

MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA MELALUI TEKNIK BIMBINGAN KELOMPOK DI KELAS VII^A SMP Negeri I TILONGKABILA KABUPATEN BONE BOLANGO TAHUN AJARAN 2017/2018

Sri Yunita Taligansing
IAIN Sultan Amai Gorontalo

Abstrak

Hasil penelitian pada siklus I diperoleh peningkatan rasa percaya diri siswa pada kategori baik sekali meningkat 26,7% berjumlah 4 orang siswa, kategori baik berjumlah 2 orang siswa atau 13,3%. Untuk tindakan pada siklus 2 rasa percaya diri siswa meningkat pada kategori baik sekali 8 orang atau 53,3%, kategori baik mencapai 4 orang atau 26,7% yang telah mampu. Sehingga telah mencapai 80%. Kategori cukup berkurang menjadi 13,3% atau 2 orang siswa sedangkan kategori kurang 6,7% atau 1 orang siswa yang belum memiliki rasa percaya diri. Dari hasil data disimpulkan bahwa teknik bimbingan kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Kata Kunci : Percaya Diri Siswa, Bimbingan Kelompok.

PENDAHULUAN

Percaya diri berpengaruh dalam hidup manusia melalui empat proses yaitu kognitif, motivasional, afektif, dan proses seleksi.¹ Secara umum percaya diri menentukan bagaimana orang merasa, berpikir, memotivasi mereka sendiri dan berperilaku.² Mereka yang memiliki percaya diri tinggi membangun skenario sukses, sementara yang memiliki percaya diri rendah tidak dapat melakukannya.³

Percaya diri merupakan kepercayaan seseorang akan kemampuannya untuk mengorganisir dan melaksanakan serangkaian kegiatan yang diperlukan untuk mengatur situasi tertentu.⁴ Percaya diri demikian tidak berkaitan dengan ketrampilan seseorang tetapi dengan penilaiannya terhadap

¹ Gredler, Margaret E. 2001. *Learning and Instruction*. Ohio : Merrill Prentice Hall.

² Ramachaudran 1998. *Encyclopedia of Human Behaviour*. New York : Academic Press. <http://www.emory.edu/EDUCATION/mfp/BanEncy.html>

³ Gredler, Margaret E. 2001. *Learning and Instruction*. Ohio : Merrill Prentice Hall.

⁴ Tuckman, Bruce W. 2001. *A Performance Comparison of Motivation Self-Beliefers and Self-Doubters in Competitive and Individualistic Goal Situations*. Psychological Studies and Education Program The Ohio State University USA. <http://all.successcenter.ohio-state>.

kemampuannya dalam melakukan sesuatu dengan cara tertentu.⁵

Siswa dengan percaya diri yang tinggi memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk sukses. Dalam penelitiannya Schunks membuktikan bahwa, percaya diri merupakan aspek yang perlu diperhitungkan dalam meningkatkan prestasi belajar. Siswa yang lemah percaya diri cenderung kurang tekun dan memiliki prestasi yang buruk. Percaya diri berperan memfasilitasi pembelajaran dengan memperkuat ketekunan dan menyediakan keyakinan untuk mencoba strategi lain. Sedang siswa yang ragu mengenai kemampuannya menurut Brown dan Inouye akan menyerah dalam proses belajarnya jika di awal usahanya mengalami kegagalan. Percaya diri yang lemah menyebabkan seseorang kurang berusaha, dan akhirnya bermuara kepada prestasi yang buruk. Sedang seseorang dengan percaya diri yang kuat akan menunjukkan usaha yang maksimal. Keberhasilan dalam menjalankan tugas memunculkan percaya diri yang makin positif. Namun seseorang dengan percaya diri yang tinggi bisa juga tidak termotivasi untuk melakukan tugas tertentu, jika tugas tersebut tidak menantang atau tidak berharga untuk dilakukan.⁶

Percaya diri yang kuat meningkatkan kecakapan dan kesejahteraan dalam berbagai cara. Orang dengan keyakinan tinggi akan kemampuannya mendekati tugas yang sulit sebagai tantangan untuk dikuasai daripada ancaman untuk ditolak. Pandangan kepercayaan seperti itu mengembangkan minat intrinsik dan keterlibatan yang mendalam dalam berkegiatan. Mereka menciptakan bagi dirinya sendiri tujuan yang menantang dan memelihara komitmen yang kuat. Mereka mempertinggi dan mempertahankan usahanya dalam menghadapi kesalahan. Mereka dengan cepat memperbaiki kepercayaan dirinya setelah gagal atau mundur. Mereka mengatribusi kesalahan sebagai usaha yang tidak memadai atau kurangnya pengetahuan dan ketrampilan. Mereka mendekati situasi yang mengancam dengan jaminan bahwa mereka dapat berlatih mengontrolnya. Pandangan penuh kepercayaan diri ini menghasilkan kecakapan personal, mengurangi stress dan membuat tidak mudah depresi.⁷

Sementara orang yang ragu terhadap kemampuannya cenderung melarikan diri dari kesulitan yang mereka pandang sebagai ancaman personal. Mereka memiliki aspirasi dan komitmen yang rendah terhadap tujuan yang mereka pilih untuk dicapai. Ketika menghadapi tugas yang sulit, mereka meratapi kekurangannya, pada hambatan yang menghadang, dan segala bentuk hasil yang merugikan daripada berkonsentrasi pada cara-cara untuk mencapai kesuksesan.

⁵ Loorsbach, Amthony W. and Jinks, Jerry L. 1999. *Self-Efficacy Theory and Learning Environment Research*. Science Education department of Curriculum and Instruction Illionis State University. <http://www.coe.ilstu.edu/scienceed/jinks/efficacyler.htm>

⁶ *ibid*

⁷ Ramachaudran 1998. *Encyclopedia of Human Behaviour*. New York : Academic Press. <http://www.emory.edu/EDUCATION/mfp/BanEncy.html>

Usaha mereka kendur dan cepat menyerah dalam menghadapi kesulitan. Mereka lamban dalam memperbaiki rasa percaya dirinya ketika gagal atau mengalami kemunduran. Karena mereka memandang hasil yang kurang sebagai kelemahan diri, maka kegagalan yang kecilpun dapat menyebabkan mereka kehilangan keyakinan akan kemampuannya sendiri. Mereka menjadi mudah terserang stress dan depresi.⁸

Intinya bahwa orang yang percaya bahwa mereka dapat melakukan sesuatu, kemungkinannya untuk sungguh-sungguh dapat melakukan hal itu lebih besar daripada mereka yang tidak memiliki kepercayaan tersebut.⁹

Rasa percaya diri siswa yang dimaksud dalam penelitian ini, adalah bagaimana siswa memiliki tanggung jawab dalam melaksanakan tugas yang diberikan guru, selalu berupaya untuk bekerja sendiri, disiplin dalam melakukan tugas, tidak tergantung pada orang lain, menghargai hasil kerja teman.

Khususnya siswa kelas VII^A SMP Negeri I Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, dari jumlah siswa 30 orang terdapat 15 orang siswa atau 50% yang menunjukkan rasa percaya diri kurang. Hal ini nampak pada saat diberikan pertanyaan tentang materi yang diajarkan hanya sebagian yang dapat menjawab, penyelesaian PR tidak semua mengerjakan, yang lainnya hanya menyontek jawaban teman. Ketika diberi tugas untuk tampil ke depan kelas, bersikap diam, jawaban yang dilontarkan adalah tidak tahu.

Sebagai guru yang bertanggung jawab penuh terhadap kelangsungan pendidikan siswa, selalu berupaya untuk menemukan teknik, strategi maupun metode yang menimbulkan rasa percaya diri. Untuk itu dalam rangka meningkatkan rasa percaya diri, digunakan teknik bimbingan kelompok.

Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan yang profesional, yang menguraikan kefahaman, penanganan, dan penyikapan tentang keadaan seseorang¹⁰. Selain itu bimbingan kelompok merupakan teknik yang digunakan guru yang bertujuan sebagai proses pembelajaran. Di mana pada bimbingan kelompok, siswa akan belajar bagaimana dapat menumbuhkan rasa percaya diri, seperti mengemukakan pendapat dalam berdiskusi, bertanya pada hal-hal yang tidak jelas pada materi yang diajarkan guru, menyelesaikan tugas tepat waktu. Di samping itu juga teknik bimbingan kelompok yang dapat membentuk kerja sama, menghargai orang lain, tidak bersifat egois, memiliki rasa kebersamaan.

⁸ *Ibid*

⁹ Loorsbach, Amthony W. and Jinks, Jerry L. 1999. *Self-Efficacy Theory and Learning Environment Research*. Science Education department of Curriculum and Instruction Illionis State University. <http://www.coe.ilstu.edu/scienceed/jinks/efficacyler.htm>.

¹⁰ Sumarto. 2017. *Bimbingan dan Konseling*. Jambi: Ma'Arif Press

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui teknik bimbingan kelompok di kelas VII^A SMP Negeri I Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango.

RESPONDEN

Responden dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII^A SMP Negeri I Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango yang berjumlah 30 orang, dengan karakteristik laki-laki berjumlah 16 siswa dan perempuan 14 orang siswa.

METODE PENELITIAN

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik observasi, mengamati setiap perubahan yang menjadi objek penelitian. Selanjutnya hasil observasi dilengkapi dengan dokumentasi sebagai bukti pelaksanaan tindakan. Teknik analisis data dilakukan dengan teknik prosentase, dimana data diperoleh dari hasil observasi dikembangkan dengan teknik penilaian kemudian dianalisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui teknik bimbingan kelompok di kelas VII^A SMP Negeri I Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango, dilaksanakan melalui penelitian tindakan kelas, yang terdiri dari dua siklus, setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan diawali dengan kegiatan observasi awal. Data dari observasi awal diperoleh 15 orang siswa belum memiliki rasa percaya diri. Hal ini dapat dijelaskan pada kategori kurang 15 orang siswa.

Data observasi awal diperoleh 15 siswa atau 100% kategori kurang (K). Pada siklus I terjadi perubahan, yang memperoleh kategori baik sekali 4 orang siswa atau 26,7%, kategori baik 2 orang siswa atau 13,3%, kategori cukup 5 orang siswa atau 33,3%, dan kategori kurang 4 orang siswa atau 26,7%.

Pada siklus II menunjukkan peningkatan, pada kategori baik sekali (BS) 8 orang siswa atau 53,3%, kategori baik (B) 4 orang siswa atau 26,7%, kategori cukup (C) 2 orang siswa atau 13,3%, dan kategori kurang (K) 1 orang siswa atau 6,7%.

Peningkatan data menunjukkan bahwa siswa yang memiliki Percaya Diri sudah mencapai 12 orang atau 80%. Hal ini karena pelaksanaan teknik bimbingan kelompok sangat membantu dalam hal membentuk keberanian siswa, tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan, serta selalu membuka diri kepada teman lain. Dengan perkataan lain teknik bimbingan kelompok yang diterapkan berdampak positif pada pembentukan rasa percaya diri siswa kelas VII^A SMP Negeri I Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango.

Siswa akan bersikap terbuka pada temannya dibandingkan dengan guru maupun orang tua. Untuk itu kiranya bimbingan kelompok merupakan teknik yang tepat untuk membentuk perilaku yang positif.

Sebagaimana yang telah ditegaskan oleh Hakim, bahwa terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya: a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan

kelebihan-kelebihan tertentu. b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkannya keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya. c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri. d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya¹¹.

Tanpa teknik ataupun strategi yang dirancang guru, siswa tidak akan memperoleh perubahan perilaku. Namun disadari, pelaksanaan bimbingan kelompok perlu dilaksanakan secara kontinu dan berkesinambungan. Perlu pula dibarengi dengan permainan-permainan kelompok yang membuat siswa lebih membuka diri, untuk selanjutnya mengetahui kelebihan yang dimiliki, serta meminimalkan kekurangan yang dimiliki pula.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa teknik bimbingan kelompok metode diskusi pada siswa kelas VII^A SMP Negeri I Tilogkabila Kabupaten Bone Bolango dapat meningkatkan rasa percaya diri.

Adapun saran dalam penelitian ini yaitu setiap guru hendaknya dapat melakukan penelitian tindakan kelas, khususnya dalam meningkatkan perilaku siswa yang diharapkan. serta teknik yang digunakan sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik siswa.

¹¹ Hakim, T. 2005. Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Puspa Swara.

DAFTAR PUSTAKA

- Gredler, Margaret E. 2001. *Learning and Instruction*. Ohio : Merrill Prentice Hall.
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Loorsbach, Anthony W. and Jinks, Jerry L. 1999. *Self-Efficacy Theory and Learning Environment Research*. Science Education department of Curriculum and Instruction Illionis State University.
<http://www.coe.ilstu.edu/scienceed/jinks/efficacyler.htm>
- Ramachaudran 1998. *Encyclopedia of Human Behaviour*. New York : Academic Press.
<http://www.emory.edu/EDUCATION/mfp/BanEncy.html>
- Sumarto. 2017. *Bimbingan dan Konseling*. Jambi: Ma'Arif Press
- Tuckman, Bruce W. 2001. *A Performance Comparison of Motivation Self- Beliefers and Self-Doubters in Competitive and Individualistic Goal Situations*. Psychological Studies and Education Program The Ohio State University USA.
<http://all.successcenter.ohio-state>.