

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Teori

2.1.1 Kepercayaan Diri

2.1.1.1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain memiliki dorongan prestasi dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Menurut Taylor (dalam Rahmawati, 2011 Halaman 6) rasa percaya diri (self confidence) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari.

Kepercayaan diri bukan merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya kepercayaan diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan. Sejalan dengan loekmono (dalam Rahmawati, 2007 Halaman 8), mengemukakan kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif

terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.

Berdasarkan beberapa para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri (self confidence) merupakan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkannya,dengan keyakinan dan sikap positif yang dimiliki seseorang tentang kemampuan dirinya (kekuatan dan kelemahan).

2.1.1.2 Meningkatkan Sikap percaya Diri

Kepercayaan diri merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia,Banyak sekali ahli mengakui bahwa kepercayaan diri merupakan faktor penting penentu kesuksesan seseorang.

Tidak dapat disangka lagi bahwa untuk mencapai suatu pencapaian dalam hidup manusia membutuhkan kepercayaan diri,namun permasalahannya banyak orang yang tidak memiliki rasa percaya diri meski pandai secara akademik.

Hal ini dikarenakan kepercayaan diri ini bukan sesuatu yang dapat tumbuh dan ada dalam diri seseorang dengan sendirinya,sebagaimana yang dikatakan oleh Afiatin (1998) bahwa kepercayaan diri berkembang melalui interaksi individu dengan lingkungan. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang kondusif akan menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Siswa SMA adalah anak yang sedang menginjak masa remaja karakteristik ini membuat mereka tak lepas dari karakteristik remaja yang memang berada dalam masa-masa sulit,dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan berbagai macam perubahan yang ada dalam diri merka,Hurlock (2000) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikologis yang

dimulai dengan adanya perubahan fisiologis seperti emosional yang mudah tersinggung, bergejolak dan mudah berubah.

Perubahan-perubahan ini terkadang membuat remaja menjadi merasa tidak puas dengan kondisi dirinya dan seringkali menyebabkan mereka jatuh pada keadaan/kondisi tidak percaya diri. Sedangkan Amin (2010) menyatakan bahwa anak-anak pada tingkat sekolah menengah akhir (remaja) adalah anak-anak yang sedang mengalami pubertas dimana pada masa itu dimulai timbulnya masa stormin dan drag (guncangan batin) mereka sangat memerlukan tempat perlindungan jiwa yang mampu memberikan pengarah positif untuk perkembangan hidup selanjutnya.

Oleh karena itu untuk mengarahkan mereka agar tidak terjerumus dalam krisis batin seperti ketidakpercayaan diri harus dilakukan upaya untuk membangun kekuatan psikologisnya agar mereka tumbuh dan berkembang dengan percaya diri untuk menyongsong masa depan.

Yusuf Nurihsan (2005) menyatakan salah satu masalah yang sering dihadapi oleh remaja/siswa di sekolah dan perlu menjadi perhatian guru pembimbing adalah perasaan rendah diri atau inferioritas. Inferioritas ini dapat diartikan sebagai perasaan atau sikap yang umumnya tidak disadari yang berasal dari kekurangan diri, baik secara nyata maupun maya (imajinasi).

Inferioritas atau rasa tidak percaya diri ini menimbulkan 4 gejala gejala atau sikap dan perilaku berikut.

1. Peka (merasa tidak senang) terhadap kritikan orang lain
2. Sangat senang terhadap pujian atau penghargaan

3. Senang mengkritik atau mencela orang lain
4. Kurang senang berkompetensi
5. Cenderung senang menyendiri, pemalu dan penakut sedangkan menurut slavin (2010) di sekolah anak-anak yang tidak percaya diri tampak dari sikap mereka yang pasif, tidak berani tampil di depan umum, tidak yakin dengan hasil pekerjaannya sendiri dan tidak melakukan sesuatu yang baru/kurang berani.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku percaya diri adalah karakter kepribadian yang penting dan harus dimiliki oleh setiap anak, sebagai salah satu bekal dalam mengatasi masalah dan untuk mencapai berbagai keinginan di masa depannya.

Kepercayaan diri ini akan dimiliki konsep yang diri yang positif, konsep diri positif akan membentuk harga diri positif dan akhirnya anak akan memiliki kepercayaan pada diri sendiri dan kemampuannya. Selain konsep diri kepercayaan diri ini dipengaruhi juga oleh kecerdasan intrapersonal anak.

2.1.1.3.1. Ciri-Ciri Kepercayaan diri

Ciri-ciri seseorang yang mempunyai kepercayaan diri, yaitu :

1. Memiliki kemampuan diri
2. Berfikir positif, yaitu menyadari dan mengetahui bahwa dirinya memiliki kekuatan untuk mengatasi rintangan
3. Mandiri, sikap tidak bertanggung jawab pada orang lain dan melakukan sesuatu yang berdasarkan kemampuan yang dimiliki

4. Optimis, yaitu selalu memandang masa depan dengan harapan yang baik.
5. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri
6. Bersikap tenang yaitu tidak cemas atau gugup dalam menghadapi situasi tertentu
7. Mampu bersosialisasi dengan orang lain

Teori Lausher (dalam sayondari, 2003) tentang kepercayaan diri mengemukakan ciri-ciri yang percaya diri, yaitu:

1. Percaya pada kemampuan sendiri yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut.
2. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakinkan tindakan yang diambil.
3. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri yaitu adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukannya akan menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depan
4. Berani mengungkapkan pendapat adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada

orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengakuan tersebut.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri adalah percaya akan kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki sikap positif pada diri sendiri dan berani mengungkapkan pendapat didepan umum.

A. Faktor –faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Menurut Anthony (dalam sayondari, 1992 : 6) kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal

1. Faktor internal

Yang termasuk dalam faktor internal yaitu:

a. Konsep diri :

Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri. seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif, sebaliknya orang yang mempunyai kepercayaan diri akan memiliki konsep diri yang positif.

b. Harga Diri :

Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan remaja lain. Peran yang mempunyai harga diri tinggi cenderung

melihat dirinya sebagai remaja yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri. Akan tetapi orang yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.

c. Kondisi fisik :

perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

d. Pengalaman hidup :

mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan, yang paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Lebih-lebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

2. Faktor eksternal

- a. Pendidikan : pendidikan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang lebih lanjut mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat remaja merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya remaja yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada remaja lain. Remaja tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan

kepercayaan diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

- b. Lingkungan dan pengalaman hidup: Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancar harga diri berkembang.

Angelis (dalam sari, 2002 : 58-59 Halaman 4), mengemukakan kepercayaan diri ada tiga jenis yang perlu dikembangkan yaitu :

1. Kepercayaan diri dalam tingkah laku, kepercayaan diri yang berkenaan dengan tingkah adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas, baik tugas-tugas yang paling sederhana Hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
2. Kepercayaan Diri Emosional, Kepercayaan diri yang berkenaan dengan emosi adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap emosi.
3. Kepercayaan diri spritual, Kepercayaan diri yang berkenaan dengan spritual adalah kepercayaan diri yang terpenting. Tanpa kepercayaan diri spritual tidak mungkin kita dapat mengembangkan kedua jenis kepercayaan diri lainnya yang bersifat tingkah laku maupun yang bersifat emosional.

2.2.1 Perkembangan Masa percaya Diri

2.2.1.1.Masa Percaya Diri

Pada masa usia 16-18 tahun proses pencarian identitas diri masih berlanjut pada beberapa anak.,sedangkan pada beberapa anak yang lain,proses ini sudah mulai mengarah pada suatu pencapaian,yakni proses penemuan identitas, jika anak sudah mulai menemukan identitasnya,jika anak sudah mulai menemukan identitasnya dia akan memasuki tahap dini proses pendewasaannya.pada masa ini,Menurut (Erikson),dia mengalami tarik ulur antara kebutuhan mengembangkan hubungan yang intim dengan orang lain atau perasaan ketersaingan.jika orang muda bisa membentuk persahabatan yang sehat dan relasi yang hangat dengan orang lain,dia akan merasakan keintiman jika tidak akan merasakan keintiman jika tidak,dia akan merasa terasing dan sendiri.

Manusia pada dasarnya makhluk sosial artinya manusia selalu mengadakan interaksi dengan lingkungan untuk memenuhi berbagai kebutuhannya.

Individu selalu berusaha mencapai hubungan yang harmonis dengan lingkungan manusia juga dituntut untuk mampu mengatasi segala masalah yang timbul sebagai akibat interaksi dengan lingkungan sosial dan harus mampu menampilkan diri sesuai dengan norma atau aturan yang berlaku manusia sebagai pribadi yang unik memiliki perbedaan karakteristik antara individu yang satu dengan individu yang lain.

Saat konseli memasuki masa remaja terkadang konseli mengalami berbagai masalah yang ada karena terjadi perubahan fisik,psikis,dan juga lingkungan sosial.

Remaja berasal dari kata latin adolensence yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa, istilah adolensence mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan emosiaona Sosial dan fisik.

Pada masa anak akan menyelesaikan sekolah lanjut tingkat pertama.Dia punya pilihan untuk melanjutkan ke sekolah menengah atas (SMA) atau sekolah menengah kejuruan (SMK) sesuai dengan kemampuan dan minatnya.

a. Perkembangan Kognitif

Anak muda mulai mempersiapkan diri menjadi manusia dewasa pola pikirnya sudah mempunyai orang dewasa,dia menyukai permasalahan kompleks yang menantang nya berfikir dan bisa memahami pemikiran yang abstrak dan teoritis.

b. Perkembangan Sosial

Anak muda merasakan kebutuhan untuk menjalin persahabatan dengan satu atau dua orang yang cocok dalam hal krakter,hoby dan pandangan masa depan mempunyai dorongan-dorongan untuk membentuk persahabatan dengan teman lawan jenis yang cocok dan melanjutkan relasi ini dalam tingkatan ber-pacaran.

c. Perkembangan Moral

Pengaruh teman sebaya seharusnya sudah mulai berkurang sudah mulai bisa berfikir untuk dirinya sendiri mana yang baik dan mana yang tidak baik.

2.2.1.2 Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri siswa

A. Rencanakan Masa Depan

Ketika anak sudah mencapai penyelesaian dari proses pencarian jati diri anak mulai menemukan identitasnya, dia akan mulai berfikir mengenai masa depannya. Beberapa anak sudah mempunyai target-target untuk masa depannya bahkan sudah merasakan panggilan hidup mereka orang tua perlu memahami permasalahan anak agar bisa membantu dan mendorong mereka dalam pencapaian tujuan-tujuan masa depan.

Caranya :

- a. Sisihkan waktu untuk anak mendiskusikan dan merencanakan masa depan anak.
- b. Bicarakan mengenai keinginan-keinginan, tujuan hidupnya dan keawatirannya.
- c. Arahkan anak untuk menggali diri sendiri, apa yang anak cari anak butuhkan kemana akan pergi
- d. Dengarkan dia
- e. Pahami juga perasaan-perasaan bersifat negatif sehubungan dengan masa depannya kecemasan, ketakutan akan kegagalan kekhawatiran dan sebagainya.

B. Bimbingan Anak Dalam Perencanaan Masa Depan

Anak sedang menjalani pendidikan menengah sebagai persiapan untuk tingkatan yang lebih tinggi setelah pendidikan menengah, anak bisa memilih untuk merintis karir atau melanjutkan studi ke perguruan tinggi. tentunya setiap pilihan perlu dipertimbangkan.

Nampaknya memang kelulusan pendidikan tinggi semakin menjadi persyaratan minimal makin banyak saja para lulusan sekolah menengah (SMA) yang berlomba-lomba untuk melanjutkan studi perguruan tinggi namun tidak semua orang harus mengikuti jalur yang sama.

Caranya :

- a. Diskusikan semua keputusan yang jadi bahan pertimbangan
- b. Dorongan keputusan yang sudah dipertimbangkan anak
- c. Bimbingan anak dalam setiap langkah anak yang sudah menjadi keputusannya.

C. Bantu Anak Pencapaian Target Masa depan

Guru atau orang tua tidak perlu menarik garis antara membantu dengan mengambil alih tanggung jawab siswa. dengan kata lain membantu tidak sama artinya dengan mengerjakannya untuk anak guru atau orang tua bisa membantu siswa dengan mendorong dan memberinya semangat.

Caranya :

- a. Tanyakan apakah dia sudah memikirkan strategi dan cara dalam mencapai target masa depannya
- b. Mintalah untuk menuliskan atau sekedar mencorat-coret dia akan bisa membantu visualisasi dari target tersebut beserta strateginya dan membuat menjadi lebih nyata.
- c. Ajak dia untuk melihat dan mengenali kemungkinan-kemungkinan dalam mencapai target masa depannya.
- d. Pertajam kemungkinan-kemungkinan tersebut dan fokuskan menjadi strategi

- e. Mintalah siswa untuk melusikan strategi

D. Hargai Pilihannya

Guru hanya perlu mengarahkan dan membimbing siswa agar siswa bisa membuat pilihan yang bertanggung jawab.

Caranya:

- a. Diskusikan masa depan anak
- b. Jika pilihannya tidak baik, berikan pertimbangan tapi jangan paksa kehendaknya
- c. Pertimbangan tidak harus keluar dari lisan sendiri bisa membilangkan ke orang terdekat dari anak
- d. Hanya perlu mengingatkan agar konsisten dan bertanggung jawab atas pilihannya.
- e. Terimalah kenyataan bahwa anak telah berhasil

E. Dorongan Untuk Menjalin Persahabatan Yang Sehat

Siswa lebih suka berkelompok bersama banyak teman dan sangat dipengaruhi oleh kelompoknya. Pada masa ini, anak muda cenderung lebih menyukai persahabatan yang lebih dekat hanya dengan tidak perlu banyak orang.

Caranya :

- a. Kenali teman-teman dekatnya. Beri perhatian sewajarnya pada teman-teman dekatnya.
- b. Tanyakan apakah anak bisa merasakan hal yang sama dengan dekat anda seperti dengan sahabatnya.

2.2.1.1.3 Bimbingan Kelompok

2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan dengan pendekatan kelompok dalam bimbingan dan konseling merupakan bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang memerlukan suasana kelompok, yaitu antar hubungan dari semua orang yang terlibat.

Menurut Prayitno (1995:61 Halaman 20) bahwa “Bimbingan Kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok.

Kelompok yang baik ditumbuhkan melalui dinamika kelompoknya sendiri oleh anggota-anggotanya tetapi juga sebaliknya kelompok yang baik dapat membentuk anggota menjadi anggota kelompok yang baik.

Dinamika kelompok sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok, artinya merupakan pengarahan secara serentak semua faktor yang dapat di kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok.

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah perkembangannya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa).

Bimbingan dan Kelompok membahas dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah kepercayaan diri.

Mereka memperoleh berbagai bahan dari guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai

pelajar, anggota, keluarga dan masyarakat serta dapat dipergunakan sebagai acuan mengambil keputusan.

Dalam Layanan tersebut, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut dan mengembangkan langkah-langkah bersama menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok.

Terbentuknya berbagai kelompok dalam kehidupan manusia merupakan wujud dari hakikat kemanusiaan, manusia adalah makhluk sosial yang tak mungkin dapat hidup berkembang secara layak apabila ia hidup sendiri dan menyadari.

Oleh karena itu manusia selalu berusaha hidup dalam kumpulan kebersamaan serta membentuk kelompok-kelompok.

Kelompok pada dasarnya didukung dan terbentuk melalui sejumlah orang lebih dari satu orang bahkan jumlah puluhan, ratusan.

Bimbingan kelompok sering diartikan secara sempit dan sederhana, yang justru tidak terkait dengan makna dan tujuan bimbingan dan konseling yang sederhananya beberapa kesalahan pemahaman masih hidup diantara mereka yang bergerak dalam bidang bimbingan dan konseling.

Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat dan mandiri., misalnya membina kerukunan yang tadinya kecil menjadi suatu kelompok yang besar dan kuat dari strategi memang benar bahwa di sekolah perlu dibentuk kelompok-kelompok siswa supaya meningkatkan percaya diri dalam diri siswa untuk tujuan tertentu.

Bimbingan kelompok sebagai salah satu layanan bimbingan dan konseling membimbing suatu kelompok atau bimbingan terhadap kelompok tidak sama dengan bimbingan kelompok yang berarti memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok lebih merupakan suatu upaya bimbingan dan kelompok lebih merupakan suatu upaya bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok.

Bimbingan kelompok dianggap sebagai kegiatan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok siswa yang mengalami masalah yang sama dialami siswa lebih dari satu siswa. Bimbingan kelompok difokuskan pada pemberian informasi kepada sekelompok individu (siswa). Pandangan ini memang banyak dianut para ahli bimbingan dan konseling bahkan gazda yang mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.

Dianggap sebagai pembenaran atas pendapat tersebut pandangan ini amat berdekatan dengan tidak mempersoalkan pengembangan dan pengendalian dinamika kelompok dalam kelompok-kelompok yang terbentuk sebagai wadah pemberian informasi. Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok dimanfaatkan untuk mencapai tujuan bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok .

Dalam Bimbingan kelompok dan konseling kelompok dinamika kelompok dengan sengaja ditumbuh kembangkan yang semulanya masih sangat lemah atau belum ada sama sekali ditumbuh kembangkan mencapai tujuan-tujuan bimbingan

dan konseling. Bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok

Sukardi (2002 : 48 Halaman 72) menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai siswa mempertimbangkan pengambilan keputusan.

Berdasarkan ahli di atas dapat disimpulkan bimbingan kelompok merupakan suatu cara pemberian bantuan yang diberikan kepada individu mencegah berkembangnya masalah yang ada pada diri konseli (siswa) yang membahas berbagai informasi dan hal-hal yang berguna untuk memperbaiki pemahaman diri dan mendapat pemecahan diri masalah individu.

2.1.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Saling hubungan antara anggota kelompok sangatlah diutamakan, dalam saling hubungan yang dinamis antara anggota kelompok masing-masing anggota itu berkepentingan untuk bergaulat dengan suasana antar hubungan itu sendiri, khususnya suasana perasaan baik diterima atau ditolak, rasa cinta dan benci, rasa berani dan takut, dan sebagainya yang semuanya itu menyangkut sikap, reaksi dan tanggapan para anggota yang berdasarkan keterlibatan dalam hubungan mereka dalam kelompok.

Secara umum tujuan bimbingan kelompok untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususya meningkatkan sikap percaya diri siswa dan mengurangi sikap kurang percaya diri pada siswa melalui kondisi dan proses

berperasa, berfikir dan bersosialisasi dan sikap dapat dikembangkan (Prayitno,2004:2).

Kesuksesan Layanan Bimbingan kelompok sangat dipengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam layanan kelompok yang diselenggarakan.

Tujuan Bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (2004:2-3) adalah sebagai berikut:

Tujuan Umum

Tujuan Umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok melalui layanan bimbingan kelompok yang mengganggu atau menghimpit perasaan, bimbingan kelompok juga membantu permasalahan klien.

Tujuan Khusus

Membahas dinamika kelompok intensif pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, wawasan dan sikap yang menunjang tingkah laku yang lebih efektif.

untuk melatih siswa dalam mengembangkan kemampuan bersosialisasi, dan mewujudkan tingkah laku yang efektif serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.

Menurut Prayitno (1995:61 Halaman 71) Menyebutkan Bimbingan dan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok.

berwawasan yang terarah, luwes dan luas serta dinamis, maka kemampuan berkomunikasi bersosialisasi dan bersikap dapat dikembangkan (Prayitno,2004:2)

Dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk pengembangan berkomunikasi, sosialisasi, perasaan, pikiran, persepsi wawasan dan sikap siswa agar mereka memiliki sikap pandangan sendiri terhadap suatu masalah dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk mempelajari hal-hal yang berguna bagi dirinya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, dan sosial.

2.1.2.2 Manfaat Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1997:83 Halaman 10) manfaat dan pentingnya bimbingan kelompok perlu mendapat penekanan yang seksama melalui bimbingan kelompok siswa:

- a. Diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya. Pendapat mereka itu boleh jadi bermacam-macam, ada yang positif dan ada yang negatif.
- b. Memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan laus tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
- c. Menimbulkan sikap positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang bersangkutan dengan hal-hal yang mereka bicarakan di dalam kelompok.
- d. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik.
- e. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula.

Dapat melatih siswa untuk dapat hidup secara berkelompok dan menumbuhkan kerjasama antara siswa dalam mengatasi masalah, melatih siswa untuk mengemukakan pendapat dan menghargai pendapat orang lain dan meningkatkan kemampuan siswa untuk berkomunikasi dengan teman sebaya dan pembimbing.

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2008 : 67 Halaman 20) yaitu:

- a. Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya.
- b. Memiliki pemahaman yang objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal mereka bicarakan.
- c. Menimbulkan sikap positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
- d. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.
- e. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka program semula.

Apabila manfaat bimbingan kelompok dapat ditumbuh kembangkan, maka bimbingan kelompok akan sangat efektif bukan saja bagi perkembangan pribadi masing-masing anggota kelompok, tetapi bagi keselamatan lingkungan dan masyarakat. Kemanfaatan bimbingan kelompok dapat menjangkau sasaran yang lebih besar daripada layanan bimbingan dan konseling lain yang bersifat perorangan.

2.1.2.3 Jenis-jenis Bimbingan Kelompok

Menurut Tohrin (Dalam Damayanti,2012:43 Halaman 23) teknik bimbingan kelompok berbagi menjadi beberapa yakni :

a. Home Room

Home room dilakukan di luar jam pelajaran dengan menciptakan kondisi sekolah atau kelas seperti rumah sehingga tercipta kondisi yang bebas dan menyenangkan

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana siswa memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama setiap siswa memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pikiran masing-masing dalam memecahkan masalah.

c. Organisasi siswa

Organisasi siswa khususnya dilingkungan sekolah dan madrasah dapat menjadi salah satu teknik dalam bimbingan kelompok.

d. Kegiatan Kelompok

Kegiatan kelompok dapat menjadi suatu teknik yang baik dalam bimbingan,karena kelompok dapat memberikan kesempatan pada individu (para siswa) untuk berpartisipasi secara baik.

e. Psikodrama

Psikodrama dapat digunakan sebagai salah satu cara bimbingan kelompok untuk membantu memecahkan masalah siswa melalui drama,masalahnya yang dramakan masalah-masalah sosial.

f. Sosiodrama

Sosiodrama dapat digunakan sebagai salah satu cara bimbingan kelompok untuk membantu pemecahan masalah siswa melalui drama. masalah yang di dramakan adalah sosial.

g. Pengajaran Remedial

Pengajaran remedial merupakan suatu bentuk pembelajaran yang diberikan kepada seorang atau beberapa orang siswa untuk membantu kesulitan belajar yang dihadapinya, pengajaran remedial merupakan salah satu teknik pemberian bimbingan yang dapat dilakukan secara individu maupu secara kelompok tergantung kesulitan belajar yang dihadapi siswa.

2.2.2.3 Persiapan Dan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Penyelenggaraan Layanan Bimbingan kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai dari langkah awal sampai dengan evaluasi dan tindak lanjutnya.

Langkah Awal

Langkah atau tahap awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para siswa yang lebih rinci lagi dengan penjelasan tentang pengertian tujuan dan kegunaan secara umum layanan tersebut setelah penjelasan ini alangkah baiknya kalau dapat menghasilkan kelompok-kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat

untuk menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok atau konseling kelompok yang sebenarnya.

Guru pembimbing yang mempunyai siswa asuh sebanyak 150 orang dapat membagi siswa asuhnya ikut ke dalam kelompok yang masing-masing beranggotakan 5-10 orang. Dengan demikian akan terbentuk 10 sampai 15 anggota kelompok yang masing-masing akan menjadi wadah, sasaran dan sekaligus aktor dalam menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling kelompok.

A. Perencanaan Kegiatan

Bagi Guru pembimbing di sekolah, pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok mengikuti lima urutan kegiatan yaitu:

1. Perencanaan
2. Pelaksanaan
3. Evaluasi
4. Analisis hasil evaluasi
5. Tindak lanjut. Perencanaan kegiatan layanan meliputi penetapan:
 1. Materi Layanan
 2. Tujuan yang ingin dicapai, yaitu tujuan bimbingan kelompok
 3. Sasaran kegiatan, yaitu kelompok dimaksudkan
 4. Bahan atau sumber
 5. Rencana penilaian dan
 6. Waktu dan tempat.

apabila telah mengenal siswa-siswa yang akan menjadi peserta kelompok, pembimbing dapat terlebih dahulu lebih mendalami pengenalan itu melalui himpunan data yang tersedia.

Kegiatan yang telah direncanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui

B. Persiapan Menyeluruh

Persiapan untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok meliputi.

1. Persiapan fisik :Tempat dan kelengkapannya
2. Persiapan bahan –khususnya untuk ‘kelompok tugas
3. Persiapan Keseluruhan

C. Persiapan Keterampilan

Mengenai persiapan keterampilan, untuk penyelenggaraan bimbingan kelompok diharapkan mampu melaksanakan teknik-teknik.

1. Teknik Umum :

- a. Tiga M, yaitu mendengar dengan baik, memahami secara penuh, dan merespon secara tepat dan positif.
- b. Dorongan minimal
- c. Penguatan
- d. Keruntutan

2. Keterampilan memberikan tanggapan

- a. Mengenal perasaan tanggapan
- b. Mengungkapkan perasaan peserta
- c. Merefleksikan

3. Keterampilan memberikan pengarahan

- a. Memberikan pengarahan
- b. Memberikan nasihat
- c. Bertanya secara langsung dan terbuka
- d. Mempengaruhi dan mengajak
- e. Menggunakan contoh pribadi
- f. Memberikan penafsiran
- g. Memberitahukan
- h. Mengupas masalah
- i. Menyimpulkan.

D. Asas Kerahasian

Suatu hal lagi yang perlu dipersiapkan oleh pembimbing ialah keterampilan memantapkan asas kerahasian kepada seluruh peserta. Hal ini terasa lebih penting lagi dalam konseling kelompok yang akan memunculkan dan membahas masalah-masalah pribadi untuk itu harus diyakini oleh seluruh peserta bahwa ia adalah tokoh yang diyakini oleh seluruh peserta benar-benar mampu dengan seteguh-teguh melaksanakan asas kerahasian itu dihadapan para peserta.

Saya sebagai guru pembimbing menyatakan bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menyimpan, menjaga dan merahasiakan segala data atau keterangan yang saya terima, baik dari klien saya atau dari siapa pun juga,

Kalimat” asas kerahasian” itu diucapkan dengan lembut tetapi tegas sehingga mencerminkan keteguhan dan keikhlasan hati orang yang mengucapkan. Jika dirasa perlu, seluruh peserta diminta mengucapkan kalimat itu bersama-sama

mengingat bahwa seluruh peserta itu pun harus melaksanakan asas kerahasiaan sebagaimana guru pembimbing/konselor.

Pertemuan I

Pada pertemuan kelompok yang pertama kali, biasanya tahap I memerlukan waktu yang cukup panjang. Pada tahap ini para peserta yang baru pertama bertemu itu benar-benar dibentuk menjadi kelompok yang cukup solid sehingga dinamika kelompok yang berkembang diantara mereka, selanjutnya akan dimanfaatkan untuk mencapai tujuan-tujuan Bimbingan dan Konseling. Untuk itu diperlukan waktu yang berapapun lama waktu yang dipergunakan kegiatan.

Pertemuan II

Merupakan jembatan antara Pertemuan I dan Pertemuan III. Berapa lama Pertemuan II berlangsung banyak tergantung pada keberhasilan Pertemuan I. Apabila pertemuan I sudah berhasil dengan baik, Pertemuan II sering kali hanya sekedar mengulangi dan memantapkan penjelasan tentang beberapa aspek pokok yang ada dalam pertemuan II (Terutama tentang sifat topik atau masalah yang akan dibahas dan peran serta segenap anggota dalam membahas masalah atau topik-topik). Sebaliknya apabila Pertemuan I kurang mantap boleh jadi dalam Pertemuan II akan timbul ketidakseimbangan ini terjadi barangkali pemimpin kelompok perlu kembali kepada aspek-aspek penting tertentu pada Pertemuan I.

Pertemuan III

Merupakan inti dari keseluruhan kegiatan layanan Bimbingan dan Kelompok, tahap ini sering kali disebut juga tahap kerja dari tahap inilah akan diperoleh hasil-hasil yang diharapkan, yaitu mengembangkan pribadi dan perolehan kerja yang mencakup aspek-aspek kognitif, afektif, konatif dan berbagai

pengalaman serta alternatif pemecahan masalah. dalam tahap inilah seluruh peserta benar-benar diminta untuk bekerja mengembangkan.

pikiran, memberikan sokongan dan dorongan, bertanya dan akan memberikan penjelasan koreksi dan usul bahkan memberikan nasehat dan alternatif jalan keluar untuk pemecahan suatu masalah dan pada jumlah topik masalah yang dibahas apabila para peserta sangat antusias dalam kegiatan pada Pertemuan III ini, biasanya para peserta meminta agar lebih banyak topik atau masalah dapat dibahas dalam pertemuan mereka.

Pertemuan IV

Merupakan antiklimaks dari seluruh kegiatan pada ini kegiatan menyusut semangat yang tadinya pada Pertemuan III menggebu-gebu sekarang mengendor segala sesuatu menuju kepada pengakhiran kegiatan. pada tahap ini pemimpin kelompok meminta kesan-kesan dari para peserta dan akhirnya kesan-kesan ini dikaitkan dengan kemungkinan pertemuan berikutnya usul-usul peserta yang menghendaki segera adanya pertemuan lagi, apalagi kalau pertemuan kembali itu dikehendaki supaya lebih cepat, menunjukkan betapa kegiatan Bimbingan Kelompok telah membuahkan sesuatu berharga bagi peserta yang bersangkutan.

Penilaian kegiatan Bimbingan Kelompok tidak ditujukan kepada “hasil belajar” yang berupa penguasaan pengetahuan ataupun keterampilan yang diperoleh para peserta melainkan diorientasikan kepada perkembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan oleh mereka berguna, Peserta diminta mengungkapkan sampai berapa jauh kegiatan kelompok telah membantunya memecahkan masalah yang dideritanya.

Penilaian terhadap kegiatan Bimbingan Kelompok dapat dilakukan secara tertulis baik melalui esai,daftar cek,maupun daftar isian sederhana secara tertulis para peserta diminta

mengungkapkan perasaannya,pendapatnya,harapannya,minat dan sikap terhadap berbagai hal baik yang telah dilakukan selama kegiatan serupa selanjutnya

Lebih jauh penilaian terhadap layanan tersebut lebih bersifat penilaian “dalam proses” yang dapat dilakukan melalui:

1. Mengamati partisipasi dan aktivitas peserta selama kegiatan berlangsung
2. Mengungkapkan pemahaman peserta atau materi yang dibahas
3. Mengungkapkan kegunaan layanan bagi mereka,dan perolehan mereka sebagai hasil dari keikutsertaan mereka.
4. Mengungkapkan minat dan sikap mereka tentang kemungkinan kegiatan lanjutan.
5. Mengungkapkan kelancaran proses dan suasana penyelenggaraan layanan.

Hasil penilaian tersebut berupa deskripsi yang menyangkut aspek-aspek proses dan isi penyelenggaraan Bimbingan Kelompok baik yang menyangkut penyelenggaraannya itu sendiri maupun pribadi-pribadi pesertanya

2.1.1.1 Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving

Teknik problem solving sama dengan metode problem instrinstik,problem solving instrinstik,merupakan pemecahan masalah yang didasari atas tuntutan dan keinginan peserta didiksendiri,meskipun

yang dilakukan pengajaran untuk kemudian dipecahkan untuk peserta didik.

Tujuan yang akan dicapai dari kegiatan pemecahan masalah sesuai dengan masalah yang dihadapi siswa yaitu:

1. Memancing siswa untuk menemukan pengetahuan
2. Peserta didik diharuskan berfikir kritis
3. Belajar keterampilan memecahkan masalah

A. Langkah –langkah teknik Problem Solving

Pelaksanaan problem solving langkah-langkah menggunakan Tool RCA untuk menemukan akar penyebab masalah :

1. Identifikasi masalah

Masalah apa yang sedang terjadi saat ini?

Jelaskan gejala masalah yang timbul secara jelas yang menandakan terjadinya masalah ?

2. Kumpulan Data

Memiliki bukti yang menyatakan bahwa masalah memang benar ada ?

Sudah ada masalah itu dan belum terpecahkan

Adanya dampak adanya masalah.

3. Identifikasi penyebab yang mungkin

Jelaskan urutan kejadian yang mengarah kepada masalah

Pada kondisi seperti apa masalah tersebut terjadi

4. Identifikasi akar masalah(Root Cause)

Faktor kausal tersebut ada?

Alasan apa yang benar menjadi dasar kemunculan masalah?

5. Ajukan dan Implementasi solusi

Yang bisa dilakukan untuk mencegah masalah kembali ?

Solusi yang telah dijalankan?

Siapa yang akan bertanggung jawab dalam implementasi solusi?

Resiko yang harus ditanggung.

2.2.1 Kerangka Hipotesis

Kepercayaan diri merupakan suatu aspek psikologis individu yang perlu ditumbuhkan dalam setiap individu. setiap individu mempunyai kemampuan dalam menumbuhkan rasa percaya diri. kepercayaan diri dapat membantu kita dalam melakukan berbagai aktivitas seperti: perilaku yang gugup, pemalu, serta cemas berlebihan akan memberikan kesan yang buruk bagi pihak-pihak yang menjadi lawan bicara. dan percaya diri sangat berpengaruh dalam bersosial berdasarkan kenyataan yang ada remaja sekarang sangat kurang percaya diri ini kemudian menyebar ke hal-hal yang lain, misalnya malu untuk berhubungan dengan orang lain, tidak percaya diri untuk tampil dimuka umum, menarik diri, pendiam, malas bergaul dengan lawan jenis atau bahkan menjadi seorang yang pemarah, sinis dan sebagainya terdapat beberapa faktor kepercayaan diri yaitu: konsep diri, kondisi fisik, pengalaman hidup, dan lingkungan pendidikan lingkungan sekolah menjadi salah tempat sebagai saran menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam bersosialisasi seharusnya sekolah maupun menumbuhkan rasa percaya diri siswa dalam meningkatkan percaya diri siswa.

Sekolah sebagai pendidikan yang tidak hanya sebagai tempat mengembangkan aspek akademis tetapi juga aspek kognitif,seharusnya menyadari akan pentingnya rasa percaya bagi siswa.Dengan ini diharapkan peran guru bimbingan yang tepat,agar siswa tadinya kurang percaya diri menjadi mampu bertambahnya rasa percaya diri.

Dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan *teknik problem solving* diharapkan individu pertama-tama terlebih dahulu dapat menumbuhkan rasa percaya diri siswa dengan

cara efektif.setelah itu individu mencoba untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam bersosialisasi.

Selanjutnya diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* dengan beberapa kali diharapkan ada peningkatan rasa percaya diri siswa dapat mengurangi rasa kurang percaya diri siswa sehingga dapat mengerti,memahami,dan menerima diri sendiri dan lingkungan objektif,positif,dan dinamis,maupun menjalin kehidupan penuh keyakinan di dalam lingkungan

2.2.2 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pembahasan masalah rumusan masalah terdahulu maka hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini ialah :’pengaruh layanan bimbingan kelompok *teknik problem solving* dalam meningkatkan sikap percaya diri siswa SMA NEGERI 16 MEDAN.