

## **EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA**

**Oleh: Tri Velyna**

**Dosen Tarbiyah STAI Sangatta**

**Email:**

**velynatri@yahoo.co.id**

### **Abstrack**

Self-confidence can hamper social relations and academic achievement of students, a phenomenon that occurs in students at STAI Sangatta related to self-confidence that there are still many students who have not dared to ask and answer questions, have not dared to explain in front of the class, cheat assignments and exam result friends, not confident with your own work. Utilization of group guidance services is an alternative that is applied increasing student confidence this study aims to reveal the effectiveness of group counseling services to increase student confidence.

The research approach using quasi experiment with pre-test and post-test control group design is used to test whether group guidance services can increase student confidence. Two groups were selected using purposive sampling, namely at the regular 3rd Islamic Education Management and weekend 3rd Islamic Education Management who came from outside the city of Sangatta. Each group consists of 10 college students. Group guidance services with application to the experimental group while the control group is not given group guidance services. Data about self-confidence was collected with a likert scale, then analyzed using the wilcoxon signed rank test and kolmogorov smirnov two independent samples with the help of SPSS version 20.00.

The findings of this study are (1) there was a significant increase in students self-confidence scores after being given a group guidance service treatment, (2) there was no increase in students' self-confidence scores that were not given a group guidance service treatment, (3) there were significant differences in the trust scores student self experimental group. Based on the research findings it can be concluded that student confidence can be improved through group guidance services.

**Kata kunci: Self-confidence, Group Guidance**

## A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sarana dalam menjadikan individu berkualitas, cerdas dan bermoral. Melalui pendidikan setiap individu dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki serta dapat memperoleh keterampilan baru yang bermanfaat bagi kehidupannya. Dalam rangka mewujudkan tujuan pendidikan tinggi sesuai yang tercantum pada UU No. 2 tahun 1989, pasal 16, ayat (1) Perguruan tinggi merupakan kelanjutan pendidikan menengah yang diselenggarakan untuk mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademis dan profesional yang dapat menerapkan, mengembangkan dan menciptakan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian.

Mengembangkan potensi diri mahasiswa merupakan salah satu tujuan dari pendidikan yang harus dicapai. Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari pendidikan dalam hal ini sangat dibutuhkan, melalui pelayanan bimbingan dan konseling diharapkan mahasiswa mampu mengatasi permasalahan yang dialaminya serta dapat mengembangkan potensi diri sehingga tujuan dari pendidikan yang diharapkan dapat tercapai, seperti dijelaskan oleh Prayitno (2013:85) bahwa konseling adalah pelayanan bantuan oleh tenaga profesional kepada seseorang atau sekelompok individu untuk mengembangkan kehidupan efektif sehari-hari dan penanganan kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu, dengan fokus pribadi mandiri yang mampu mengendalikan diri melalui penyelenggaraan berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung.<sup>1</sup>

Pelayanan bimbingan dan konseling memiliki sepuluh jenis layanan yaitu: layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan/penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi, dan layanan advokasi. Selanjutnya terdapat enam jenis kegiatan pendukung yaitu: aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, alih tangan kasus dan tampilan kepustakaan. Adapun format layanan mulai dari format individual, format kelompok, format klasikal, format lapangan, format kolaboratif, dan format jarak jauh.<sup>2</sup>

Salah satu layanan yang menjadi primadona dari kesepuluh layanan tersebut adalah layanan bimbingan kelompok dikarenakan layanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai cara untuk memperoleh pemahaman tentang topik yang akan di bahas baik itu topik bebas (topik yang disarankan dari anggota

---

<sup>1</sup> Prayitno, 2013. *Konseling Integritas*. Padang: UNP Press. Hal. 85

<sup>2</sup> Prayitno. 2009. *Wawasan Profesional Konseling*. Padang, hlm. 45

kelompok) maupun topik tugas (topik yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok), dilihat dari jumlah peserta layanan yang terbilang tidak begitu banyak sehingga pemimpin kelompok dapat fokus terhadap perubahan tingkah laku pada masing-masing anggota kelompok.

Dewa Ketut menjelaskan dengan diadakannya bimbingan kelompok peserta didik akan memperoleh informasi yang berharga dari teman diskusi dan pemimpin kelompok, dapat membangkitkan motivasi dan semangat mereka untuk melakukan tugas, mengembangkan kemampuan peserta didik berpikir kritis, mengembangkan keterampilan dan keberanian, untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah, serta dibina memperhatikan kepentingan orang lain, menghargai pendapat orang lain, serta menerima keputusan bersama baik di lingkungan masyarakat maupun di lingkungan tempat mengenyam pendidikan.<sup>3</sup>

Salah satu wadah tempat mengenyam pendidikan formal adalah Perguruan Tinggi, Perguruan tinggi adalah satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi, yang kelembagaannya dapat berupa akademi, politeknik, sekolah tinggi, institusi atau universitas.<sup>4</sup> Perguruan tinggi merupakan mata rantai yang berfungsi mengantar mahasiswa ke pintu gerbang kedewasaan dan kematangan intelektual. Setelah itu barulah diuraikan berbagai model pembentukan atau pembangunan perilaku Perguruan Tinggi.

STAI Sangatta merupakan salah satu dari sekian kampus PTA Islam Swasta di Nusantara yang berbentuk Sekolah Tinggi, dibawah naungan oleh Kementerian Agama dan termaktub ke dalam kopertais wilayah Ditjen Pendidikan Islam. Kampus ini telah ada sejak tahun 2007 dengan visi menjadi Perguruan Tinggi Agama Islam yang unggul, profesional, berkarakter dan kompetitif tingkat Nasional tahun 2020.

STAI Sangatta banyak diminati masyarakat tidak hanya calon mahasiswa dari dalam kota Sangatta saja namun banyak juga dari luar daerah, STAI Sangatta selalu mengalami perubahan yang sangat signifikan, terutama pembangunan infrastruktur, memperketat kedisiplinan, dan sistem ajaran yang diberikan dosen. Mahasiswa STAI Sangatta datang dari bermacam-macam daerah, antara lain: Jawa, Sulawesi, Flores, Sumatera.

Fenomena yang terjadi di STAI Sangatta diperoleh bahwa masih banyak terdapat mahasiswa menunjukkan gejala kurang memiliki kepercayaan diri. Hal ini ditunjukkan oleh gejala-gejala yang tampak pada tingkah laku mahasiswa, antara lain mahasiswa tidak aktif

---

<sup>3</sup> Sukardi, Dewa Ketut. 2003. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, hlm 221

<sup>4</sup> Syahrizal Abbas, 2009. *Manajemen Perguruan Tinggi*, Jakarta: Prenada Media Group, hlm. 89

saat diskusi, malu bertanya, tidak berani menjawab pertanyaan, sering menyontek karena tidak percaya dengan hasil kerja sendiri, mahasiswa tidak berani tampil di depan kelas.

Kepercayaan diri mahasiswa yang kurang baik jika dibiarkan akan menghambat aktualisasi dalam kehidupan, terutama terhadap keberhasilan dalam prestasi belajar. Sehingga akan menimbulkan masalah pribadi dan hubungan sosial, sehingga pada akhirnya mengganggu konsentrasi mahasiswa dalam proses belajar yang berakibat hasil belajarnya tidak optimal sesuai dengan kemampuannya. Salah satu tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu mahasiswa agar memperoleh tingkat perkembangan yang optimal sesuai dengan kemampuannya. Bantuan yang diberikan pada mahasiswa agar efektif harus memperhatikan jenis layanan bimbingan yang tepat dengan masalah yang dialami mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Abid Hussain tentang *effect of guidance services on study attitudes, study habits and academic achievement of secondary school students*. penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan memiliki pengaruh yang signifikan pada sikap belajar siswa, kebiasaan belajar dan prestasi akademik.<sup>5</sup>

Berdasarkan penelitian dan teori yang telah ada, maka peneliti mencoba memberikan alternatif sebagai upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, yaitu dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok yang terbilang sangat efektif dalam membantu mengembangkan potensi mahasiswa. Argumentasi yang relevan mengapa peneliti mengambil bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dengan beberapa pertimbangan diantaranya yaitu jumlah dalam bimbingan kelompok peserta tidak terlalu banyak dan tidak terlalu sedikit sehingga lebih efektif untuk penyelenggaraan dan pencapaian sasaran. Alasan kedua bahwa bimbingan kelompok akan menggunakan dinamika kelompok dimana interelasi antara anggota kelompok sangat intim dalam artian akan menjadi hangat, terbuka, bebas mengemukakan pendapat serta menerima pendapat orang lain.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang pengolahan datanya dilakukan dengan metode statistik. Metode kuantitatif digunakan untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri mahasiswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Desain penelitian ini adalah *Quasi Experiment* atau eksperimen semu, yaitu suatu desain eksperimen yang memungkinkan

---

<sup>5</sup> Hussain Abid. 2006. Effect of Guidance Services on Study Attitudes, Study Habits and Academic Achievement of Secondary School Students. *Journal of Education & Research*, (Online), Vol. 28, No. 1, (<http://jdsde.oxfordjournals.org/>, diakses Juni 2017).

peneliti mengendalikan variabel sebanyak mungkin dari situasi yang ada. Desain ini tidak mengendalikan variabel secara penuh seperti pada eksperimen sebenarnya, namun peneliti bisa memperhitungkan variabel apa saja yang tak mungkin dikendalikan, sumber-sumber kesesatan mana saja yang mungkin ada dalam menginterpretasi hasil penelitian.<sup>6</sup>

Sebelum perlakuan diberikan, mahasiswa yang menjadi sampel penelitian diberikan instrumen kepercayaan diri terlebih dahulu sebagai *pretest* baik untuk kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol ( $O_{pre} \text{ X } O_{post}$  dan  $O_{pre} - \text{X} O_{post}$ ), selanjutnya hasil *pretest* kedua kelompok tersebut disetarakan. Perlakuan (X) terhadap kelompok eksperimen diharapkan akan membuat hasil *posttest* kelompok eksperimen lebih baik dari hasil *posttest* kelompok kontrol. Pemberian *posttest* pada akhir kegiatan akan dapat menunjukkan seberapa jauh akibat perlakuan (X) berpengaruh terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Hal ini dilakukan dengan cara mencari perbedaan skor *posttest* kelompok eksperimen dan *posttest* kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok kontrol perbedaan itu bukan karena perlakuan. Perbedaan *posttest* kelompok eksperimen dan *posttest* kelompok kontrol akan memberikan gambaran lebih baik akibat perlakuan X. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non random sampling* dengan metode sampling purposif (*purposive sampling*). Menurut A. Muri Yusuf penentuan sampel secara *purposive* dilandasi tujuan atau pertimbangan-pertimbangan tertentu.<sup>7</sup>

Analisis data untuk melihat perbedaan kepercayaan diri mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok (kelompok eksperimen) digunakan analisis data dengan teknik *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Teknik analisis yang sama juga akan digunakan untuk melihat perbedaan kepercayaan diri mahasiswa pada *pretest* dan *posttest* (tanpa perlakuan layanan bimbingan kelompok) pada kelompok kontrol. Sementara untuk melihat perbedaan kepercayaan diri mahasiswa kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok, dengan mahasiswa kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok digunakan teknik *Kolmogorov Smirnov* bagi kelompok sampel ganda.

## C. KAJIAN TEORI

### 1. Kepercayaan Diri

---

<sup>6</sup> Kasiram, Mohammad. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*. Malang: UIN Malang Press, hlm. 213

<sup>7</sup> A. Muri Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press, hlm 205.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.<sup>8</sup> Benson dan Proctor berpendapat bahwa kepercayaan diri adalah: “keyakinan-keyakinan religius dan filosofis seseorang yang paling dalam terhadap pandangan luar yaitu yakin jiwa dan raga terhadap pandangan luar”.<sup>9</sup>

Menurut Angelis kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia untuk menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu. Setiap individu mempunyai hak untuk menikmati kebahagiaan dan kepuasan atas apa yang telah diperolehnya, tetapi itu akan sulit dirasakan apabila individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang rendah. Bukan hanya ketidakmampuan dalam melakukan suatu pekerjaan, tetapi juga ketidakmampuan dalam menikmati pekerjaan tersebut.<sup>10</sup> Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri baik yang bersifat lahir maupun batin dalam menghadapi tantangan hidup apapun, dengan melakukan suatu tindakan berbuat sesuatu untuk mencapai berbagai tujuan realistik dalam hidupnya.

Setiap manusia sangat membutuhkan kepercayaan diri. Seperti yang telah dikatakan oleh Adler dalam Lauster bahwa kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan kepercayaan diri<sup>11</sup>. Setiap manusia pasti membutuhkan kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan kebutuhan dasar manusia untuk dapat mencapai aktualisasi dirinya. Individu (siswa) tidak akan dapat mengaktualisasikan dirinya kalau kebutuhan akan kepercayaan diri belum terpuaskan.

Menurut Angelis ada tiga jenis kepercayaan diri, yaitu: kepercayaan diri tingkah laku, emosional dan spiritual

- a. Kepercayaan Diri Tingkah Laku  
Kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas, baik tugas-tugas yang paling sederhana hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
- b. Kepercayaan Diri Emosional  
Kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.
- c. Kepercayaan Diri Spiritual  
Keyakinan individu bahwa hidup ini memiliki tujuan yang positif dan keberadaan kita punya makna.<sup>12</sup>

---

<sup>8</sup> Hakim, Thursan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara, hlm 6.

<sup>9</sup> Herbert Benson dan William Proctor (Alih Bahasa Wulan Lukita Dewi). 2000. *Mengoptimalkan Kepercayaan Diri*. Jakarta: Handal Niaga, hlm 3-9.

<sup>10</sup> Angelis, Barbara De. 2003. *Confidence (Percaya Diri)*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, hlm 10.

<sup>11</sup> Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Sinar Grafika Offset, hlm 13

<sup>12</sup> Angelis, Barbara De. 2003. *Confidence (Percaya Diri)*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, hlm 58.

Ada ciri-ciri tertentu dari individu yang memiliki kepercayaan diri. Hakim menerangkan bahwa ciri-ciri individu yang mempunyai rasa percaya diri, yaitu selalu tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, memiliki kecerdasan yang cukup, memiliki latar belakang keluarga yang baik, memiliki kemampuan bersosialisasi, memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup, selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.<sup>13</sup> Sedangkan Lindenfield dalam Kamil menggolongkan ciri-ciri kepercayaan diri menjadi 2 jenis, yaitu (1) ciri-ciri kepercayaan diri batin dan (2) ciri-ciri kepercayaan diri lahir.<sup>14</sup>

Sementara itu rasa kurang percaya diri pada individu dapat dilihat dengan gejala-gejala tertentu yang dapat ditunjukkan dalam berbagai perilaku. EL Quusy dalam Daradjad menjelaskan gejala-gejala perilaku kurang percaya diri yaitu suka melamun, kelakuan tidak baik, berlebihan untuk menunjukkan kebaikan, keadaan emosi, keadaan seperti gagap dan ngompol serta gejala lainnya". Kurang percaya diri ini dengan berbagai faktor menyebabkan mungkin timbul kelakuan menarik diri atau negatif, seperti malas, menyendiri, pengecut dan sebagainya.<sup>15</sup>

## 2. Bimbingan Kelompok

Istilah bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana serta bisa juga diorganisasikan dengan maksud mencegah berkembangnya masalah dalam diri anggota kelompok. Isinya dapat meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi atau sosial, bertujuan menyediakan informasi yang akurat bagi anggota kelompok untuk dapat membantu mereka membuat perencanaan dan keputusan hidup yang lebih tepat.<sup>16</sup>

---

<sup>13</sup> Hakim, Thursan. 2005. Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta : Puspa Swara, hlm 5.

<sup>14</sup> Lindenfield, Gael (Alih Bahasa Ediat Kamil). 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Yogyakarta : Arcan, hlm 6.

<sup>15</sup> El Quussy, Abdul Azis (Alih Bahasa Zakiyah Daradjad). 1991. *Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa-Mental*. Jakarta : Bulan Bintang, hlm 144.

<sup>16</sup> Gibson, L.R., & Mitchell, H.M. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Ketujuh. Terjemahan oleh Yudi Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hlm 275.

Layanan bimbingan kelompok seringkali disebut-sebut sebagai layanan primadona dalam kegiatan bimbingan dan konseling. Selain karena bisa mencakup sasaran layanan lebih banyak dalam pelaksanaan satu kali layanan, bimbingan kelompok juga dinilai efektif dalam membantu siswa mencapai tugas-tugas perkembangannya.

Prayitno menjelaskan layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan bermanfaat untuk diri peserta sendiri dan peserta lainnya.<sup>17</sup> Selanjutnya Sukardi menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber (guru BK) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.<sup>18</sup>

Pemberian informasi dalam layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk meningkatkan pemahaman tentang kenyataan, aturan-aturan dalam kehidupan, dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan tugas, serta meraih masa depan dalam studi, karir ataupun kehidupan. Lebih tepatnya lagi bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memiliki tujuan untuk pengembangan diri.

Gibson & Mitcheel menjelaskan bahwa aktivitas bimbingan kelompok penting untuk menyediakan pembelajaran dan pemahaman yang relevan dengan pengambilan keputusan karir dan pendidikan, penyesuaian pribadi-sosial, keterampilan mencari kerja dan menjalani interviu serta keterampilan dalam memilih teknik-teknik dalam belajar.<sup>19</sup>

Dinamika kelompok yang tercipta dalam proses bimbingan kelompok menggambarkan hidupnya suatu kegiatan kelompok. Hangatnya suasana atau kakunya komunikasi yang terjadi juga tergantung pada peranan pemimpin kelompok. Oleh karena itu, pemimpin kelompok memiliki peranan yang penting dalam rangka membawa para anggotanya menuju suasana yang mendukung tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Prayitno menjelaskan pada umumnya ada lima tahap pelaksanaan dalam bimbingan kelompok, yaitu (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap

---

<sup>17</sup> Prayitno, 1996. *Penyuluhan Bimbingan dan Konseling*. Buku Materi Penataran Calon Instruktur BK di SMU. Jakarta, hlm 4.

<sup>18</sup> Sukardi, Dewa Ketut. 2003. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, hlm 48.

<sup>19</sup> Gibson, L.R., & Mitchell, H.M. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Ketujuh. Terjemahan oleh Yudi Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hlm 300.



kegiatan (4) tahap kesimpulan (5) tahap penutup. Tahap–tahap ini merupakan suatu kesatuan dalam seluruh kegiatan kelompok. Adapun tahapan dalam bimbingan kelompok akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Tahap I : Pembentukan

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap pembentukan ini yaitu mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan kelompok, saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, teknik khusus, permainan untuk penghangatan/ pengakraban.

b. Tahap II : Peralihan

Tahap peralihan ini dilaksanakan setelah para anggota kelompok telah saling mengenal, akrab, kebersamaan dan keterpaduan antara sesama anggota dan pemimpin kelompok. Keakraban dan kebersamaan ini akan menimbulkan rasa percaya diri, saling mempercayai sesama anggota, saling keterkaitan (berempati) dan memiliki tekad yang sama untuk mewujudkan kegiatan kelompok dalam mencapai tujuan bersama.

c. Tahap III : Kegiatan

Tahap ini merupakan kegiatan yang sebenarnya dari bimbingan kelompok. Dalam tahap ini ada topik tugas dan topik bebas, topik bebas dikemukakan oleh anggota kelompok sedangkan topik tugas ditentukan oleh pimpinan kelompok. Dalam penelitian ini akan digunakan satu topik saja yaitu topik tugas yang nantinya seluruh peserta diharapkan berperan aktif dan terbuka mengemukakan apa yang dirasakannya dan difikirkannya, dan apa yang dialaminya yaitu mengemukakan sebuah masalah yang bersifat pribadi maupun topik yang sedang aktual dan hangat.

d. Tahap IV : Penyimpulan

Tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.

e. Tahap V : Penutup

Tahapan ini merupakan tahapan akhir dari seluruh kegiatan. Kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya, dan salam hangat perpisahan.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Prayitno, 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling (Pendidikan Profesi Konseling)*. Padang: FIP UNP, hlm 170.

#### D. TEMUAN PENELITIAN

Temuan dari penelitian ini bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kepercayaan diri mahasiswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tingkat kepercayaan diri mahasiswa kelompok eksperimen berada pada kategori baik, sementara tingkat kepercayaan diri mahasiswa kelompok kontrol berada pada kategori kurang baik. Selanjutnya untuk lebih memahami secara konseptual hasil penelitian, maka dilakukan pembahasan terhadap hasil penelitian.

##### 1. Kondisi kepercayaan diri mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat *pretest* kondisi kepercayaan diri mahasiswa MPI semester 3 reguler dan mahasiswa MPI semester 3 weekend berasal dari luar kota berada pada kategori kurang baik, dengan mean rank kelompok eksperimen 96,9 dan kelompok kontrol 96,1. Setelah diberikan perlakuan yaitu dengan layanan bimbingan kelompok (kelompok eksperimen) dan layanan informasi (kelompok kontrol), kepercayaan diri kelompok eksperimen mengalami peningkatan sementara, kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan.

Penurunan prestasi akademik mahasiswa dapat terjadi dikarenakan kepercayaan diri mahasiswa yang kurang baik, sejalan dengan hasil penelitian Lidgren (dalam The Liang Gie, 1995:194) bahwa kepercayaan diri memainkan peranan yang terpenting bagi kesuksesan akademik, sehingga perlu dicarikan solusi untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa agar prestasi akademik mahasiswa dapat meningkat. Penerapan layanan bimbingan kelompok merupakan alternatif layanan yang dapat diterapkan dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Sesuai dengan manfaat dari layanan bimbingan kelompok yaitu membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat serta nilai-nilai yang dianutnya ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada mahasiswa dan mengembangkan potensi diri mahasiswa.<sup>21</sup>

Pemanfaatan layanan bimbingan kelompok telah diterapkan oleh beberapa peneliti sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Isti Yuni Purwanti (2012) mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk mengatasi kesulitan belajar

---

<sup>21</sup> Tatik, Romlah. 2001. *Teknik dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Dirjen Dikti P2LPTK Depdikbud, hlm 3.

siswa, temuan dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengatasi kesulitan belajar siswa, selanjutnya penelitian yang dilakukan Dany Soesilo (2012) mengungkapkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat peningkatan konsentrasi belajar siswa, hal tersebut dijelaskan melalui hasil analisis data *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan  $p = 0,029 \leq 0,050$ , mean rank kelompok eksperimen sebesar 17,89 dan mean rank kelompok kontrol sebesar 11,11 dengan selisih 6,78.

Layanan bimbingan kelompok yang terprogramkan, dalam hal ini yaitu layanan bimbingan kelompok yang membahas topik tugas berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa yang semula tingkat kepercayaan diri mahasiswa berada pada kategori kurang baik. yang mana siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki tingkat kepercayaan diri yang sama. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen tingkat kepercayaan diri meningkat berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.

## 2. Perbedaan kepercayaan diri kelompok eksperimen dengan bimbingan kelompok terprogramkan (*pretest-posttest*)

Kepercayaan diri merupakan hal yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan mahasiswa dalam belajar, salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa memperoleh hasil belajar rendah salah satunya yaitu kepercayaan diri mahasiswa yang belum baik seperti, tidak berani bertanya atau menjawab pertanyaan, tidak percaya diri saat menjelaskan didepan, mencontek.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pertama bahwa terjadi peningkatan skor kepercayaan diri mahasiswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, sehingga layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan alternatif untuk mengatasi masalah sosial, pribadi dan belajar pada mahasiswa. Hal ini sesuai dengan asumsi peneliti yang berpendapat layanan pemanfaatan layanan bimbingan kelompok efektif terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa.

Setelah layanan bimbingan kelompok yang terprogramkan diberikan pada kelompok eksperimen, tingkat kepercayaan diri mahasiswa meningkat. mahasiswa kelompok eksperimen yang semula memiliki kepercayaan diri **kurang baik** (80%) dan **cukup baik** (20%) kepercayaan diri meningkat menjadi **sangat tinggi** (20%), **baik** (80%),

hasil rata-rata skor kelompok eksperimen pada *pretest* 96,9 *posttest* 150,1 meningkat sebanyak 54,90% . dari kategori kurang baik menjadi baik

Senada dengan hasil penelitian Abid Husaain Ch (2006) menunjukkan bahwa dengan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa terhadap topik yang dibahas, meningkatkan sikap dan kebiasaan belajar siswa dalam penelitiannya dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa.

Layanan bimbingan kelompok bertujuan menyediakan informasi yang akurat bagi anggota kelompok untuk dapat membantu mereka dalam membuat perencanaan dan keputusan hidup yang lebih tepat (Gibson & Mitchell, 2011:275). Sehingga apabila dikaitkan dengan penelitian bahwa layanan bimbingan kelompok diharapkan dapat membuat mahasiswa mengambil keputusan dalam merubah kepercayaan diri mereka agar lebih baik lagi sehingga bisa memperoleh prestasi baik di kampus maupun dilingkungan masyarakat.

### **3. Perbedaan kepercayaan diri kelompok kontrol tanpa layanan bimbingan kelompok yang terprogramkan (*Pretest* dan *Posttest*)**

Hipotesis kedua yang berbunyi “tidak terdapat perbedaan yang signifikan kepercayaan diri mahasiswa kelompok kontrol, sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan layanan informasi”. Pengujian dilakukan dengan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil pengujian membuktikan bahwa pada kelompok kontrol hasil *pretest* kebiasaan belajar tidak terdapat perbedaan dengan hasil *posttest*, variabel kepercayaan diri  $Z$  sebesar 2.604 pada Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar .009. Dengan kata lain bahwa  $t_{hitung} < t_{tabel}$ , sehingga hipotesis kedua dari penelitian ini diterima yaitu tidak ada peningkatan pengkategorian kepercayaan diri mahasiswa kelompok kontrol. Hal ini sesuai dengan asumsi peneliti bahwa kepercayaan diri mahasiswa yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok cenderung menetap.

Mahasiswa kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok yang terprogramkan sesuai dengan tujuan penelitian. Melainkan mengikuti layanan bimbingan konseling yang telah diprogramkan oleh dosen BK, namun layanan yang diberikan tidak fokus dengan peningkatan kepercayaan diri mahasiswa. Sehingga para mahasiswa tidak mendapatkan pemahaman mengenai bagaimana cara-cara yang baik untuk meningkatkan kepercayaan diri, hasil *pretest* dan *posttest* kepercayaan diri mahasiswa kelompok kontrol meskipun tidak diberi perlakuan bimbingan kelompok mengalami peningkatan skor sebanyak 9 (sembilan) mahasiswa dan 1 (satu) mahasiswa mengalami penurunan skor. Peningkatan dan penurunan skor kepercayaan diri mahasiswa masih berada pada kategori yang sama yaitu cukup baik dan kurang baik.

Hasil pengujian hipotesis kedua dalam penelitian ini sesuai dengan asumsi peneliti yaitu skor kepercayaan diri mahasiswa akan cenderung menetap atau tidak terjadi perbedaan skor *pretest* dan *posttest* mahasiswa yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok yang terprogramkan. Hal ini dapat dilihat pada rata-rata *pretest* 96,1 dan *posttest* 101,7. Peningkatan yang mampu diraih mahasiswa kelompok kontrol hanya sebesar 5,82% dan tetap berada pada kategori kurang baik.

Melalui layanan informasi dari dosen BK mahasiswa memperoleh pengetahuan untuk mengembangkan potensi mereka, Hal tersebut sesuai dengan pendapat Dewa Ketut Sukardi (1995: 93) yang menjelaskan tujuan pelaksanaan layanan informasi yaitu a) agar mahasiswa mengetahui sumber-sumber yang diperlukan, b) agar mahasiswa dapat memanfaatkan sarana yang ada sebagai sumber informasi, c) agar mahasiswa dapat memilih dengan tepat kesempatan-kesempatan yang ada dalam lingkungannya.

Setelah diberikan layanan informasi, terjadi peningkatan kepercayaan diri mahasiswa, namun peningkatan tidak signifikan. Hal tersebut disebabkan karena layanan informasi cenderung hanya memberikan pengetahuan-pengetahuan tentang cara meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dengan baik, namun tidak ada dinamika kelompok di dalamnya dan jumlah kelompok dalam layanan informasi tergolong besar karena diberikan secara klasikal sehingga kurang dapat menyentuh setiap mahasiswa yang diberikan layanan.

#### **4. Perbedaan Peningkatan Kepercayaan Diri Mahasiswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Penerapan Layanan Informasi.**

. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor kepercayaan diri mahasiswa, dimana skor kepercayaan diri mahasiswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan sementara, siswa kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan skor. Hal ini terjadi karena kelompok eksperimen diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok yang telah dirancang sedemikian rupa berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri mahasiswa, sementara mahasiswa kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan yang sama. Mahasiswa kelompok kontrol diberikan layanan bimbingan dan konseling oleh dosen BK sesuai dengan program bimbingan dan konseling yang telah dirancang oleh dosen BK yaitu melalui layanan informasi, namun tidak spesifik membahas mengenai peningkatan kepercayaan diri mahasiswa.

Hal ini dapat dilihat dari hasil rata-rata *posttest* kelompok eksperimen 150,1 dan kelompok kontrol 101,7, sehingga selisih antara *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol sebanyak 49%. Dari selisih tersebut terlihat jelas bahwa perbedaan kepercayaan diri

kelompok eksperimen dan kontrol signifikan. Hasil *posttest* kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan pada masing-masing mahasiswa.

Peningkatan skor yang terjadi pada masing-masing mahasiswa yaitu mahasiswa dengan kode (E1) meningkat sebesar 52,68%, (E2) 48,95% (E3) 60,92% (E4) 54,54% (E5) 71,11% (E6) 62,35% (E7) 34,82% (E8) 47,36%, (E9) 58,33%, dan (E10) 62,85%. Seluruh mahasiswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor dan pengkategorian tingkat kepercayaan diri mahasiswa, sedangkan mahasiswa kelompok kontrol dengan kode (K1) mengalami peningkatan 7,86% (K2) 0,94% (K3) 6,45% (K4) 8,91 (K5) 5,49 (K6) 10,98, (K7) mengalami penurunan 1,88%, (K8) meningkat 6,25%, (K9) 9,00%, dan (K10) 5,10%. Siswa kelompok kontrol mengalami peningkatan skor sebanyak 9 (sembilan) mahasiswa, namun peningkatan yang terjadi masih pada kategori yang sama. Sedangkan 1 (satu) mahasiswa mengalami penurunan skor kepercayaan diri.

Pengubahan perilaku mahasiswa teruji secara nyata bahwa bimbingan kelompok lebih baik sebagai salah satu media efektif untuk menciptakan suasana layanan bimbingan dan konseling yang lebih bervariasi dan interaktif, melatih pengembangan daya pikir dan fantasi untuk menciptakan interaksi multiarah dengan bertanggung jawab terhadap komitmen yang telah dibuat dan diungkapkan pada saat mengikuti layanan bimbingan kelompok, sehingga dengan meningkatnya kebiasaan belajar siswa dapat terhindar dari kemungkinan gagal dalam meraih prestasi akademik di Perguruan Tinggi maupun di lingkungan masyarakat.

Pada prinsipnya, kedua pendekatan sama-sama bertujuan untuk memberikan informasi, namun permasalahannya terletak pada teknik yang dilakukan dan jumlah peserta yang mengikuti layanan. Cara pengungkapan yang ditawarkan melalui layanan bimbingan kelompok adalah dengan memberikan kebebasan berpendapat tanpa ada unsur pemaksaan dan para anggota kelompok merasa diperhatikan karena jumlah anggota kelompok terbatas yaitu 10 orang mahasiswa, sementara layanan yang diberikan secara klasikal seperti layanan informasi mahasiswa cenderung tidak membuka diri dikarenakan jumlah yang mengikuti layanan tergolong kelompok yang besar.

Pendekatan kelompok pada intinya menggunakan dinamika kelompok agar dapat menghidupkan situasi kelompok sehingga masing-masing antar anggota kelompok akan menciptakan situasi kelompok yang harmonis dan dinamis. Kondisi yang harmonis dan dimanis tidak terlepas dari situasi yang tidak dipaksakan, lebih kepada tercapainya pengekspresian diri, sehingga konsep yang tidak monoton akan sangat membantu mahasiswa peserta layanan berekspresi.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok akan sangat membantu mahasiswa untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka, dan dapat dijadikan alternatif bagi dosen BK dalam membantu masalah mahasiswa yang berkaitan dengan kepercayaan diri agar mahasiswa agar dapat memperoleh prestasi yang baik pula baik di kampus maupun di lingkungan masyarakat.

#### E. KESIMPULAN

Berdasarkan ketiga hipotesis penelitian ini, membuktikan bahwa bimbingan kelompok bermanfaat sekali dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Layanan bimbingan kelompok yang telah teruji efektif pada penelitian ini bertujuan untuk mengajak mahasiswa mampu dalam memahami serta mengimplementasikan secara keseluruhan apa yang telah mahasiswa dapatkan dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri.

#### F. SARAN

Dosen BK disarankan dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan kepercayaan diri khususnya dengan pemanfaatan layanan bimbingan kelompok serta membuat program yang menarik terkait upaya meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa serta diharapkan Sekolah Tinggi Agama Islam Sangatta dapat membentuk unit pelayanan konseling mahasiswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Angelis, Barbara De. 2003. *Confidence (Percaya Diri)*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- A. Muri Yusuf. 2005. *Metodelogi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- El Quussy, Abdul Azis (Alih Bahasa Zakiyah Daradjad). 1991. *Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa-Mental*. Jakarta : Bulan Bintang.
- Gibson, L.R., & Mitchell, H.M. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Ketujuh. Terjemahan oleh Yudi Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hakim, Thursan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hussain Abid. 2006. Effect of Guidance Services on Study Attitudes, Study Habits and Academic Achievement of Secondary School Students. *Journal of Education & Research*, (Online), Vol. 28, No. 1, (<http://jdsde.oxfordjournals.org/>), diakses Juni 2017).

- Kasiram, Mohammad. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*. Malang: UIN Malang Press.
- Lindenfield, Gael (Alih Bahasa Ediat Kamil). 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Yogyakarta : Arcan.
- Prayitno. 1996. *Penyuluhan Bimbingan dan Konseling*. Buku Materi Penataran Calon Instruktur BK di SMU. Jakarta.
- & Erman, A. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Cetakan ke dua. Jakarta: Rineka Cipta.
- . 2009. *Wawasan Profesional Konseling*. Padang.
- . 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling (Pendidikan Profesi Konseling)*. Padang: FIP UNP.
- . 2013. *Konseling Integritas*. Padang: UNP Press.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2003. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syahrizal Abbas, 2009. *Manajemen Perguruan Tinggi*, Jakarta: Prenada Media Group.
- Tatik, Romlah. 2001. *Teknik dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Dirjen Dikti P2LPTK Depdikbud.