

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN RASA PERCAYA DIRI DAN KETERAMPILAN MENYELESAIKAN MASALAH DI SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 KOTA TEBING TINGGI

Fathul Jannah Rangkuti*, Lahmuddin, Syaukani*****

*Mahasiswi Program Studi Pendidikan Islam, Pascasarjana UIN Sumatera Utara

**Prof. Dr., M.Ed Co Author Dosen Pascasarjana UIN Sumatera Utara

***Dr., M.Ed Co Author Dosen Pascasarjana UIN Sumatera Utara

Abstract: The research aimed to know the influence of group counseling service to improve self-confidence and problem solving skill of Senior High School State 1 Students in Tebing Tinggi. This is quantitative research with experimental characteristic or quasi experimental design and used one group pre-test and post-test method. Populations in this research are 10 grade students at Senior High School State 1 Tebing Tinggi and sample in this research chose with cluster sampling method. From that sample method, researcher chose X Science 3 and X Sosial 2 as samples. In this research, data collection mean used questionnaire for self-confidence variable (Y_1) and PTSDL Instrument for Reveals Problem series Senior High School format for problem solving skill variable (Y_2). Data analysis technique used wilcoxon test and friedman test with SPSS version 20.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah pada siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan pendekatan *quasi eksperimental design* dan menggunakan metode *two group pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi yang berjumlah 249 orang dan sampel penelitian dipilih dengan menggunakan metode *cluster sampling* sehingga diperoleh kelas X IPA 3 dan X IPS 2. Dalam penelitian ini instrumen pengumpulan data menggunakan angket untuk variabel rasa percaya diri (Y_1) dan Alat Ungkap Masalah (AUM) seri PTSDL format SMA untuk variabel keterampilan menyelesaikan masalah (Y_2). Teknik analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *friedman* dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.

Kata kunci: Layanan Bimbingan Kelompok, Rasa Percaya Diri, Keterampilan Menyelesaikan Masalah

PENDAHULUAN

Pelaksanaan konseling di sekolah merupakan bagian integral dari upaya pendidikan yang berperan aktif untuk mencerdaskan kehidupan bangsa. Setiap manusia pada dasarnya memiliki berbagai permasalahan dalam dirinya, baik yang dapat diselesaikannya sendiri ataupun dengan mendapat bantuan orang lain. Dalam menyikapi permasalahannya, seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan menyadari kemampuan yang ada pada dirinya, mengetahui dan menyadari bahwa dirinya memiliki bakat, keterampilan atau keahlian sehingga orang tersebut akan bertindak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya. Percaya diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun yang harus dikerjakan sampai tujuan yang ia inginkan tercapai. Tekad untuk melakukan sesuatu tersebut diikuti dengan rasa keyakinan bahwa ia memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Siswa yang memiliki percaya diri dalam segala kegiatannya akan mampu mengetahui kelebihan yang dimilikinya, karena siswa tersebut menyadari bahwa segala kelebihan yang dimiliki, jika tidak dikembangkan, maka tidak akan ada artinya, akan tetapi kalau kelebihan yang dimilikinya mampu dikembangkan dengan optimal maka akan mendatangkan kepuasan sehingga akan menumbuhkan rasa percaya diri. Adapun gambaran merasa puas terhadap dirinya adalah orang yang merasa mengetahui dan mengakui terhadap keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu menunjukkan keberhasilan yang dicapai dalam kehidupan sosial.

Keterampilan menyelesaikan masalah bagi siswa di sekolah yang masih kurang mendapatkan perhatian, menjadi isu penting yang perlu segera dipecahkan oleh konselor. Pada kenyataannya, program sekolah lebih mementingkan pengembangan prestasi siswa daripada pengembangan program yang sifatnya membentuk sikap dan *soft skill* siswa. Hal ini senada dengan apa yang diungkapkan oleh Stenberg bahwa kebanyakan program sekolah terlalu memusatkan perhatian pada tugas-tugas penalaran formal dan kurang mementingkan keterampilan berpikir kritis yang diperlukan sehari-hari. Kemudian, peran guru sebagai tenaga pendidik utama yang mensinergikan keterampilan menyelesaikan masalah dengan matapelajaran tertentu juga masih sebatas teknik menyelesaikan masalah ilmu pengetahuan.

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok.¹ Bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Sedangkan konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk layanan konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar.² Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.³ Layanan bimbingan kelompok ini lebih efisien untuk menangani masalah yang dihadapi oleh siswa pada tahap perkembangan remaja.

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kota Tebing Tinggi merupakan salah satu dari empat sekolah menengah atas negeri yang terdapat di kota ini. Salah satu faktor yang menyebabkan peneliti memilih sekolah ini adalah latar belakang sekolah yang telah memiliki beberapa guru konseling di sekolahnya bahkan konseling telah dijadikan salah satu mata pelajaran yang diwajibkan diikuti oleh peserta didiknya. Namun pelayanan konseling masih belum maksimal diterapkan di sekolah ini karena beberapa alasan.

Kenyataan seperti di atas pada dasarnya bertolakbelakang dengan tujuan konseling tersebut diadakan. Tujuan diadakannya bimbingan konseling adalah untuk meningkatkan iman dan ikhsan konseli yang dibimbing hingga menjadi pribadi yang utuh. Pengembalian tujuan dan fungsi konseling yang sebenarnya tidak bisa dilakukan dengan mudah ibarat membalikkan telapak tangan, tetapi harus bertahap agar bisa tertanam menjadi satu kebiasaan. Tahap paling awal dilakukan adalah perubahan pola pikir yang selama ini masih terbatas oleh beberapa hal yang bertolakbelakang satu sama lainnya.

Layanan bimbingan kelompok pada dasarnya merupakan bagian dari kegiatan konseling. Dalam kegiatan konseling, lazim digunakan berbagai macam alat (tes dan non-tes) untuk mengetahui potensi yang permasalahan yang dimiliki individu. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dari kegiatan konseling haruslah melibatkan pembimbing yang telah ahli di bidangnya. Melihat kondisi di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi ini sebenarnya telah sesuai dengan prosedur yang ada karena telah memiliki konselor sebanyak 6 (enam) orang.

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat hubungan antara layanan bimbingan kelompok untuk membina kepercayaan diri dan keterampilan menyelesaikan masalah sehingga peneliti ingin menyelidiki lebih jauh mengenai pengaruh antar tiap variabel yang ada. Maka penelitian ini berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Rasa Percaya Diri dan Keterampilan Menyelesaikan Masalah di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.”

LANDASAN TEORETIS

1. Layanan Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, bimbingan diartikan sebagai “petunjuk (penjelasan) cara mengerjakan sesuatu.”⁴ Istilah bimbingan yang merupakan terjemahan dari istilah *guidance* dalam bahasa Inggris. Dalam kamus bahasa Inggris, kata *guidance* dikaitkan dengan kata asalnya *guide* yang diartikan sebagai *showing the way* (menunjukkan jalan), *leading* (memimpin), *conducting* (menuntun), *giving instruction* (memberi petunjuk), *regulating* (mengatur), *governing* (mengarahkan), dan *giving advice* (memberi nasihat).⁵

Menurut Prayitno dan Erman Amti, Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa individu, dengan tujuan dapat mengembangkan kemampuan orang yang dibimbingnya dan memiliki kemandirian.⁶ Sedangkan menurut Ahmad Badawi, bimbingan adalah proses bantuan yang diberikan oleh pembimbing terhadap individu yang mengalami problem, agar si terbimbing mempunyai kemampuan untuk mengatasi masalahnya sampai mencapai kebahagiaan hidupnya secara individu maupun sosial.⁷

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah suatu kegiatan bantuan oleh pembimbing kepada terbimbing dalam menghadapi persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam kehidupannya. Bantuan ini akan sangat tepat apabila dilakukan di sekolah, agar setiap individu yang dibimbing ini lebih berkembang ke arah yang paling maksimal.

b. Pengertian Bimbingan Kelompok

Terbentuknya berbagai kelompok dalam kehidupan manusia merupakan wujud dari hakikat kemanusiaan, khususnya dari dimensi kesosialannya. Manusia adalah makhluk sosial, yang tidak mungkin dapat hidup ataupun berkembang secara layak apabila hidup sendiri dan menyendiri. Oleh karena itu, manusia selalu berusaha hidup dalam kumpulannya dan dalam kebersamaannya, serta membentuk kelompok-kelompok.⁸

Bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai suatu upaya bimbingan yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok. Sasaran bimbingan kelompok adalah individu-individu dalam kelompok agar individu yang diberikan bimbingan mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri dalam menuju perkembangan optimal.⁹

Menurut Gazda, bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang personal, vokasional dan sosial. Telah lama dikenal bahwa berbagai informasi berkenaan dengan orientasi siswa baru, pindah program dan peta sosiometri siswa serta bagaimana mengembangkan hubungan antarsiswa dapat disampaikan dan dibahas dalam bimbingan kelompok. Dengan demikian jelas bahwa kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.¹⁰

Apabila konseling perorangan menunjukkan layanan kepada individu atau konseli orang-perorangan, maka bimbingan dan konseling kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Dengan satu kali kegiatan, layanan kelompok itu memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Kemanfaatan yang lebih meluas inilah yang paling menjadi perhatian semua pihak berkenaan dengan layanan kelompok itu.

c. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan.¹¹ Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.¹² Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Bahan yang dimaksudkan dapat juga dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.¹³

d. Fungsi Bimbingan Kelompok

Secara umum fungsi bimbingan kelompok adalah sebagai media pemberian informasi yang ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan untuk mengembangkan potensi siswa. Fungsi layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah agar siswa dapat lebih memahami segala sesuatu yang berkaitan dengan kepercayaan diri, dapat menerapkan sikap percaya diri dalam kegiatan bimbingan kelompok dan dapat menerapkan sikap percaya diri dalam interaksi sosial dimanapun.

e. Asas Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, dan asas kekinian.¹⁴

f. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Prayitno menjelaskan bahwa ada tiga komponen penting dalam kelompok yaitu suasana kelompok, anggota kelompok, dan pemimpin kelompok.¹⁵

2. Percaya Diri

a. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri berasal dari penggabungan dua kata yaitu percaya dan diri. Dalam KBBI, percaya berarti “mengukui atau yakin bahwa sesuatu memang benar atau nyata, menganggap atau yakin bahwa sesuatu benar-benar ada, atau yakin benar atau memastikan akan kemampuan atau kelebihan seseorang atau sesuatu.”¹⁶ Sedangkan diri berarti “orang seorang (terpisah dari yang lain), tidak dengan yang lain, dipakai sebagai pelengkap beberapa kata kerja untuk menyatakan bahwa penderitanya atau tujuannya adalah badan sendiri.”¹⁷ Jadi dapat disimpulkan bahwa percaya diri berarti menyakini atau memastikan dengan benar terhadap kemampuan yang ada dalam diri sendiri.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang untuk meyakini terhadap segala aspek-aspek kelebihan dalam dirinya, merasa mampu untuk melakukan sesuatu, memiliki penilaian positif terhadap dirinya ataupun situasi yang dihadapinya, serta memiliki rasa optimis dalam mencapai tujuan hidupnya. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian individu yang berfungsi mendorong individu dalam meraih kesuksesan melalui hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya untuk berperilaku sesuai dengan yang diharapkan, bekerja secara efektif serta dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab.

b. Aspek Kepercayaan Diri

Lauster dalam Ghufron menyatakan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri yang positif adalah orang yang memiliki keyakinan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya mencakup segala potensi dalam dirinya dimana ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya dan optimis yaitu sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.¹⁸

Oleh karena itu, aspek kepercayaan diri yang harus ada dalam diri setiap individu baik itu siswa maupun non-siswa adalah memiliki rasa optimis, memahami diri sendiri, berpikir positif, memiliki tujuan jangka panjang yang jelas, mandiri serta memiliki toleransi.

c. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Oleh karena itu ciri rasa percaya diri antara lain optimis, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, mandiri, berfikir positif, bangga dan puas dengan dirinya sendiri, mudah beradaptasi dan mampu mengembangkan motivasi.

d. Ciri-ciri Ketidakpercayaan Diri

Setiap individu berbeda antara satu dengan yang lain, masing-masing memiliki ciri yang khas pada dirinya, dari perbedaan itu dapat diketahui bahwa ada individu yang memiliki kepercayaan diri. Berdasarkan pemaparan mengenai individu yang kurang memiliki rasa percaya diri diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang kurang memiliki rasa percaya diri sering menilai diri tidak mampu, sulit untuk menerima diri sendiri, pesimis, tidak berani mengungkapkan ide-ide, membuang waktu dalam mengambil keputusan dan sering memposisikan diri sebagai terkahir sebagai imbas sering menyerah pada nasib. Seseorang yang kurang memiliki rasa percaya diri selalu memandang kekurangan yang ada dalam diri sendiri tanpa pernah menyadari kelebihan-kelebihan yang sebenarnya ada dalam dirinya.

3. Keterampilan Menyelesaikan Masalah

a. Pengertian Masalah

Stonner mengemukakan bahwa masalah-masalah dapat diketahui atau dicari apabila terdapat penyimpangan antara pengalaman dengan kenyataan, antara apa yang direncanakan dengan kenyataan, adanya pengaduan, dan kompetisi.¹⁹ Menurut Suryabrata, masalah merupakan kesenjangan antara harapan (*das sollen*) dengan kenyataan (*das sein*), antara kebutuhan dengan yang tersedia, antara yang seharusnya (*what should be*) dengan yang ada (*what it is*).²⁰

Perkembangan remaja awal yang tidak terbimbing dan diarahkan dengan baik dapat berdampak negatif pada perkembangan perilaku dan masa depannya. Dampak yang akan muncul ketika hal ini dibiarkan adalah remaja akan kesulitan dalam mencapai tugas-tugas perkembangan berikutnya sebagaimana mestinya. Salah satu tahap perkembangan remaja yang perlu diperhatikan di usia remaja awal adalah perkembangan kognisi. Perkembangan kognisi remaja menurut Slavin dicirikan dengan pertumbuhan pemahaman dan kemampuan yang terus-menerus.

b. Keterampilan Menyelesaikan Masalah

Menyelesaikan masalah atau disebutkan dengan *problem solving* merupakan salah satu hal yang sering dihadapi oleh setiap manusia apalagi jika ini dihadapkan kepada peserta didik yang masih belum menemukan tujuan akhirnya.

Problem solving adalah suatu proses mental dan intelektual dalam menemukan masalah dan menyelesaikan berdasarkan data dan informasi yang akurat, sehingga dapat diambil kesimpulan yang tepat dan cermat. *Problem solving* yaitu suatu pendekatan dengan cara problem identifikation untuk ketahap syntesis kemudian dianalisis yaitu pemilahan seluruh masalah sehingga mencapai tahap application selanjutnya komprehension untuk mendapatkan solution dalam penyelesaian masalah tersebut. *Problem solving* sama artinya dengan pemecahan masalah.

Semua manusia pasti pernah, bahkan sering mengalami masalah yang dapat membuat manusia semakin dewasa, matang, dan cerdas bila dihadapi dengan *positive thinking*. Namun bila *negative thinking* yang digunakan, masalah dapat membawa petaka. Disinilah pentingnya *positive thinking* dalam menghadapi setiap masalah. Bagi orang yang berpikir positif, setiap masalah selalu ada solusi. Semua masalah pasti ada jalan keluarnya. Dengan berpikir positif, ide-ide kreatif akan terus bermunculan untuk merespon masalah yang sedang dihadapi.

Setiap orang memiliki pandangan yang berbeda dalam merespon suatu masalah. Baik buruknya setiap pandangan sangat terkait dengan frame masing-masing, apakah *positive thinking* ataukah *negative thinking*. Misalnya, setiap siswa memiliki pandangan yang berbeda-beda terhadap ujian nasional. Bagi anak yang mau berpikir positif, peristiwa yang tragis tersebut akan mendorongnya untuk belajar lebih giat, lebih aktif dan lebih intens. Sementara siswa yang menggunakan frame *negative thinking* akan terpuruk dalam kekecewaan yang mendalam dan putus asa.

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen dan desain penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimental design* dengan menggunakan *two group pre-test and post test design*. Jadi tidak ada kelompok kontrol tetapi hanya menggunakan kelompok eksperimen. Metode *two group pre-test and post test design* berarti sampel diberikan skala penilaian sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Pada grup yang pertama digunakan untuk variabel rasa percaya diri, sedangkan grup yang kedua digunakan untuk variabel keterampilan menyelesaikan masalah.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Tebing Tinggi yang berlokasi di Jalan Yos Sudarso Kota Tebing Tinggi. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Tebing Tinggi. Dalam penelitian *quasi eksperiment* terdapat dua metode pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dan *cluster sampling*. Dalam penelitian ini akan menggunakan metode *cluster sampling* dalam menentukan sampel yang akan terlibat dalam penelitian. Dengan mempertimbangkan beberapa hal dan hasil wawancara dengan para konselor di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi maka ditetapkan kelas X IPA 3 sebagai sampel kelas O_1 dan kelas X IPS 2 sebagai sampel kelas O_2 .

Penelitian diawali dengan melakukan *Pre-test* berupa angket percaya diri untuk sampel O_1 dan Alat Ungkap Masalah (AUM) untuk sampel O_2 . *Pre-test* ini dilakukan untuk mengetahui tingkat percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok. Hasil *pre-test* ini akan dijadikan sebagai perbandingan dengan *post-test* dalam analisis data.

Setelah pemberian test awal telah diberikan kepada sampel penelitian, kemudian dilakukan perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok. Layanan ini diberikan 6 kali pertemuan untuk tiap sampel. Sampel O_1 akan diberikan materi untuk meningkatkan percaya diri dan sampel O_2 akan diberikan materi untuk meningkatkan keterampilan menyelesaikan masalah. Materi yang diberikan untuk meningkatkan percaya diri berupa peluang masa dengan, memahami diri sendiri, motivasi, menghargai pendapat orang lain, dampak gaya hidup dan percaya diri vs sombong.

Pada tahap akhir penelitian lapangan, dilakukan *post-test* berupa angket percaya diri untuk sampel O_1 dan Alat Ungkap Masalah (AUM) untuk sampel O_2 . *Post-test* ini dilakukan setelah pemberian perlakuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah. Setelah proses penelitian lapangan selesai dilakukan, kemudian dilanjutkan dengan analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *friedman*.

HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Percaya Diri

Dari hasil *pre-test* terlihat bahwa dari keseluruhan siswa berjumlah 32 orang yang akan mendapatkan *treatment* diantaranya 1 siswa dengan kategori sangat tinggi, 8 siswa dengan kategori tinggi dan 23 siswa dengan kategori sedang. Selanjutnya setelah perlakuan atau *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok diberikan, peneliti melakukan *post-test* setelah melakukan 6 kali pertemuan seperti yang terdapat dalam jadwal kegiatan yang telah peneliti tuliskan pada awal bab ini. Pengujian dilakukan menggunakan instrumen yang sama dengan instrumen pada saat *pre-test* dilakukan.

Selanjutnya, dari hasil *post-test* terdapat peningkatan skor pada tiap responden yang dapat dirincikan 2 siswa dengan kategori sangat tinggi dan 30 siswa dengan kategori tinggi. Pada saat *pre-test* dilakukan rata-rata skor telah menempati kategori tinggi padahal lebih dari setengah responden berada dalam kategori rasa percaya diri sedang, akan tetapi hal ini semua dipengaruhi oleh skor dari responden lain yang berada dalam kategori tinggi. Kenaikan skor pada setelah pemberian perlakuan tidak terlalu tinggi hanya berkisar 7,08%. Meskipun rata-rata kenaikan skor masih di bawah 10%, akan tetapi setiap responden mengalami peningkatan skor pada hasil *post-test* mereka meskipun kenaikan tersebut tidak signifikan dan tiap responden juga tidak berada lagi dalam kategori percaya diri sedang.

b. Keterampilan Menyelesaikan Masalah

Dari hasil *pre-test* sampel O_3 terlihat bahwa dari keseluruhan siswa berjumlah 32 orang yang akan mendapatkan *treatment* diantaranya 9 siswa dengan kategori tinggi dan 23 siswa dengan kategori sedang. Hal ini terlihat bahwa pada sampel O_3 masih lemah dalam menyelesaikan masalah. Selanjutnya seperti pada sampel yang pertama, peneliti juga memberikan perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok selama 6 kali pertemuan sesuai dengan jadwal yang telah disebutkan pada awal bab ini dengan materi yang relevan dengan variabel keterampilan menyelesaikan masalah.

Selanjutnya dari hasil *post-test* sampel O_4 terdapat peningkatan skor dari 32 orang siswa yang menjadi responden penelitian. Dari keseluruhan siswa didapatkan bahwa 6 siswa dengan kategori sedang dan 26 siswa dengan kategori tinggi. Responden tertinggi mendapatkan skor 624 atau 75,64% dan responden terendah mendapatkan skor 557 atau 67,52%. Hasil tersebut terlihat bahwa rata-rata peningkatan *pre-test* sampel O_3 dan *post-test* sampel O_4 adalah sebesar 31,84 atau 3,86%. Peningkatan ini berasal dari rata-rata *pre-test* sampel O_3 adalah 558,28 atau 67,67% berada dalam kategori sedang yang kemudian pada *post-test* sampel O_4 yang dilakukan pada akhir kegiatan penelitian memiliki rata-rata skor sebesar 590,13 atau 71,53% berada dalam kategori tinggi.

2. Program Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dan Keterampilan Menyelesaikan Masalah

Program layanan bimbingan kelompok yang dirancang dalam meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kota Tebing Tinggi secara Terperinci dapat dilihat dalam tabel di bawah ini

Materi Bimbingan Kelompok Variabel Percaya Diri

No.	Pertemuan Ke-	Indikator	Materi
1	I	Optimis	Depan
2	II	Pemahaman Diri	Sendiri
3	III	Tujuan yang Jelas	Motivasi
4	IV	Komunikasi	Pendapat Orang
5	V	Penampilan Diri	Hidup
6	VI	Perasaan	Sombong

Materi Bimbingan Kelompok Variabel Keterampilan Menyelesaikan Masalah

No.	Pertemuan Ke-	Indikator	Materi
1	I	Memahami Masalah	Pemahaman Diri Sendiri
2	II	Masalah	Berpikir Positif
3	III	Rencana Pemecahan	Fokus pada Tujuan
4	IV	Hambatan Pemecahan	Pengontrolan Emosi
5	V	Percobaan Evaluasi	Pendapat
6	VI	Evaluasi Masalah	Kemandirian

3. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dan Keterampilan Menyelesaikan Masalah

Pengujian pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap rasa percaya diri dilakukan melalui uji beda rata-rata nilai percaya diri yang diperoleh melalui pengukuran data awal sebelum perlakuan dan data akhir setelah perlakuan diberikan. Pengujian statistik non parametrik ini memiliki hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Ha : Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Dengan menggunakan rumus uji *Wilcoxon*, diperoleh hasil *ranks* berada dalam tingkat positif selurungnya dengan rata-rata 16,5. Dari hasil *ranks* tersebut didapat nilai *Asymp. Sig.* atau nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka Ho_1 ditolak dan Ha_1 diterima sehingga terdapat perbedaan antara hasil angket rasa percaya diri pada *pre-test* dan *post-test*. Dari pengujian hipotesis pertama ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Pengujian pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap keterampilan menyelesaikan masalah juga dilakukan melalui uji beda rata-rata nilai percaya diri yang diperoleh melalui pengukuran data awal sebelum perlakuan dan data akhir setelah perlakuan diberikan. Pengujian statistik non parametrik ini memiliki hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan menyelesaikan masalah siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Ha : Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan menyelesaikan masalah siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Dengan menggunakan rumus uji *Wilcoxon*, diperoleh hasil *ranks* juga berada dalam tingkat positif selurungnya dengan rata-rata 16,5. Dari hasil *ranks* tersebut didapat nilai *Asymp. Sig.* atau nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka Ho_1 ditolak dan Ha_1 diterima sehingga terdapat perbedaan antara hasil angket rasa percaya diri pada *pre-test* dan *post-test*. Dari pengujian hipotesis kedua ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan menyelesaikan masalah di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Pengujian pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah dilakukan melalui uji beda rata-rata nilai percaya diri yang diperoleh melalui pengukuran data awal sebelum perlakuan dan data akhir setelah perlakuan diberikan. Pengujian statistik non parametrik ini memiliki hipotesis sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Ha : Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah siswa di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

Dengan menggunakan rumus uji *Friedman*, diperoleh nilai *ranks* untuk variabel rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah masing-masing rata-ratanya sebesar 1,28 dan 1,72. Dari hasil *ranks* tersebut didapat nilai *Asymp. Sig.* atau nilai signifikansi sebesar 0,011. Daerah penolakan Ho dalam uji Friedman ini adalah jika sama dengan atau kurang dari $\alpha = 0,05$. Dari hasil nilai signifikansi yang dilakukan dengan test statistik yaitu 0,011 yang lebih kecil dari nilai α ($0,011 < 0,05$) dapat dikatakan Ho₃ ditolak, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok sebagai perlakuan (*treatment*) yang diberikan pada penelitian eksperimen ini, maka diperoleh kesimpulan:

1. Terdapat peningkatan yang signifikan rasa percaya diri siswa kelas X IPA 2 setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok sebesar 7,08% dengan nilai rata-rata *pre-test* kelas O₁ adalah sebesar 70,23% dan 77,32% untuk rata-rata *post-test* kelas O₂. Hal tersebut dibuktikan dengan uji wilcoxon yang dilakukan menggunakan SPSS versi 20. Dalam menetapkan keputusan menggunakan aplikasi SPSS, H₀ ditolak jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($< 0,05$). Dari hasil penghitungan didapatkan nilai signifikansi adalah sebesar 0,000 dan nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) sehingga H₀ ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.
2. Terdapat peningkatan yang signifikan keterampilan menyelesaikan masalah siswa kelas X IPS 2 setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok sebesar 3,86% dengan nilai rata-rata *pre-test* kelas O₃ adalah sebesar 67,67% dan 71,53% untuk rata-rata *post-test* kelas O₄. Hal tersebut dibuktikan dengan uji wilcoxon yang dilakukan menggunakan SPSS versi 20. Dalam menetapkan keputusan menggunakan aplikasi SPSS, H₀ ditolak jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($< 0,05$). Dari hasil penghitungan didapatkan nilai signifikansi adalah sebesar 0,000 dan nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) sehingga H₀ ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan menyelesaikan masalah di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.
3. Pada pengujian kedua variabel yaitu rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi menggunakan uji analisis varian ranking dua arah friedman. Dalam menetapkan keputusan menggunakan aplikasi SPSS, H₀ ditolak jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($< 0,05$). Dari hasil perhitungan didapatkan hasil *chi-square* sebesar 6,533 dan nilai signifikansi 0,011. Dari hasil tersebut terlihat bahwa nilai signifikansi uji friedman lebih kecil dari 0,05 ($0,011 < 0,05$) sehingga H₀ ditolak dan H_a diterima sehingga dapat diambil keputusan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan

rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah di SMA Negeri 1 Kota Tebing Tinggi, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada kepala sekolah agar dapat memberikannya kepada kegiatan konseling, karena kegiatan konseling merupakan bagian integral dari pendidikan.
2. Guru pembimbing atau konselor lebih memaksimalkan layanan konseling baik itu layanan bimbingan pribadi, konseling individu, konseling kelompok ataupun layanan bimbingan kelompok, karena layanan ini masih jarang digunakan di sekolah.
3. Guru mata pelajaran dan guru wali kelas agar dapat bekerja sama dengan para konselor, salah satunya mengenai percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah agar keseluruhan program kegiatan konseling dapat berjalan secara efektif.
4. Peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan menggunakan layanan bimbingan individu untuk meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan menyelesaikan masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelis. *Meningkatkan Percaya Diri*. Jakarta: Tp. 2003.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006.
- Arikunto, Suharsimi. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. 2009.
- Azwar, S. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2007.
- Badawi, Ahmad. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 1998.
- Bakar, Abu. *Dasar-Dasar Konseling*. Bandung: Citapustaka Media Perintis. 2010.
- Bungin, Burhan. *Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana. 2010.
- Carson, J. *A Problem with Problem Solving: Teaching Thinking Without Teaching Knowledge*. Tp: Ttp. 2007.
- Ary, Donald. Dkk. *Pengantar Penelitian dalam Pendidikan* terjemahan Furchan, Arief. Surabaya: Usaha Nasional. 1982.
- Garna, Yudistira K. *Metode Penelitian Pendekatan Kualitatif*. Bandung: Primaco Akademika. 1999.
- Geldard, Kathryn dan Geldard, David. *Konseling Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2011.
- Ghufron, M. Nur dan S., Rini Risnawati. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media. 2011.
- Hakim, Thursan. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara. 2005.
- Hamalik, Oemar. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 1994.
- Iswidharmanjaya, Dery. *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. Jakarta: Media Komputindo. 2004.
- Jacobs. *Group Counseling Strategies and Skills*. Virginia: Cengage Learning. 2008.
- Juntika, Ahmad. *Bimbingan Dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama. 2006.
- Kerlinger, Fred N. *Foundation of Behavioral Research*. New York: Holt. Rinehart and Winston. 1966.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press. 2001.
- Lie, Anita. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo. 2003.
- Lindenfield, Gael. *Mendidik agar Anak Percaya Diri: Pedoman Bagi Orangtua* terjemahan Ediat Kamil. Jakarta: Arcana. 1997.
- Lovitt, TC. *Introduction to Learning Disabilities*. Boston: Mandala. 1989.
- Marwati. *Kepercayaan Diri dan Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal*. Jakarta: Khalifa. 2001.
- Mugiarso, Heru. Dkk. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UNNES Press. 2006.
- Panuju, Panut dan Umami, Ida. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana. 2005.
- Poerwadarminta, W. J. S. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka. 1991.

- Polya, G. *On Solving Mathematical Problems in High School*. New Jersey: Princeton University Press. 1980.
- Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok: Dasar dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia. 1995.
- Prayitno. *Buku III Pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMU*. Jakarta: Bina Sumber Daya MIPA. 1997.
- Prayitno. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.
- Prayitno. *Layanan L.1-L.9*. Padang: Universitas Negeri Padang. 2004.
- Prayitno dan Ami, Erman. *Dasar-dasar Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.
- Putra, Sitiatava Rizema. *Desain Evaluasi Belajar Berbasis Kinerja*. Yogyakarta: Diva Press. 2013.
- Rahmad, Jalaluddin. *Metode penelitian*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 1985.
- Romlah, Titik. *Teori Dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: UNM. 2001.
- Saebani, Beni Ahmad. *Metode Penelitian*. Bandung: Pustaka Setia. 2008.
- Santrock, J.W. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga. 2003.
- Sedanayasa, Gede. Dkk. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Undiksha. 2010.
- Siegel, Sidney. *Statistik Nonparametrik: Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Gramedia. 2011.
- Silitonga, Pasar Maulim. *Statistik: Teori dan Aplikasi dalam Penelitian*. Medan: FMIPA Unimed. 2011.
- Sirodj, Sjahudi. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Sidoarjo: Duta Aksara. 2010.
- Slameto. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta. 1990.
- Soemanto, Wasti. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. 1998.
- Stoner, James AF. *Principal of Managemen II Edition*. Ttp: Prentice-Hall. 1982.
- Sudjana. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito. 2001.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. 2013.
- Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta. 2015.
- Suryabrata, Sumadi. *Masalah Sosial dan Pembangunan*. Jakarta: Dunia Pustaka. 1994.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami: Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2013.
- Syahrum dan Salim. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Ciptapustaka Media. 2009.
- Tirtaraharja, Umar dan Sula, La. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2003.
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Rajawali Pers. 2007.
- Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Andi. 1982.
- Yusuf, Syamsu. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2004.

(Endnotes)

- ¹ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 309.
- ² Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2001), h. 147.
- ³ Ahmad Juntika, *Bimbingan Dan Konseling* (Bandung: Refika Aditama, 2006), h. 24
- ⁴ W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2003), h. 70
- ⁵ Sjahudi Sirodj, *Pengantar Bimbingan dan Konseling* (Sidoarjo: Duta Aksara, 2010), h. 4.
- ⁶ Prayitno dan Erman Ami, *Dasar-dasar Bimbingan Kelompok* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 99.
- ⁷ Ahmad Badawi, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998), h. 4.
- ⁸ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok: Dasar dan Profil* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h. 11.
- ⁹ Gede Sedanayasa, et. al., *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*, (Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Undiksha, 2010), h. 30.

- ¹⁰ Prayitno dan Erman Ami, Dasar-dasar, h. 309.
- ¹¹ Tohirin, Bimbingan, h.172
- ¹² Prayitno, Layanan L.1-L.9 (Padang : Universitas Negeri Padang, 2004), h. 3.
- ¹³ Abu Bakar M.Luddin, Dasar-Dasar Konseling (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2010), h. 47.
- ¹⁴ W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: Gramedia Widia Sarana Indonesia, 2004), h. 30-36.
- ¹⁵ Prayitno, Layanan, h. 27-39.
- ¹⁶ Penyusun, Kamus, h. 856.
- ¹⁷ Ibid., h. 267.
- ¹⁸ M Nur Ghufron dan Rini Risnawati S, Teori-Teori Psikologi (Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2011), h. 35.
- ¹⁹ James AF Stoner, *Principal of Managemen II Edition* (Ttp: Prentice-Hall, 1982), h. 5
- ²⁰ Sumadi Suryabrata, *Masalah Sosial dan Pembangunan* (Jakarta: Dunia Pustaka, 1994), h. 60