



Pengaruh Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Ellin Safitri¹, Alfiandy Warih Handoyo², Meilla Dwi Nurmala³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Sultan Ageng Tirtayasa¹²³

Email : ellinsafitri1@gmail.com¹, alfiandywh@untirta.ac.id²,
meilla.dwi.nurmala@untirta.ac.id³

Received: 2022-06-07; Accepted: 2022-07-26; Published: 2022-08-31

Abstrak

Dewasa ini memiliki kepercayaan diri tentunya berdampak baik untuk kehidupan individu, dengan adanya kepercayaan diri maka individu mampu melaksanakan tugasnya dengan bersungguh-sungguh dan yakin akan keberhasilan. Sebaliknya, jika individu tidak memiliki kepercayaan diri akan merasa pesimis dan tidak bersungguh-sungguh melaksanakan tugasnya. Kurangnya kepercayaan diri ini dapat berdampak tidak baik untuk individu dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Tujuan dari penelitian ini yaitu: a) mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan treatment; b) mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sesudah diberikan treatment dengan teknik homeroom; c) mengetahui pengaruh teknik homeroom untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X Di SMA Negeri 24 Kabupaten Tangerang. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan *one group pre-test post-test design*. Teknik pengumpulan data menggunakan metode kuesioner berupa skala kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa dilihat dari hasil *post-test* yang lebih tinggi dari hasil *pre-test* serta melalui perhitungan dengan menggunakan analisis data uji *Wilcoxon* yang menunjukkan *Asymp.Sig (2-tailed)* bernilai 0,018 menjabarkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *Homeroom* berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 24 Kabupaten Tangerang Tahun Ajaran 2021/2022.

Kata Kunci: *Kepercayaan Diri; Homeroom; Bimbingan Kelompok.*

Abstract

Today having self-confidence certainly has a good impact on individual lives, with self-confidence, individuals are able to carry out their duties seriously and are sure of success. On the other hand, if individuals do not have self-confidence, they will feel pessimistic and do not really carry out their duties. This lack of self-confidence can have a bad impact on individuals in developing their potential. The aims of this study are: a) to know the level of students' self-confidence before being given treatment; b) knowing the level of students' self-confidence after being given treatment with the homeroom technique; c) determine the effect of the homeroom technique to increase the self-confidence of class X students at SMA

Negeri 24 Tangerang district. The method used in this research is a pre-experiment with one group pre-test post-test design. The data collection technique used a questionnaire method in the form of a self-confidence scale. The results showed that there was an increase in students' self-confidence seen from the post-test results which were higher than the pre-test results and through calculations using Wilcoxon test data analysis which showed Asymp.Sig (2-tailed) was worth 0.018 describing that group guidance with techniques Homeroom has an effect on increasing the self-confidence of class X students at SMA Negeri 24 Kabupaten Tangerang for the Academic Year 2021/2022.

Keywords: *Self Confidence; Homeroom; Group Guidance.*

Copyright © 2022 Coution : Journal of Counseling and Education

LATAR BELAKANG

Remaja atau “*adolescence*” bersumber dari bahasa latin “*adolescere*” yang diartikan tumbuh ke arah dewasa. Sehingga menurut Piaget secara keseluruhan pertumbuhan tersebut melibatkan kestabilan dari segi mental, emosional, sosial maupun fisik (Hurlock, 2017). Psikolog G. Stanley Hall “*adolescence is a time of ‘storm and stress’*” yang dimaknai sebagai adanya perubahan besar dari segi fisik maupun psikis pada remaja yang akan menimbulkan dampak kesedihan dan keresahan (Jannah, 2016).

Usia remaja berada direntang 12 hingga 21 tahun ini merupakan waktu dimana remaja merasakan perubahan dari anak-anak mengarah ke dewasa yang biasanya ditandai dengan adanya perubahan pada fisiknya, psikis atau sikapnya serta emosionalnya (Hurlock, 2017). Santrock mengatakan bahwa masa remaja dibedakan menjadi dua periode yaitu remaja awal dan remaja akhir. Periode remaja awal berlangsung kurang lebih ketika individu berada di sekolah menengah pertama hingga di sekolah menengah akhir, sedangkan periode remaja akhir kurang lebih berada ketika remaja memasuki usia 20 tahun (Deni, 2016).

Disamping itu remaja juga memiliki tugas perkembangan yang harus dicapai seperti dapat menerima diri, mengetahui peranannya di masyarakat sesuai dengan jenis kelaminnya, memiliki rasa tanggung jawab, dan dapat merencanakan masa depannya. Perkembangan remaja yang tidak berlangsung dengan semestinya akan berdampak pada perbuatan antisosial hingga asusila yang dilakukan oleh remaja (Ali & Asrosi, 2018). Tugas perkembangan yang tidak sempurna pada masa perubahan ini akan berdampak pada kepercayaan diri yang rendah, seperti yang dikemukakan oleh Lauster bahwa rendahnya kepercayaan diri pada remaja dapat mengakibatkan seseorang kurang bertanggungjawab, menjadi ragu-ragu, pesimis dalam menghadapi rintangan, terlalu cemas dalam mengemukakan pendapatnya, serta sering membandingkan diri dengan orang lain. Dilihat dari reaksi sosial yang disadari oleh remaja, terdapat keresahan terhadap bentuk tubuh yang dirasa tidak menempati ketentuan yang berlaku sebab remaja menyadari bahwa fisik merupakan daya tarik awal yang cukup berperan dalam hubungan sosial, hal ini membuat remaja semakin meresahkan perubahan pada fisik yang dimilikinya.

Hakim (Purwantini, 2018) mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan yang dimiliki seseorang mengenai segala kelebihanannya, sehingga keyakinan tersebut mampu membuat seseorang untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Pendapat lain dari Rahmadhani & Putrianti (Trihendio, 2019) memaparkan kepercayaan diri adalah suatu sikap yakin terhadap diri sendiri yang hadir karena sikap positif memaknai kemampuan yang dimiliki sehingga tidak terpengaruhi oleh orang lain dan merasa ragu-ragu dalam mengambil

keputusan. Dariyo (Febrina, 2021) mengatakan bahwa percaya diri adalah kemampuan seseorang untuk dapat memahami serta meyakini potensi yang dimilikinya agar dapat digunakan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kehidupannya. Sedangkan Lauster memaparkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga mampu bertindak untuk tidak terlalu mencemaskan suatu hal, dapat melakukan kegiatan sesuai keinginan secara bebas namun tetap bertanggung jawab, berinteraksi dengan sopan terhadap orang lain, mampu melihat kelebihan dan kekurangan diri (Lauster, 2015).

Anthony mengemukakan bahwa memiliki kepercayaan diri dapat membantu remaja sebagai individu untuk terus mengembangkan potensinya secara optimal (Ghufron & S, 2012). Rata-rata usia remaja masih berada di jenjang pendidikan menengah, dalam hal ini guru bimbingan dan konseling di sekolah sebagai fasilitator diharapkan dapat membantu remaja untuk menumbuhkan sikap percaya diri. Bimbingan dan konseling menurut Sunaryo Kartadinata diartikan sebagai upaya atau proses membantu individu untuk memperoleh suatu perkembangan yang optimal (Yusuf & Nurihsan, 2016). Sementara Rochman Natawidjaja mengartikan bahwa bimbingan sebagai upaya memberikan pertolongan kepada seseorang yang dilakukan secara berkelanjutan prosesnya agar individu dapat memahami dirinya serta sanggup memfokuskan dirinya dan dapat bertindak yang sesuai dengan kondisi lingkungan sosial di sekitarnya (Yusuf & Nurihsan, 2016).

Bimbingan konseling memiliki sebuah layanan bimbingan kelompok yang dapat dikatakan sebagai layanan yang bersifat preventif. Gazda (Irawan & Dahlan, 2013) memaparkan bahwa bimbingan kelompok merupakan sebuah proses di mana individu memperoleh bantuan melalui suasana berkelompok yang nantinya individu tersebut dapat memperoleh pemahaman mengenai masalah tertentu sehingga dapat menentukan cara memecahkan masalah melalui alternatif atau pilihan terbaik. Bimbingan kelompok pun memiliki berbagai macam metode, seperti yang dipaparkan oleh Tohirin yang mengatakan bimbingan kelompok terdapat beberapa metode yang dapat dilakukan seperti *homeroom*, melaksanakan karyawisata, berdiskusi dalam kelompok, melakukan kegiatan kelompok, adanya organisasi siswa, melalui sosiodrama ataupun psikodrama, serta pengajaran remedial. Adapun penelitian ini menggunakan metode bimbingan kelompok dengan teknik *Homeroom*.

Pietrofesa (Romlah, 2020) menjelaskan bahwa *Homeroom* merupakan suatu teknik bimbingan kelompok yang melakukan pertemuan di luar jam dengan suasana kekeluargaan yang dibina oleh guru BK sebagai pemimpin kelompok. Dikatakan *homeroom* sebab kegiatan yang berlangsung selama pelaksanaan bimbingan kelompok bersituasi seperti suasana rumah, sehingga di dalam kelompok ini ketua kelompok atau guru BK dapat berperan sebagai ayah, ibu atau kakak dari siswa. Hal ini bertujuan untuk pembimbing dapat lebih mengenal siswanya dan siswa merasa akrab melalui situasi yang tidak formal tersebut sehingga diharapkan siswa akan terbuka dalam mengemukakan pendapatnya.

Penelitian tentang bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* mengenai topik kepercayaan diri pada siswa kelas X di sekolah SMAN 24 Kabupaten Tangerang dilakukan karena peneliti menemukan fenomena bahwa terdapat rendahnya kepercayaan diri siswa kelas X seperti kurangnya interaksi diantara siswa, tidak adanya keberanian dalam memberikan pendapat, dan belum adanya rasa percaya pada kemampuan yang dimiliki, dibarengi dengan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* belum pernah terlaksana karena keterbatasan waktu yang disediakan khusus untuk bimbingan dan konseling sebab sudah terlalu penuh diisi oleh jam mata pelajaran yang ada di sekolah tersebut.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen *one group pre-test post-test design*. Sugiyono (2020) menjelaskan pendekatan pra-eksperimen merupakan tipe riset yang belum terlaksana dengan sungguh-sungguh, sehingga variabel luar memiliki pengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Adapun desain ini dapat gambarkan sebagai berikut :

Desain *Pre-Test* Dan *Post-Test*

$$O_1 \text{ X } O_2$$

Keterangan:

- O_1 : *Pre-test* untuk mengukur rata-rata kepercayaan diri sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok.
- X : Perlakuan berupa bimbingan kelompok dalam waktu tertentu.
- O_2 : *Post-test* untuk mengukur rata-rata kepercayaan diri subjek yang telah mendapat perlakuan, adapun tes ini menggunakan angket yang sama dengan tes awal.

Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh siswa kelas X di SMA Negeri 24 Kabupaten Tangerang dan sampelnya terdiri dari 7 siswa. Adapun pemerolehan subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana pengumpulan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2020). Peneliti memperoleh subjek berdasarkan pertimbangan dari kriteria tertentu seperti siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dilihat dari hasil *pre-test* dan juga berdasarkan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling di sekolah.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner dan wawancara. Menurut Sugiyono (Sugiyono, 2020), kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang tepat dan praktis bila peneliti mengetahui dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang diharapkan dari responden. Menurut (Sugiyono, 2020) wawancara merupakan suatu teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin mengetahui persoalan yang lebih mendalam dari responden, teknik pengumpulan data ini bersumber dari laporan mengenai diri sendiri atau keyakinan pribadi dari responden.

Kuesioner sebagai instrument penelitian ini berupa skala kepercayaan diri yang diberikan kepada siswa pada saat *pre-test* dan *post-test*. Penelitian ini menggunakan jenis skala likert, menurut (Sugiyono, 2020) skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Setelah didapatkan hasil dari kuesioner yang diberikan, kemudian subjek diwawancarai mengenai kepercayaan diri mereka setelah dan sebelum dilaksanakan *treatmen* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*.

Hasil perhitungan dari skala kepercayaan diri menunjukkan bahwa skala yang telah dibuat dan digunakan oleh peneliti memiliki reliabilitas sebesar 0,900. Berdasarkan hasil *Cronbach's Alpha* dengan nilai $\alpha > 0,70 - 0,90$ berarti mensugestikan seluruh item reliabel dan seluruh tes secara konsisten memiliki reliabilitas yang kuat sehingga variabel dari kepercayaan diri memenuhi persyaratan untuk digunakan dalam penelitian.

Selanjutnya dikarenakan subjek penelitian kurang dari 25, maka distribusi data ini dianggap tidak normal dan data yang diperoleh ini merupakan data ordinal, sehingga statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-parametrik*. Dari hal tersebut peneliti dapat melihat perbedaan hasil/nilai siswa antara *pre-test* dan *post-test* melalui uji *Wilcoxon*. Pelaksanaan uji *Wilcoxon* ini digunakan untuk menganalisis kedua data yang berpasangan, analisis menggunakan bantuan program *SPSS versi 22.0 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kepercayaan diri siswa sebelumnya telah diukur menggunakan angket dengan pengukuran berdasarkan skala *likert* yang telah ditetapkan. Data yang telah diperoleh kemudian dapat dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Kepercayaan Diri Siswa

No	Kriteria	Skor	Presentase
1.	Rendah	$X < 94$	$X < 50\%$
2.	Sedang	$\leq 94 \ X \leq 141$	$\leq 50\% \ X \leq 75\%$
3.	Tinggi	$X \geq 188$	$X \geq 100\%$

Setelah ditentukan kategori kepercayaan diri pada siswa, selanjutnya peneliti akan mengkategorisasikan skor kepercayaan diri siswa dari data *pre-test* dan *post-test*. Data *pre-test* didapatkan sebelum siswa diberikan layanan bimbingan kelompok dan data *post-test* didapatkan setelah pelaksanaan layanan. Pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dilakukan dengan empat kali pertemuan di mana setiap pertemuannya berdurasi 30 – 45 menit. Adapun hasil skor *pre-test* yang akan diketahui pada tabel berikut:

Tabel 2. Data Hasil *Pre-Test*

No	Inisial	Skor <i>Pre-test</i>	%	Kriteria
1.	ANK	114	60%	Sedang
2.	DAF	90	47%	Rendah
3.	GPN	94	50%	Rendah
4.	NMM	104	55%	Sedang
5.	ORS	112	59%	Sedang
6.	SLP	93	49%	Rendah
7.	VAH	94	50%	Rendah

Berdasarkan pada tabel persentase hasil *pre-test* yang telah ditunjukkan maka diartikan sebagai kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 24 Kabupaten Tangerang terdapat siswa yang berkategori rendah dan sedang. Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* terhadap siswa dengan kategori rendah-sedang dimaksudkan agar kelompok tidak berjalan dengan pasif dengan siswa yang terlalu diam.

Setelah diperoleh data *pre-test* dari siswa kelas X ini kemudian peneliti melaksanakan *treatment* atau kegiatan penelitian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* yang dilaksanakan selama empat kali pertemuan dengan waktu 45 menit, di mana pada pertemuan pertama membahas mengenai mempelajari kepercayaan, pertemuan ke-dua membahas tentang belajar menyelesaikan tugas, pertemuan ke-tiga membahas tentang

kepercayaan diri sosial, dan pada pertemuan ke-empat terdapat bahasan mengenai pendongkrak kepercayaan diri.

Siswa yang telah mengikuti bimbingan kelompok kemudian diminta untuk mengisi kembali angket sebagai data untuk *post-test*. Berikut merupakan hasil *post-test* yang diperoleh setelah diberikannya layanan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*, secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Data Hasil *Post-Test*

No	Inisial	Skor <i>Post-test</i>	%	Kriteria
1.	ANK	176	93%	Tinggi
2.	DAF	109	57%	Sedang
3.	GPN	111	59%	Sedang
4.	NMM	147	78%	Tinggi
5.	ORS	121	64%	Sedang
6.	SLP	143	76%	Tinggi
7.	VAH	153	81%	Tinggi

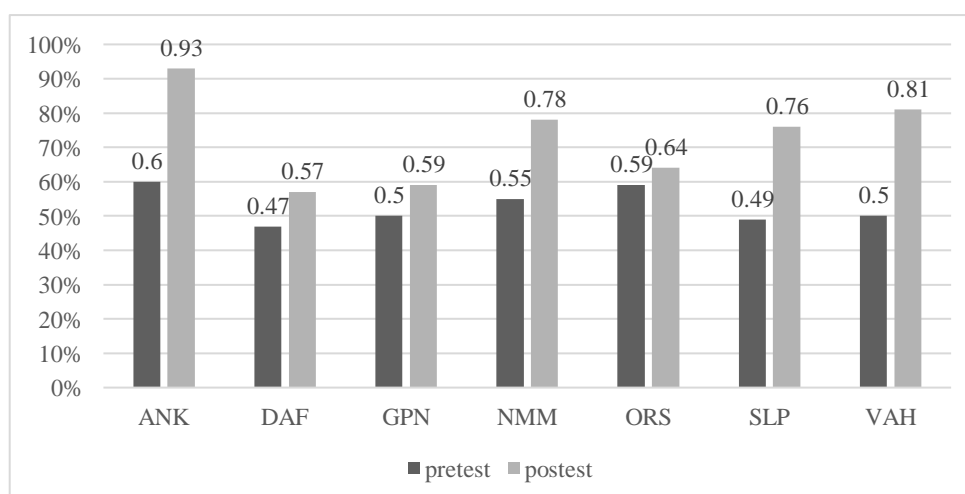
Berdasarkan tabel 3 yang merupakan data hasil *post-test* pada siswa kelas X di SMAN 24 Kabupaten Tangerang yang setelah perlakuan bimbingan kelompok teknik *homeroom* maka dapat dilihat persentase kepercayaan diri siswa yang meningkat. Maka selanjutnya dapat diketahui perbandingan skor siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dan sesudah diberikan perlakuan (*post-test*) yang akan ditampilkan pada tabel dan grafik berikut:

Tabel 4. Perbedaan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Inisial	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>	Perbedaan Skor
1	ANK	114	176	62
2	DAF	90	109	19
3	GPN	94	111	17
4	NMM	104	147	43
5	ORS	112	121	9
6	SLP	93	143	50
7	VAH	94	153	59

Perbandingan data hasil *pre-test* dan *post-test* ini dapat digambarkan dengan grafik sebagai berikut:

Grafik 1. Perbandingan Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test*



Berdasarkan tabel dan grafik perbandingan *pre-test* dan *post-test* di atas terlihat perbedaan persentase hasil dari setiap siswa. Data perbandingan kepercayaan diri siswa melalui *pre-test* dan *post-test* selanjutnya akan dianalisis kembali dengan teknik analisis *non-parametrik Uji Wilcoxon* menggunakan bantuan *SPSS versi 22.0 for windows*. Hal ini diperlukan untuk membuktikan adakah pengaruh setelah diberlakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* terhadap kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 24 Kabupaten Tangerang. Berikut ini merupakan hasil perhitungan *sign test Wilcoxon* dengan menggunakan bantuan *SPSS versi 22.0 for windows*:

Tabel 5. Hasil Uji *Wilcoxon*

Test Statistics ^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-2.366 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Dari hasil pengujian hipotesis menggunakan *sign test Wilcoxon* yang menunjukkan *Asymp.Sig (2-tailed)* bernilai 0,018 berartikan nilai 0,018 lebih kecil daripada 0,05 maka menjabarkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti terdapat adanya perbedaan antara hasil *Pre-test* dan *Post-test* kepercayaan diri siswa, sehingga hasil pengujian hipotesis ini diterima karena terdapat adanya pengaruh dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* terhadap kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 24 Kabupaten Tangerang.

Setelah diketahui hasil penelitian mengenai kepercayaan diri siswa yang dipaparkan dalam hasil *pre-test* dan *post-test* serta selanjutnya peneliti akan memberikan pembahasan mengenai kepercayaan diri siswa selama pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*. Kepercayaan diri ini bukanlah sikap yang dibawa dari lahir yang artinya sikap percaya diri ini adalah suatu pilihan dari individu sendiri dan harus dilatih agar terus menghasilkan yang terbaik, kepercayaan diri pada remaja juga terbentuk dari kondisi lingkungan dan pengalamannya (Lauster, 2015).

Pemaparan ini sejalan dengan pendapat Jin dan Cortazzi (Pratiwi & Laksmiwati, 2016) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri siswa ditandai dengan adanya kemampuan dan motivasi untuk mandiri mengambil keputusan dalam proses belajarnya sehingga siswa tidak bergantung dengan orang lain dan meragukan diri sendiri saat menyelesaikan tugasnya. Sedangkan terdapat pendapat lain yang mengatakan bahwa individu tak lepas dari berbagai macam pengalaman, dari pengalaman yang telah dilalui tersebut dapat menghadirkan rasa percaya diri pada individu. Namun sebaliknya, pengalaman juga dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang jika terdapat suatu hal yang membuat seseorang merasa rendah (Ghufron & S, 2012).

Salah satu wujud kepercayaan diri yang harus dimiliki oleh peserta didik yaitu percaya pada kemampuan diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat, optimis, dan berani mengambil keputusan dengan baik. Melalui indikator pada kepercayaan diri teori yang

dikemukakan oleh (Lauster, 2015) dapat diberikan pembahasan yang berkaitan dengan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* bahwa:

1. Percaya Pada Kemampuan Sendiri

Mempercayai kemampuan diri sendiri tidak dapat dilakukan begitu saja melainkan didapat dari proses belajar serta pengalaman berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Lauster, 2015). Dalam pelaksanaan teknik *homeroom* yang dilaksanakan pada pertemuan pertama didapati anggota kelompok yang merasa cemas dan bingung karena ini merupakan pengalaman bimbingan kelompok yang pertama untuk mereka sebab di sekolah belum ada layanan bimbingan kelompok dan juga ini kali pertama siswa bertemu peneliti. Reaksi lain seperti malu-malu saat memperkenalkan diri dan berinteraksi juga ditampilkan oleh siswa.

Kecemasan diawal serta malu-malu saat berinteraksi termasuk dalam kurangnya rasa percaya diri, hal ini selaras dengan pendapat Lauster (Amri, 2018) mengatakan bahwa kepercayaan diri yaitu sikap yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga tidak terlalu cemas dalam bertindak, merasa bebas untuk melakukan kegiatan apapun dan dapat bertanggungjawab, sopan dalam berperilaku, serta memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Setelah dirasa cukup dengan penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan kemudian peneliti memberikan materi bahasan tentang “Mempelajari kepercayaan diri”, adapun pemilihan materi itu karena peneliti ingin memberikan pemahaman terlebih dahulu tentang kepercayaan diri pada siswa. Seperti yang dikatakan sebelumnya bahwa kepercayaan diri ini muncul ketika siswa berproses dan belajar dari pengalaman maka diharapkan siswa mulai menumbuhkan atau meningkatkan rasa percaya pada kemampuan dirinya sendiri yang dibuktikan dengan mereka mampu dan bersedia untuk komitmen dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok secara aktif dan bersemangat kedepannya. Sependapat juga dengan Dariyo (Febrina, 2021) yang mengatakan bahwa percaya diri adalah kemampuan seseorang untuk meyakini dan mengembangkan potensinya sehingga dapat digunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan sekitarnya.

2. Bertindak Mandiri Dalam Mengambil Keputusan

Adanya kepercayaan diri pada seseorang ditandai dengan kemandirian. Menurut Lauster (Deni, 2016) kemandirian adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri sendiri untuk berpikir dan bertindak sehingga tidak ketergantungan dengan orang lain. Pada penelitian ini, peneliti berusaha memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dengan bahasan tentang “Belajar menyelesaikan tugas”, selama kegiatan berlangsung siswa mulai tertarik untuk ikut bercerita mengenai kepercayaan diri dalam mandiri mengambil keputusan, rata-rata dari siswa belum mampu mengambil keputusan terhadap tindakan yang benar dalam kegiatan belajarnya. Siswa masih belum yakin apakah tugas yang diselesaikannya benar atau salah sehingga mereka lebih memilih mencontek agar jawaban mereka sama dengan temannya karena takut jika apa yang mereka kerjakan itu mempunyai hasil yang berbeda.

Keyakinan diri sendiri dalam mengambil keputusan juga merupakan tindakan dari percaya diri (Ramadhani & Putrianti, 2014). Dapat dikatakan rasa percaya diri belum sepenuhnya ada pada siswa ketika siswa tidak yakin ia mampu menyelesaikan tugas belajarnya (Perry, 2006). Hal ini selaras dengan pendapat Jin dan Cortazzi (Pratiwi &

Laksmiwati, 2016) beranggapan bahwa kepercayaan diri siswa ditandai dengan adanya kemampuan dan motivasi untuk mandiri mengambil keputusan dalam proses belajarnya sehingga siswa tidak bergantung dengan orang lain dan meragukan diri sendiri saat menyelesaikan tugasnya.

Mandiri dalam pengambilan keputusan terletak pada keyakinan siswa dalam setiap kegiatan yang akan dilakukannya, seperti siswa yang telah yakin mengikuti bimbingan kelompok tanpa paksaan, kemudian siswa hadir di sekolah tanpa membolos akibat ajakan teman, dan siswa yang mengerjakan ujian dengan yakin usaha sendiri tanpa mencontek juga merupakan salah satu bentuk dari pengambilan keputusan secara sadar yang dilakukannya akan kebaikan untuk dirinya sendiri.

3. Memiliki Rasa Positif Terhadap Diri Sendiri

Hakim mengatakan salah satu ciri seseorang yang percaya diri memiliki adanya sikap positif pada diri sendiri (Tanjung & Amelia, 2017). Sikap positif akan membuat seseorang lebih memaknai hidupnya dengan menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri serta dapat menjalin hubungan baik dengan lingkungannya atau dapat berinteraksi sosial tanpa mengkhawatirkan adanya penolakan. Seperti yang dijelaskan oleh Rini (Irena, 2019) bahwa kepercayaan diri merupakan sikap positif yang dimiliki individu sehingga membuat dirinya dapat mengembangkan pandangan positif untuk dirinya sendiri, untuk lingkungan disekitarnya serta ketika individu memiliki permasalahan harus diatasi dengan sikap positif. Hal itu sejalan dengan pendapat Perry (Perry, 2006) yang memaparkan bahwa kepercayaan diri merupakan kunci untuk meraih kesuksesan dalam hidup, kepercayaan diri adalah tentang bagaimana individu dapat mengatasi suatu tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam kondisi sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah dilakukan. Tanpa kepercayaan diri, semua hal terasa sulit karena selalu dihantui oleh ketakutan akan hal-hal yang belum tentu akan terjadi.

Pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok disini anggota sudah lebih berinteraksi dengan saling berbagi cerita mengenai cita-cita apa yang mereka miliki, mengapa mereka memilih cita-cita tersebut serta bagaimana cara mereka mewujudkannya. Terdapat siswa yang aktif dan antusias dalam menyampaikan ceritanya, terdapat pula siswa yang lebih aktif menyimak saja dengan respon yang menyenangkan dan menghargai tapi untuk bercerita masih sedikit malu-malu walau tidak sepesif saat pertama kali layanan bimbingan kelompok dilaksanakan.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa sebagai anggota kelompok dalam memaknai rasa positif terhadap dirinya ditandai dengan kesadaran atas kelebihan yang dimiliki tanpa membandingkan diri dengan siapapun merupakan salah satu bentuk rasa positif yang telah dimiliki siswa. Kesadaran dalam memiliki potensi dan juga cita-cita serta bersedia untuk terus belajar dan berusaha meraihnya merupakan bentuk dari rasa positif yang diutarakan oleh siswa pada kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.

4. Berani Mengungkapkan Pendapat

Menurut Darajat (Deni, 2016) keberanian dalam mengemukakan pendapat tanpa takut mendapat pandangan buruk dari orang lain merupakan salah satu ciri dari kepercayaan diri. Pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok setiap pertemuannya diberi pembahasan mengenai kepercayaan diri dan setelahnya setiap anggota diberi kesempatan untuk menanggapi apa yang disampaikan oleh peneliti. Siswa kebanyakan

hanya menyimak dan sependapat dengan peneliti sebab masih ragu untuk berpendapat. Namun ketika salah satu siswa berani mengutarakan pendapatnya, siswa lain pun mulai ikut mengungkapkan pendapatnya.

Hal tersebut terjadi dikarenakan siswa merasa takut pendapat mereka nantinya akan ditertawakan oleh orang lain dan tidak diterima. Rasa takut terhadap hal yang belum terjadi akan mempengaruhi rasa percaya diri siswa yang seharusnya kepercayaan diri mulai terwujud ketika siswa belajar untuk mengutarakan pendapatnya. Selaras dengan yang dikatakan oleh Walgito bahwa kepercayaan diri harus dibentuk, salah satunya dengan cara individu dilatih untuk mengemukakan pendapatnya kepada orang lain, dilatih untuk berpikir mandiri dan diberi suasana yang mendukung sehingga individu tidak akan takut berbuat kesalahan (ETI, 2021).

Keberanian siswa dalam mengungkapkan pendapat selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung juga merupakan suatu pencapaian untuk lebih yakin terhadap pendapatnya yang akan diterima oleh orang lain tanpa mengkhawatirkan adanya penolakan. Menurut peneliti perubahan secara perlahan-lahan ini terjadi pada siswa yang terbukti melalui sikap siswa yang awalnya malu-malu kemudian secara bertahap mulai berani untuk berpendapat, dilihat dari setiap bahasan yang disampaikan oleh peneliti maupun setiap pendapat dari anggota lain, siswa mampu memberikan atau menimpali dengan pendapatnya sendiri.

Setiap pertemuan dalam bimbingan kelompok perlahan-lahan rasa percaya diri siswa dapat terlihat, sebelumnya pada pertemuan pertama siswa hanya terdapat reaksi malu-malu dan sungkan dalam berpendapat. Seperti pada GPN, ORS, SLP dan DAF mereka hanya mengikuti apa yang temannya katakan tanpa mau memberikan pendapat mereka sendiri. Berjalannya waktu kegiatan bimbingan kelompok pada akhirnya mereka berani mengungkapkan pendapat dan terlihat aktif dalam berinteraksi dalam kegiatan bimbingan kelompok. Hal ini selaras dengan pernyataan Hartinah yang menyatakan bahwa kegunaan dari bimbingan kelompok adalah untuk mengembangkan hubungan yang ideal dan demokratis antar siswa dan guru dalam kegiatan program bimbingan (Hartinah, 2017).

KESIMPULAN

Berdasarkan pada beberapa pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hal-hal yang membuat kepercayaan diri siswa rendah yaitu merasa cemas saat berinteraksi dengan orang lain, meragukan diri sendiri, tidak mampu menentukan pilihan, dan tidak berani dalam berpendapat. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah kemudian diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* selama empat kali pertemuan. Dari hasil *post-test* didapati peningkatan skor setelah *treatment* dan Uji *Wilcoxon* dengan nilai 0,018 sehingga hasil pengujian hipotesis ini diterima karena terdapat adanya pengaruh dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* terhadap kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 24 Kabupaten Tangerang. Kepercayaan diri pada siswa harus ditumbuhkan dibantu oleh guru BK dengan layanan bimbingan kelompok, selain itu dengan adanya teknik *homeroom* ini diharapkan siswa dan guru BK menjadi lebih akrab sehingga terjalin komunikasi yang baik untuk dinamika dalam kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrosi, M. (2018). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Cetakan Ke). Bumi Aksara.
- Amri, S. (2018). *Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu*. 03(02).
- Deni, A. U. (2016). *KONSEP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI*. 2, 43–52.
- ETI, K. (2021). *EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMKN 7 BANDAR LAMPUNG*. UIN Raden Intan Lampung.
- Febrina, A. (2021). *PENERAPAN METODE STORYTELLING UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DAN KEMAMPUAN BERBICARA SISWA (Studi Pada Kelas X Mata Pelajaran Bahasa Inggris di SMA Negeri 1 Pagar Alam)*. *JURNAL ILMIAH TEKNOLOGI PENDIDIKAN*, 11(1), 88–99.
- Ghufron, M. N., & S, R. R. (2012). *Teori-Teori Psikologi* (Cetakan II). Ar-Ruzz Media.
- Hartinah, S. (2017). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok* (A. Gunarsa (ed.); Cetakan Ke). PT Refika Aditama.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan* (Cetakan 5). Erlangga.
- Irawan, E., & Dahlan, U. A. (2013). *Pre-Eksperiments Studies To Students in Class X SMK Yapema Gadingrejo Lampung). II(1)*.
- Irena, F. F. (2019). *Hubungan Antara Kekerasan Verbal Yang Dialami Anak Dengan Kepercayaan Diri Remaja*.
- Jannah, M., Fakultas, D., Universitas, P., Negeri, I., Aceh, B., & Jannah, M. (2016). *REMAJA DAN TUGAS-TUGAS PERKEMBANGANNYA DALAM ISLAM ADOLESCENCE ' S TASK AND DEVELOPMENT IN ISLAM*. 1(April), 243–256.
- Lauster, P. (2015). *Tes Kepribadian* (Cetakan Ke). Bumi Aksara.
- Perry, M. (2006). *Confidence Boosters Pendongkrak Kepercayaan Diri*. esensi.
- Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016). *Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X" Iffa Dian Pratiwi, dan Hermien Laksmiwati Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya*. 7(1), 43–49.
- Purwantini. (2018). *Hubungan Antara Percaya Diri dengan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMKN 2 Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018*.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). *Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir*. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22–32.
- Romlah, T. (2020). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Percetakan Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Edisi Kedu). Alfabeta.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. H. (2017). *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa*. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 2–6.
- Trihendio, M. (2019). *Hubungan perilaku asertif dengan kepercayaan diri di sma negeri 15 Palembang skripsi*.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2016). *Landasan Bimbingan & Konseling* (Cetakan Ke). PT Remaja Rosdakarya.