapkan pendapat.

e. Subyek RAS

Subyek RAS memiliki skor Pre-test 198 sedangkan skor Post-test sebesar 228. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek RAS mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 30. Sebelum perlakuan RAS merasa tidak percaya diri saat menunjukkan kemampuannya. Menurut keluarga dan teman-temannya, dia berbakat dalam hal menari. Akan tetapi ketika ingin tampil di depan umum, RAS merasa kesulitan untuk menunjukkan kemampuannya (grogi) dan tidak yakin akan kemampuan dan bakatnya dalam hal menari tersebut. Setelah melakukan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, RAS lebih percaya diri dalam menunjukkan bakatnya dalam hal menari. RAS lebih berani untuk tampil menari di suatu pertunjukan.

f. Subyek SHSR

Subyek SHSR memiliki skor Pre-test 193 sedangkan skor Post-test sebesar 227. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek SHSR mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 34. Sebelum perlakuan SHSR merasa tidak percaya diri ketika bergaul dengan teman-temannya. Dia merasa takut untuk bergaul dengan teman-temannya. Selain itu, SHSR juga merasa takut jika dia tidak diterima dalam pergaulan oleh teman-temannya. Setelah melakukan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, SHSR lebih berani dalam bergaul dengan teman-temannya. SHSR yakin bahwa dia selalu diterima teman-temannya dalam bergaul. SHSR juga yakin bahwa sebagian besar teman-temannya selalu menyayanginya.

### g. Subyek SDG

Subyek SDG memiliki skor Pre-test 192 sedangkan skor Post-test sebesar 237. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek SDG mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 45. Sebelum perlakuan SDG merasa tidak percaya diri dalam hal menyelesaikan segala masalah yang dia hadapi. SDG merasa dirinya masih seperti anak-anak dalam menyelesaikan permasalahan yang dia hadapi. Dia selalu ragu terhadap segala penyelesaian masalah yang dia hadapi. Dan banyak dari permasalahan yang dia hadapi tidak ada penyelesaian yang jelas. Setelah melakukan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, SDG merasa bahwa semua masalahnya harus segera diselesaikan semua. SDG yakin dengan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dan akan berlatih bertanggung jawab atas semua penyelesaian masalah yang dia ambil.

### h. Subyek YAP

Subyek YAP memiliki skor Pre-test 190 sedangkan skor Post-test sebesar 237. Hal tersebut menunjukkan bahwa subyek YAP mengalami peningkatan skor dari hasil Pre-test ke Post-test sebesar 42. Sebelum perlakuan YAP merasa kurang percaya diri dalam menentukan pilihan. Yaitu dalam menentukan pilihan dalam hal penjurusan masuk ke kelas XI. YAP pada dasarnya ingin masuk IPA. Tetapi karena YAP tidak yakin dengan kemampuannya, dia mempertimbangkan untuk masuk IPS. Tetapi orang tuanya menghendaki YAP masuk IPA, karena menurut orang tuanya IPS cenderung dengan anak nakal. Setelah melakukan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri, YAP dapat memantapkan pilihannya dan siap bertanggung jawab atas semua pilihan yang telah ia tentukan.

Dari tabel 2.1 menunjukkan arah perubahan yang positif dikarenakan ada peningkatan skor dari *Pre-test* ( $X_B$ ) ke *Post-test* ( $X_A$ ). Hal ini menunjukkan  $p=0,004$  lebih kecil dari  $\alpha=0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima, yang berarti bimbingan kelompok teknik diskusi dengan topik konsep diri dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep.

Perubahan skor yang dialami oleh setiap siswa setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi topik konsep diri cenderung mengalami peningkatan. Peningkatan skor yang dialami oleh setiap siswa yang diteliti setelah diberikan *Pre-test* dan *Post-test* dikategorikan tinggi. Berdasarkan rumus penghitungan skor pada Bab III, maka nilai tiap-tiap individu dapat dikategorikan sebagai berikut: Tinggi (tinggi), tinggi (sedang), tinggi (rendah). Peningkatan skor paling tinggi dialami oleh subyek SDG dengan skor *Post-test* 237. Sedangkan skor tinggi namun tergolong paling rendah dialami oleh subyek SHSR dengan skor *Post-test* 227. Selain itu terdapat 6 subyek yang mempunyai nilai tinggi

namun tergolong sedang yaitu subyek Ra dan RAS dengan skor *Post-test* 228, subyek RS dengan skor *Post-test* 229, subyek RH dengan skor *Post-test* 230, subyek LQ dengan skor *Post-test* 231 dan subyek YAP dengan skor *Post-test* 232. Dari hasil analisis individual tentang dramatisasi sosiodrama, semua subyek telah mempraktekkan sosiodrama. Subyek telah memiliki kesadaran tentang manfaat dari teknik sosiodrama sehingga dapat meningkatkan kemampuan interaksi sosial di lingkungan sekolah dengan bermain peran.

Siswa dapat melaksanakan bimbingan kelompok dari awal sampai akhir dengan baik. Dalam melaksanakan bimbingan kelompok teknik diskusi siswa berani untuk mengemukakan pendapat, bertanya jika mereka tidak mengerti, antusias mengikuti bimbingan kelompok dan mampu menyampaikan pesan dan kesan dari kegiatan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri mampu meningkatkan percaya diri siswa. Dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif penggunaan bimbingan kelompok teknik diskusi topik konsep diri terhadap peningkatan percaya diri pada siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep tahun ajaran 2012-2013.

Pada akhirnya, peneliti tetap berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat baik secara praktis maupun secara teoritis bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu bimbingan dan konseling. Peneliti juga berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lanjutan.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil skor angket yang didapat ketika *Pre-test* dan *Post-test* menunjukkan adanya peningkatan percaya diri yang dialami oleh siswa di dalam kelas. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi topik konsep diri dapat meningkatkan percaya diri siswa di kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep. Wujud peningkatan percaya diri siswa dapat ditunjukkan dalam bentuk lebih aktif dalam diskusi kelompok, lebih aktif saat KBM berlangsung, serta dapat berinteraksi dengan teman-teman lainnya. Hasil analisis statistik non parametrik dengan *sign test* maka dapat diketahui  $N=8$  dan  $r=0$ . Tabel harga  $p$  dalam tabel binomial menunjukkan bahwa untuk  $N=8$  diperoleh  $p=0,004$ . Harga ini lebih kecil dari pada  $\alpha$  dan berada pada daerah penolakan untuk  $\alpha=0,05$ .

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok khususnya

teknik diskusi dapat digunakan oleh pembimbing untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep. Hal ini dapat diketahui dari peningkatan pada skor angket percaya diri siswa antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi topik konsep diri. Sehingga rumusan hipotesis yang berbunyi “Bimbingan kelompok teknik diskusi dengan topik percaya diri dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X-7 SMA Negeri 1 Sumenep” dapat diterima.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, ada beberapa saran yang bisa dipertimbangkan antara lain:

#### 1. Bagi konselor

Bimbingan kelompok khususnya teknik diskusi merupakan salah satu alternatif bantuan yang dapat digunakan bagi konselor sekolah untuk membantu meningkatkan percaya diri siswa. Dengan adanya bukti bahwa layanan bimbingan kelompok khususnya teknik diskusi dapat meningkatkan percaya diri siswa di lingkungan sekolah. Maka, konselor dapat menggunakan teknik diskusi sebagai salah satu teknik untuk memberikan layanan bimbingan kepada siswa.

#### 2. Bagi peneliti lain

- a. Bagi peneliti lain di harapkan agar waktu pemberian perlakuan di perpanjang 8 sampai 10 kali perlakuan agar hasil layanan bimbingan kelompok teknik diskusi lebih maksimal;
- b. Dalam penelitian ini juga hanya melakukan satu kali *Post-test* sehingga tidak diketahui secara pasti sampai berapa lama efek pemberian *treatment* terhadap peningkatan kemampuan interaksi sosial di lingkungan sekolah terhadap subyek penelitian. Ada baiknya jika dilakukan lebih dari satu kali pemberian *Post-test* untuk melihat tingkat efektivitas jangka penjang pemberian *treatment* teknik diskusi terhadap kemampuan interaksi sosial di lingkungan sekolah;
- c. Dalam penelitian ini diharapkan menggunakan jenis penelitian *true eksperimendesign* yaitu adanya kelompok kontrol yang tidak dikenai eksperimenikut mendapatkan pengamatan. Peneliti lain juga diharapkan agar menambah

penggunaan instrumen pengumpul data selain penggunaan angket.

### DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni.2011. *Percaya Diri Siswa dalam Pemilihan Jurusan Melalui Strategi Cognitive Restructuring*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.

Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Cangara, Hafied. 1990. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Depdikbud. 1994. *Kurikulum Sekolah Menengah Umum*. Jakarta, diperbanyak oleh bidang Dimnum Kanwil Depdikbud Provinsi Jawa Timur.

Djaali,H.2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

DR.Susanto, A.B dan Putra, R. MASri Sareb.60 *Management Gems:Applying Managemet Wisdom in Life*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Fatimah, enung. 2006. *Psikologi Perkembangan ( psikologi Perkembangan Peserta Didik )*. Bandung: Pustaka Setia.

Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara

Hartinah, Siti. 2000. *Konsep Dasar Bimbingan Konseling Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.

Hasibuan J.J.1991. *Proses belajar Mengajar*. Bandung: PT remaja Rosdakarya.

Hurlock, B. Elizabeth. 1993. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga

Lie, Anita. 2003. *Menjadi Orang Tua Bijak 101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia

Lumpkin, Aaron. 2004. *You Can Be Positive, Confidence, And Courageous*. Jakarta : Erlangga

Malahayati. 2010. *Super Teen : Jadi Remaja Luar Biasa Dengan Satu Kebiasaan Efektif*. Yogyakarta : Jogja Bangkit Publisher

Nur Ihsan, Ahmad Juntika. 2005. *Strategi layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : replika Aditama

Nursalim, Muhammad dan Suradi.2002.*Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.

Perry, Martin. 2005. *Confidence Boosters : Pendongkrak kepercayaan Diri*. Jakarta : Erlangga.

Pudjiyogyanti. 1998. *Konsep diri dalam pendidikan*. Jakarta: Carikan

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok: Dasar dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia,

Prayitno. 2004. *Pedoman Bimbingan Kelompok*. Padang: Universitas Padang Press.

- Pribadi, Firman.2012. *Penerapan Bimbingan Kelompok degna tehnik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Minat Siswa dalam Memanfaatkan Layanan Bimbingan dan Koseling Pada Siswa Kelas VIII – D SMP ASSA'ADAH Bunga Gresik*. Skripsi Tidak Diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Rakhmad, Jalaludin. 2009. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rindiani, Tuti.2011. *Bimbingan Kelompok dengan Tehnik Diskusi Kelompok Untuk Membantu Siswa dalam Kemantapan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut Pada Siswa Kelas XI – IPS2 SMA Negeri 1 Mojosari*.Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Dr.Reksoatmodjo, Tedjo N.2007.*Statistika-untuk Psikologi dan Pendidikan*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Romlah, Tatiek. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Univweritas Negeri Malang.
- Siegel, Sidney. 1994. *Statistik Non Parametrik*. Jakarta: PT Gramedia pustaka umum
- Slameto.1998. *Bimbingan Disekolah*.Jakarta : Bina Aksara
- Sugiono. 2002. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut,. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, DK. 1994. *Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suryabrata, Sumadi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sutikno, Agus.1998. *Bimbingan Karir*. Jakarta: PT Intan Pariwara.
- Sobur, Alex. 2010. *Psikologi Umum*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Stewart,T.G.1990. *Some Suggestions for Discussion-group Leaders*. Colorado: Colorado State College
- Tim MKDK. 1991. *Bimbingan dan Penyuluhan*. Surabaya : university Press IKIP. Tim. 2006.*Pedoman Penulisan dan Ujian Skripsi*.Surabaya : UNESA University Press.
- W.S. WInkel dan MM. Srihastuti.2007.*Bimbingan dan Konseling diInstuti Pendidikan*.Yogyakarta : Media Abadi.
- W.S. Winkel. 1985. *Bimbingan Konseling di Sekolah Menengah*.Jakarta : Gramedia.