

BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI

SISWA SMPN 5 SATU ATAP TANJUNG BREBES



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1

Disusun Oleh:

Darkonah

NIM 11220076

Pembimbing

Slamet, S.Ag.,M.Si.

NIP 19691214 199803 1 002

**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2015



PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: UIN.02/DD/PP.00.9/1805 /2015

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :

**BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA
SMPN 5 SATU ATAP TANJUNG BREBES**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

N a m a : Darkonah
Nomor Induk Mahasiswa : 11220076
Telah dimunaqasyahkan pada : Selasa, 15 September 2015
Nilai Munaqasyah : 87,7 (A/B)

dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua Sidang/Penguji I,

Slamet, S.Ag., M.Si,
NIP. 19691214 199803 1 002

Penguji II,

Dr. Nurjannah, M.Si.
NIP. 19600310 198703 2 001

Penguji III,

Drs. Abdullah, M.Si
NIP. 19640204 199203 1 004

Yogyakarta, 25 September 2015

Dekan,



Dr. Nurjannah, M.Si.

NIP. 19600310 198703 2 001



SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

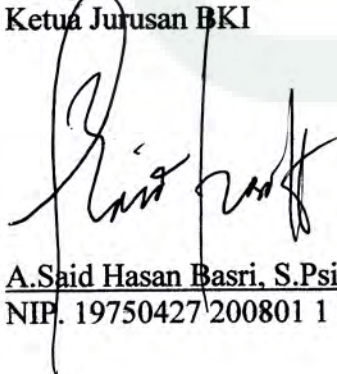
Nama : Darkonah
NIM : 11220076
Judul Skripsi : Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Bimbingan dan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 7 September 2015

Mengetahui:
Ketua Jurusan BKI



A. Saïd Hasan Basri, S.Psi., M.Si
NIP. 19750427 200801 1 008

Pembimbing,



Slamet, S.Ag., M.Si
NIP. 19691214 199803 1 002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Darkonah
NIM : 11220076
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penulis tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Yogyakarta, 7 September 2015

Yang Menyatakan,



Darkonah

NIM. 11220076

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

Kedua orang tuaku tercinta

Bapak Wirja dan Ibu Tarsiti yang

selalu memotivasiku dalam menyelesaikan skripsi ini.



MOTTO

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُم مِّن بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ
وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati nurani, agar kamu bersyukur.”¹

(QS. An-Nahl (16) : 78)

¹ Nandang Burhanudin, *Mushaf Al Burhan*, (Bandung: CV Media Fitrah Rabbani, 2011), hlm. 275.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Maha Pemberi Kekuatan, ketabahan serta kesabaran kepada penulis selama menjalani proses penyusunan skripsi yang berjudul “*Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes*”. Tak lupa penulis panjatkan shalawat serta salam kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, Nabi akhir zaman yang menjadi suri tauladan yang baik.

Skripsi ini tidak akan terbit tanpa dorongan dan bantuan banyak orang baik moril maupun materil.

1. Prof. Dr. H. Machasin, M.A. rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dr. Nurjannah, M.Si selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. A. Said Hasan Basri, S.Psi., M. Si, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.
4. Slamet, S.Ag., M.Si, selaku pembimbing sekaligus Penasehat Akademik yang selalu bersedia memberikan pikiran, tenaga, waktu dan ilmu untuk mengoreksi, membimbing dan mengarahkan penulis guna mencapai hasil yang maksimal dalam penulisan skripsi ini.
5. Segenap para Dosen di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam serta UPT Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga.

6. Segenap karyawan dan karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
7. Ibu Kepala Sekolah SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes beserta stafnya yang telah memberikan kesempatan kepada penyusun untuk mengadakan penelitian.
8. Bapak Nugroho Tri Ari Wibowo dan ibu Apriliana Hardiani selaku guru BK di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.
9. Orang tua tercinta Wirja dan Tarsiti yang selalu senantiasa memberikan doa dan dukungannya.
10. Kakak dan adikku Waridah, Hendi Caswito, Tarjo, Suaeni, dan Deni Wijaya yang selalu memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Sahabat-sahabat terbaikku: Amani, Khayati, Nani, Dwi, Umi, Jumiati, Desi, dan Anik yang selalu membantu dan memotivasi dalam keadaan apapun.
12. Teman-teman kos: Fatin, Vina, Jeje, Ana, Fia, dan Inggar yang telah memberi semangat, dorongan dalam segala hal dan dalam menyusun skripsi ini.
13. Teman-teman BKI angkatan 2011 yang selalu memberikan dukungan, memberikan inspirasi dan bantuan dalam segala hal dalam menyusun skripsi ini.

Mudah-mudahan semua kebaikan, jasa dan bantuan yang telah Bapak/Ibu dan teman-teman berikan menjadi sesuatu yang sangat berarti dan mendapatkan balasan dan pahala dari Allah SWT. Amin.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, oleh karena itu penulis mengharap masukan dan saran dari pemerhati untuk perbaikan selanjutnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi khazanah keilmuan bimbingan dan konseling islam.

Terakhir, terimakasih bagi pembaca yang budiman, *Jazakumullah Khairan Katsiron*, semoga skripsi ini bisa bermanfaat. Amin.

Yogyakarta, 7 September 2015

Penulis

Darkonah

NIM. 11220076

ABSTRAK

DARKONAH, “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes”. Skripsi: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes. Penelitian yang dilakukan di kelas VII SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes ini dilatar belakangi oleh rendahnya efikasi diri siswa. Masalah yang dihadapi diantaranya kurang percaya diri, pasif di dalam kelas, dan takut untuk berbicara di depan umum.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif, di mana penulis berusaha memperoleh data sesuai dengan gambaran, keadaan, realita dan fenomena yang diselidiki. Subjek penelitian ini adalah Guru BK dan 10 orang siswa kelas VII A SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes. Penelitian ini menguraikan hasil yang didasarkan pada data yang diperoleh dari lapangan dengan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah reduksi data, display data dan penarikan kesimpulan.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini meliputi: teknis dan pelaksanaan serta faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes. Pada pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok terbagi menjadi empat tahap yaitu tahap pembentukan, peralihan, pelaksanaan, dan pengakhiran. Dari teknis dan pelaksanaan serta faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok yang sudah dilaksanakan dalam penelitian ini maka diperoleh hasil yaitu pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok yang dilakukan guru BK memberikan peningkatan terhadap efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Diskusi Kelompok Dan Efikasi Diri.

DAFTAR ISI

| | |
|---|------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI..... | iii |
| SURAT PERNYATAAN KEASLIAN | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| HALAMAN MOTTO | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| HALAMAN ABSTRAK | x |
| DAFTAR ISI | xi |
| BAB I. PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Penegasan Judul | 1 |
| B. Latar Belakang Masalah..... | 3 |
| C. Rumusan Masalah | 7 |
| D. Tujuan Penelitian | 7 |
| E. Manfaat Penelitian | 7 |
| F. Telaah Pustaka | 8 |
| G. Kerangka Teori..... | 10 |
| H. Metode Penelitian..... | 39 |
| BAB II: GAMBARAN UMUM BIMBINGAN KONSELING SMPN 5 SATU ATAP TANJUNG BREBES..... | 48 |
| A. Letak geografis..... | 48 |
| B. Sejarah berdirinya | 48 |
| C. Profil..... | 49 |
| D. Visi dan Misi..... | 49 |
| E. Struktur Organisasi Sekolah..... | 50 |
| F. Gambaran Umum BK | 52 |
| G. Tujuan BK | 53 |
| H. Struktur Organisasi BK..... | 54 |
| I. Keadaan Siswa | 57 |

| | |
|--|-----------|
| J. Keadaan Guru..... | 58 |
| K. Sarana dan Prasarana BK..... | 58 |
| L. Gambaran Umum tentang Efikasi Diri Siswa..... | 59 |
| BAB III. PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA SMPN 5 SATU ATAP TANJUNG BREBES..... | 60 |
| A. Teknis Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok..... | 60 |
| B. Prosesi Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok..... | 62 |
| 1. Tahap Pembentukan..... | 62 |
| 2. Tahap Peralihan..... | 65 |
| 3. Tahap Pelaksanaan..... | 66 |
| 4. Tahap Pengakhiran..... | 78 |
| C. Hasil Prosesi Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok..... | 81 |
| BAB IV. PENUTUP..... | 90 |
| A. Kesimpulan..... | 90 |
| B. Saran-saran..... | 90 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Supaya tidak terjadi salah pemahaman terhadap istilah yang penulis pergunakan dalam judul “**Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes**”, maka penulis akan menjelaskan istilah sebagai berikut:

1. Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok.¹

Menurut Winkel dan Sri Hastuti, bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.²

Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok yang bertujuan untuk menunjang perkembangan pribadi, sosial

¹ Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 309.

² W.S Winkel dan M.M Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institute Pendidikan*, (Yogyakarta:Media Abadi, 2007), hlm . 547.

maupun peningkatan mutu kerjasama masing-masing individu dalam kelompok.

2. Efikasi diri

Bandura mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.³

Risvi (1997) mengemukakan efikasi diri adalah proses kognitif berupa persepsi atau keyakinan akan kemampuan untuk memilih, mengaktifkan dan mengorganisasikan perilaku yang relevan dalam pelaksanaan tugas (kinerja) dalam situasi tertentu agar tercapai hasil yang diinginkan.⁴

Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa efikasi diri adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan atau keyakinan akan kemampuannya untuk memilih dan memperkirakan suatu tindakan tertentu agar tercapai hasil yang diinginkan.

3. Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes

Siswa adalah murid (terutama pada tingkat sekolah dasar dan menengah). Siswa yang dimaksud adalah anak didik yang oleh penulis

³ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 75.

⁴Prawitasari Risvi A, "Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor Terhadap Prokrastinasi Akademik Makasiswa ", *Jurnal Psikologika*, Vol. 2 No. 3,hlm. 51.

dijadikan sebagai subjek penelitian yaitu siswa kelas VII. Sedangkan SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes adalah sekolah menengah pertama yang terletak di Jl. Kh. Kaprawi Km 4, Pengaradan, Tanjung, Brebes, Jawa Tengah.

Dari semua penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan mutu kerjasama siswa yang berupa keputusan atau keyakinan akan kemampuannya untuk memilih dan memperkirakan suatu tindakan tertentu agar tercapai hasil yang diinginkan pada siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.

B. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sekolah merupakan pendidikan formal yang sangat berpengaruh dalam kehidupan masyarakat. Sekolah sebagai tempat untuk menuntut ilmu yang memiliki peranan penting setelah lingkungan keluarga. Pembentukan kepribadian, tingkah laku, dan pola pikir di sekolah tidak lepas dari pengawasan guru pembimbing. Tenaga-tenaga pembimbing di sekolah secara tidak langsung terlibat dalam pendidikan sekolah, karena layanan bimbingan merupakan bagian dari program pendidikan dan sebagian setiap permasalahan yang dihadapi oleh siswa ada yang bersumber dari tuntutan belajar siswa di sekolah. Tidak hanya itu, efikasi diri juga merupakan hal penting yang harus dimiliki setiap individu. Karena efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya untuk

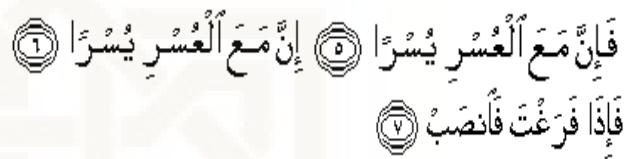
membentuk perilaku dalam situasi tertentu.⁵ B. Slamet menyatakan pula bahwa efikasi diri bermanfaat untuk memutuskan perilaku tertentu dibentuk apa tidak, seseorang tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang kemungkinan kerugian atau keuntungan, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauh mana individu dapat mengatur perilaku tersebut.⁶ Jika seseorang percaya bahwa ia tidak memiliki kekuatan untuk memperoleh suatu hasil, maka orang tersebut tidak akan berusaha untuk membuat sesuatu terjadi. Begitu juga sebaliknya, orang yang memiliki efikasi diri tinggi diyakini sebagai orang yang mampu berperilaku tertentu untuk dapat mencapai hasil yang diinginkan, selain itu mereka juga lebih giat dan lebih tekun dalam berusaha.

Masalah-masalah rumit yang sering dialami oleh setiap siswa sebenarnya berasal dari dalam diri sendiri. Karena tanpa sadar mereka menciptakan suatu permasalahan. Dengan adanya kemampuan berfikir dan menilai terhadap hal yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri, ataupun terhadap orang lain dan bahkan meyakini persepsinya yang belum tentu objektif. Maka dari situlah muncul permasalahan seperti kurangnya efikasi diri.

⁵ A. Bandura, *Self-Efficacy The Exercise Of Control*, (New York: W.H. Freeman And Company, 1997), hlm. 3.

⁶ B. Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Garmediawidiasarana Indonesia, 1994), hlm. 189.

Sebagai manusia, siswa pasti mempunyai berbagai masalah. Masalah yang dihadapi oleh setiap siswa sangat beragam, salah satunya tentang efikasi diri. Adapun masalah yang sedang dihadapi maka seharusnya sebagai siswa mereka percaya bahwa setelah pasti akan ada kemudahan. Sebagaimana firman Allah dalam Al-Nasyroh ayat 5-7



 فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

 فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾

Artinya: “*Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu Telah selesai (dari sesuatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain*”.⁷

Terlepas dari hal tersebut, siswa yang berada dalam tahap perkembangan remaja tentunya sangat membutuhkan efikasi dalam dirinya untuk dapat mencapai tugas tertentu yang diinginkannya. Hal tersebut mengingatkan bahwa remaja sebagai manusia yang dinamis yang selalu membentuk diri, serta selalu membenahi keadaan dirinya menuju masa depan yang lebih baik. Oleh karena itu dibutuhkan komunikasi dengan orang lain.

Masalah efikasi diri sangat berpengaruh dalam diri siswa. Sebab, layaknya manusia, siswa di sekolah pasti ingin mengetahui seberapa besar efikasi dirinya dalam mencapai tugas tertentu yang diinginkannya. Apakah siswa tersebut mampu mengetahui efikasi diri mereka ataukah tidak.

⁷ Depaetemen Agama, *Al-Qur'an dan terjemahnya*, (Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penterjemah, 1971), hlm. 103.

Setiap sekolah pasti mempunyai guru Bimbingan dan Konseling yang mengemban tugas untuk membantu siswa yang mengalami masalah.

Kenyataan menunjukkan bahwa di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes, masih ditemui adanya siswa yang memiliki efikasi diri yang kurang. Informasi ini di dapat dari hasil wawancara dengan guru BK, bahwa masih ada beberapa siswa di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes yang cenderung memiliki efikasi diri yang kurang.⁸ Hal ini ditunjukkan dengan adanya berbagai permasalahan yang dialami oleh beberapa siswa. Hal ini juga didukung dengan adanya data siswa yang mengikuti berbagai layanan bimbingan yang diadakan oleh guru BK. Jika hal ini terus dibiarkan maka akan menghambat proses belajar maupun pencapaian prestasi pada bidang tertentu dan aktualisasi dirinya di lingkungan.

Salah satu bentuk upaya yang dianggap dapat meningkatkan efikasi diri siswa yaitu melalui layanan bimbingan kelompok yang merupakan salah satu bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang mengalami masalah.⁹ Layanan bimbingan kelompok dipandang tepat dalam membantu siswa untuk meningkatkan efikasi dirinya. Dengan layanan bimbingan kelompok, maka siswa dapat saling berinteraksi antar anggota kelompok dengan berbagi pengalaman, pengetahuan, ide dan diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswa mengenai pentingnya efikasi diri terhadap hasil yang diinginkan.

⁸ Wawancara dengan Guru BK SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes, tanggal 27 Maret 2015.

⁹ Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hlm. 12.

Adanya permasalahan efikasi diri yang dialami oleh siswa, maka penulis tertarik untuk mengangkat sebuah penelitian dengan judul “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes”.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahannya adalah bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat secara teoritis, diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan khususnya dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan efikasi diri bagi siswa sekolah menengah pertama.
2. Manfaat secara praktis
 - a. Dapat memberikan masukan yang positif bagi sekolah SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes terkait dengan pelaksanaan bimbingan

kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

- b. Dapat dijadikan bahan evaluasi bagi sekolah SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes dalam meningkatkan efikasi diri siswa melalui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok.

F. Telaah Pustaka

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu penulis telah melakukan beberapa telaah pustaka yang terkait dengan judul Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes. Berdasarkan hasil yang diperoleh ternyata belum ditemukan judul yang serupa dengan judul tersebut, namun terdapat beberapa penelitian terkait dengan bimbingan kelompok dan juga efikasi diri, diantaranya sebagai berikut :

1. Jurnal dengan judul : *Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Membantu Siswa Dalam Kemantapan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut*. Artikel disusun oleh Tuti Rindiani dan Tamsil Muis. Menjelaskan mengenai penelitian dengan teknik diskusi untuk membantu siswa dalam kemantapan pengambilan keputusan studi lanjut pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 1 Mojosari mengungkapkan hipotesis "Terdapat perbedaan yang signifikan dalam kemantapan pengambilan keputusan studi lanjut antara sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi

terhadap siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 1 Mojosari. Penelitian ini menggunakan metode *Pre-Eksperimental Design*.¹⁰

2. Skripsi dengan judul : *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa RSBI Kelas VIII SMP Negeri 3 Pati*.¹¹ Oleh Trijoko Lestyanto UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2013, yang mana penelitian ini menjelaskan tentang hubungan antara efikasi diri dengan motivasi belajar pada siswa RSBI kelas VIII SMP Negeri 3 Pati. Peneliti menggunakan metode penelitian yang bersifat kuantitatif.
3. Skripsi dengan judul : *Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Wahid Hasyim Yogyakarta Tahun Ajaran 2007/2008*.¹² Oleh Winarno UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2009, yang mana penelitian ini menjelaskan bentuk-bentuk bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berpendapat. Bentuk-bentuk kelompok yang digunakan dalam penelitian ini adalah kelompok diskusi, tanya jawab, pencak silat, seni shalawat, pengembangan bahasa asing, bermain peran dan *out bond*. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif.

¹⁰ Tuti Rindiani dan Tamsil Muis, “ Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Membantu Siswa Dalam Kemantapan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut” <http://himcyoo.files.wordpress.com/2012/06/bimbingan-kelompok-dengan-teknik-diskusi-kelompok-untuk-membantu-siswa-dalam-kemantapan-pengambilan-keputusan.pdf>.

¹¹ Trijoko Lestyanto, Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa RSBI Kelas VIII SMP Negeri 3 Pati, *Skripsi*, (Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013).

¹² Winarno, Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Wahid Hasyim Yogyakarta Tahun Ajaran 2007/2008. *Skripsi* tidak diterbitkan, (Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2009).

Dalam penelitian ini hampir sama dengan yang diatas, perbedaannya terletak pada subjek dan tujuan dari penelitian serta bentuk bimbingan kelompoknya. Pada penelitian sebelumnya tujuan yang diinginkan penulis adalah untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Sedangkan pada penelitian ini tujuan yang diinginkan penulis adalah untuk meningkatkan efikasi diri siswa. Subjek serta bentuk bimbingan kelompok yang diteliti juga berbeda yaitu pada penelitian sebelumnya subjeknya adalah siswa MTs, sedangkan pada penelitian sekarang adalah siswa SMP. Bentuk bimbingan kelompok yang digunakan pada penelitian sebelumnya adalah kelompok diskusi, tanya jawab, pencak silat, seni shalawat, pengembangan bahasa asing, bermain peran dan *out bond*, sedangkan pada penelitian sekarang bentuk bimbingan kelompok hanyalah menggunakan bentuk diskusi kelompok.

G. Kerangka Teori

1. Efikasi diri

a. Pengertian Efikasi Diri

Manusia telah dianugerahi Allah dengan berbagai kemampuan yang dimilikinya. Oleh karena itu manusia bertanggung jawab sendiri atas segala apa yang diperbuatnya. Manusia memiliki berbagai kemampuan yang diantaranya mendengar seruan Allah, mengamati ayat-ayat Allah dan meresapi, menghayati, menimbang dengan hati nurani kebenaran petunjuk Allah sehingga mereka

mampu membedakan mana yang hak dan mana yang batil.¹³ Seperti yang difirmankan Allah sebagai berikut:

QS. Al-Isra ayat 36

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ﴿٣٦﴾

Artinya: *"Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawabnya".*¹⁴

Apa yang telah dijelaskan di atas merupakan uraian mengenai hakikat manusia menurut Islam yang secara khusus diambil dari ayat Al-Qur'an.

Keberhasilan atau kegagalan individu dalam mencapai tujuan atau melaksanakan tugas dipengaruhi oleh efikasi diri. Bandura menjelaskan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.¹⁵ Risvi (1997) mengemukakan efikasi diri adalah proses kognitif berupa persepsi atau keyakinan akan kemampuan untuk memilih, mengaktifkan dan mengorganisasikan perilaku yang relevan dalam pelaksanaan tugas (kinerja) dalam situasi tertentu agar tercapai hasil yang

¹³ Aunur Rahim Fakih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press, 2001), hlm. 11-12.

¹⁴ Departemen Agama, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm. 285.

¹⁵ *Ibid*, hlm. 73.

diinginkan.¹⁶ Sedangkan menurut Pajares efikasi diri adalah penilaian terhadap kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas khusus dalam konteks yang spesifik.¹⁷

Bandura mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Menurut Bandura, efikasi tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tetapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki seberapa pun besarnya. Efikasi diri menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung kekaburan, tidak dapat diramalkan dan sering penuh dengan tekanan.¹⁸ Gist dan Mitchell mengatakan bahwa efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri

¹⁶ Herlina Siwi Widiani, "Peranan Keberfungsian Keluarga dan Efikasi Terhadap Reaksi Stress", *Jurnal Humanitas*, Vol. 5 No. 2 (Agustus, 2008), hlm. 114.

¹⁷ Miftahun Ni'mah Suseno, *Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri Sebagai Pelatih Pada Mahasiswa*, (Yogyakarta: Ash-Shaff, 2012), hlm. 114.

¹⁸ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 75.

mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah dan kegigihan dalam berusaha.¹⁹

Menurut Bandura, jika seseorang percaya bahwa tidak memiliki kekuatan untuk memproduksi suatu hasil, maka orang tersebut tidak akan berusaha untuk membuat sesuatu terjadi. Sebaliknya orang yang memiliki efikasi diri tinggi diyakini sebagai orang yang mampu berperilaku tertentu untuk dapat mencapai hasil yang diinginkan, selain itu mereka juga lebih giat dan lebih tekun dalam berusaha. Seperti firman Allah dalam Q.S. Ali Imran: 159 yaitu sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَىٰ وَإِنْ كُنْتُمْ
 مُّؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.²⁰

Dari ayat tersebut terlihat bahwa Islam telah menanamkan akar kepada orang-orang yang beriman dengan mengisi keyakinan ke dalam hati mereka. Dengan cara seperti itu, agama kita membimbing para pengikutnya kepada ketentraman dan kestabilan.

Ghazali mengatakan bahwa manusia yang percaya dan yakin akan

¹⁹ *Ibid*, Hlm. 75.

²⁰ Departemen Agama, *Al-Quran dan Terjemahnya*, hlm. 98.

dirinya adalah manusia yang tidak mudah putus asa, tidak merasa takut dan kehilangan harapan akan sesuatu selain Allah.

Al-Qur'an menyatakan bahwa Rasulullah SAW begitu yakin hingga orang-orang munafik mengecam beliau karena keyakinan ini.²¹ Bukti kepribadian beliau sebagai pribadi yang yakin akan dirinya dapat dilihat melalui indikator yakin terhadap kemampuan, berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, mempunyai pandangan realistis, berpikir positif dan optimis adalah peristiwa ketika Nabi Muhammad SAW menolak tawaran tokoh-tokoh kaum musyrikin Makkah kepada beliau, untuk memperoleh kedudukan, harta dan wanita dengan syarat beliau bersedia menghentikan dakwahnya, namun semua itu ditolaknya.²² Dari kepribadian Nabi tersebut jelaslah bahwa unsur yang paling mampu memberikan dorongan sikap adalah iman dan keyakinan.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa efikasi diri adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan atau keyakinan akan kemampuannya untuk memilih dan memperkirakan suatu tindakan tertentu agar tercapai hasil yang diinginkan.

²¹ Sayyid Mujtaba Musavi Lari, *Psikologi Islam, Membangun Kembali Moral Generasi Muda*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1995), hlm. 29.

²² M. quraish Shihab, *Mukjizat Al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 2001), hlm. 65.

b. Efikasi Diri Sebagai Proses Kognitif

Teori belajar sosial dikemukakan oleh Bandura menyatakan bahwa adanya hubungan antara lingkungan, perilaku, dan faktor individu.²³ Individu dalam hal ini memiliki kemampuan kognitif dan sistem pengaturan diri. Pada batas-batas tertentu, manusia tidak hanya dibentuk oleh lingkungan, namun manusia juga membentuk dan mempengaruhi lingkungan sehingga faktor-faktor lingkungan, individu, dan perilaku selalu saling berinteraksi dan saling menentukan. Faktor kognitif merupakan faktor penting yang berpengaruh pada tingkah laku individu. Individu melakukan interpretasi terhadap stimulus dan bukan bereaksi secara otomatis pada serangkaian stimulus. Melalui penafsiran terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi di lingkungan, individu menciptakan pengharapan-pengharapan secara kognitif dan mengantisipasi bahwa tingkah laku tertentu pada waktu mendatang akan memberikan hasil tertentu. Pengharapan-pengharapan tersebut pada akhirnya akan menuntun pada tingkah laku tertentu untuk menghadapi tugas tertentu.

Bandura membedakan pengharapan-pengharapan kognitif yang terbentuk, yaitu *outcome expectancy* dan *efficacy expectation*. *Outcome expectancy* adalah pengharapan seseorang bahwa tingkah laku tertentu akan memberikan hasil tertentu.

²³ Cloninger, S. *Theories of Personality Understanding persons, 5st Edition*. (Ney Jersey: Upper Saddler River, 2004), hlm. 364-368.

Sedangkan keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu melaksanakan tingkah laku yang dibutuhkan untuk mencapai suatu hasil tertentu, disebut sebagai *efficacy expenctation*. Efikasi diri merupakan salah satu faktor yang mengantarai interaksi antara perilaku individu dengan lingkungan.²⁴ Individu secara konstan berpikir dan membayangkan, sehingga individu mempunyai pikiran otomatis setiap saat. Pikiran yang muncul dapat berupa pikiran-pikiran positif ataupun pikiran-pikiran negatif dan efikasi diri adalah untuk menguatkan apa yang individu yakini. Apabila individu percaya sesuatu mungkin terjadi, maka individu tersebut akan menciptakan perilaku yang mendukung kepercayaan ini. Sebaliknya, jika individu menganggap bahwa menghilangkan suatu pola kebiasaan adalah hal yang sulit dilakukan, kemungkinan itulah yang akan terjadi, namun bila individu yakin bahwa dirinya mampu berubah dan benar-benar melakukan perubahan, maka akan menguatkan keyakinan positif yang baru hingga individu mempercayai bahwa dirinya dapat meninggalkan kebiasaan.

²⁴ Heni apriyani, *efektivitas pelatihan efikasi diri*, hlm, 47.

c. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Menurut Bandura ada tiga dimensi efikasi diri, yakni:²⁵

1) Dimensi tingkat (level)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang dirasakannya.

2) Dimensi kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung

²⁵ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 80-81.

dengan dimensi level yaitu makin tinggi taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

3) Dimensi generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

d. Sumber Efikasi Diri

Bandura mengungkapkan bahwa efikasi diri memiliki empat sumber informasi yaitu.²⁶

1) Pencapaian Hasil

Sumber informasi ini adalah yang paling penting, karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman yang secara langsung dialami individu. Apabila individu pernah berhasil mencapai suatu prestasi tertentu, maka hal ini akan meningkatkan penilaian akan efikasi dirinya. Pengalaman keberhasilan juga dapat mengurangi kegagalan, khususnya bila kegagalan tersebut timbul disaat awal terjadinya suatu peristiwa. Kegagalan tersebut juga tidak akan mengurangi usaha yang sedang dilakukan seseorang dalam menghadapi dunia luar.

²⁶ Miftahun Ni'mah Suseno, *Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri Sebagai Pelatih Pada Mahasiswa*, (Yogyakarta: Ash-Shaff, 2012), hlm.119-121.

2) Pengalaman Orang Lain

Sumber informasi dari efikasi diri juga dapat diperoleh dari pengamatan terhadap pengalaman orang lain. Dengan melihat keberhasilan orang lain dalam melakukan aktivitas atau tugas tertentu maka akan meningkatkan efikasi dirinya terutama jika seseorang merasa memiliki kemampuan yang sebanding dengan orang tersebut, dan mempunyai usaha yang tekun serta ulet. Dengan cara melihat keberhasilan pengalaman orang lain, maka seseorang akan cenderung merasa mampu melakukan hal yang sama apalagi dengan ditunjang kepercayaan diri yang tinggi akan kemampuan yang dimilikinya. Pengamatan terhadap pengalaman orang lain tergantung pada beberapa hal antara lain karakteristik model, kesamaan antara individu dengan model, tingkat kesulitan tugas, keadaan situasional, dan keanekaragaman hasil yang mampu dicapai oleh model.

3) Persuasi Verbal

Sumber informasi ini memberikan kesempatan kepada seseorang untuk diarahkan dengan saran, nasehat, dan bimbingan orang lain sehingga mampu untuk meningkatkan keyakinan dirinya bahwa ia memiliki kemampuan-kemampuan yang dapat membantu dirinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Persuasi verbal ini mengarahkan agar seseorang lebih giat dan berusaha dengan keras lagi untuk dapat

memperoleh tujuan yang diinginkan dan mencapai kesuksesan. Namun pengaruh dari efikasi diri yang ditumbuhkan melalui persuasi verbal ini paling lemah dan tidak bertahan lama, karena memberikan pengalaman yang tidak bisa langsung dialami atau diamati oleh seseorang.

4) Kondisi Fisiologis

Sumber informasi ini berdasarkan kepekaan reaksi-reaksi internal dalam tubuh seseorang. Gejala emosi dan keadaan fisiologis yang dialami seseorang memberikan suatu isyarat akan terjadinya sesuatu yang tidak dapat dihindari. Dalam hal ini keadaan fisik seseorang akan mempengaruhi pandangan mengenai kekuatan dan kemampuannya dalam mengerjakan tugas.

e. Ciri-Ciri Efikasi Diri

Bandura memaparkan mengenai perbedaan ciri-ciri orang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi dan rendah yaitu:²⁷

- 1) Orang yang mempunyai efikasi diri rendah (yang ragu-ragu akan kemampuannya):
 - a) Orang yang menjauhi tugas-tugas yang sulit
 - b) Berhenti dengan cepat bila menemui kesulitan
 - c) Memiliki cita-cita yang rendah dan komitmen yang buruk untuk tujuan yang telah dipilih

²⁷ Raditiana, "pengembangan model peer guidance untuk meningkatkan efikasi diri siswa", <http://cara.meningkatkan.efikasi.diri.repository.com/2015/04/21/pengembangan-model-peer-guidance-untuk-meningkatkan-efikasi-diri-siswa>.

- d) Berfokus pada akibat yang buruk dari kegagalan
 - e) Cenderung mengurangi usaha karena lambat memperbaiki keadaan dari kegagalan yang dialami, mudah mengalami stres dan depresi
- 2) Orang yang mempunyai efikasi diri tinggi (yang mempunyai kepercayaan yang kuat akan kemampuannya):
- a) Mendekati tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk dimenangkan
 - b) Menyusun tujuan-tujuan yang menantang dan memelihara komitmen untuk tugas-tugas tersebut
 - c) Mempunyai usaha yang tinggi atau gigih
 - d) Memiliki pemikiran strategis
 - e) Berfikir bahwa kegagalan yang dialami dalam usaha yang tidak cukup sehingga diperlukan usaha yang tinggi dalam menghadapi kesulitan
 - f) Cepat memperbaiki keadaan setelah mengalami kegagalan
 - g) Mengurangi stres
- f. Cara Meningkatkan Efikasi Diri

Ormod menjelaskan beberapa upaya dalam rangka meningkatkan efikasi diri yaitu:²⁸

²⁸ Raditiana, "pengembangan model peer guidance untuk meningkatkan efikasi diri siswa", http://cara_meningkatkan_efikasi_diri.repository.com/2015/04/21/pengembangan-model-peer-guidance-untuk-meningkatkan-efikasi-diri-siswa.

- 1) Mengajarkan pengetahuan dan kemampuan dasar sampai dikuasai
- 2) Memperhatikan catatan kemajuan siswa tentang ketrampilan-ketrampilan rumit
- 3) Memberikan tugas yang menunjukkan bahwa siswa dapat berhasil hanya dengan kerja keras dan pantang menyerah
- 4) Meyakinkan siswa bahwa dirinya bisa sukses, sambil menunjukkan contoh teman sebaya yang sebelumnya sukses melakukan hal yang sama
- 5) Memperhatikan model rekan-rekan sebaya yang sukses kepada para siswa
- 6) Memberikan tugas dasar dan kompleks dalam aktivitas-aktivitas kelompok kecil.

2. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan

Sebelum membahas lebih lanjut mengenai bimbingan kelompok, akan diuraikan terlebih dahulu pengertian bimbingan. Menurut para ahli, diantaranya Djumhur dan Muh. Surya menyatakan “Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapai kemampuan untuk memahami diri (*self understanding*), menerima diri (*self acceptance*), kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self*

realization) sesuai dengan potensinya dan kemampuan dalam mencapai penyesuaian diri (*self adaptive*) dengan lingkungan baik keluarga maupun masyarakat”.²⁹

Pendapat lain dikemukakan oleh Bimo Walgito yang menyatakan “Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya untuk mengembangkan kemampuan-kemampuannya, agar individu itu dapat memecahkan masalahnya sendiri dan dapat mengadakan penyesuaian dengan baik untuk mencapai kesejahteraan hidupnya”.³⁰

Sedangkan pengertian bimbingan secara Islami merupakan proses pemberian bantuan. Maksudnya adalah bimbingan tidak menentukan atau mengharuskan melainkan sekedar membantu individu. Individu dibantu dan dibimbing agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah yang artinya sesuai dengan kodrat, sunnatullah dan hakikatnya sebagai makhluk Allah dan juga menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah yang diciptakan untuk mengabdikan kepada-Nya. Dengan menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah yang demikian itu, berarti yang bersangkutan dalam hidupnya akan berperilaku yang tidak

²⁹Djumhur Surya dan Muh Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hlm.28.

³⁰ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Yasbit, 1980), hlm.12.

keluar dari ketentuan dan petunjuk Allah, dengan hidup yang seperti itu maka akan tercapailah kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.³¹

Berdasarkan beberapa uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya agar tercapai kehidupan yang bahagia baik di dunia maupun akhirat.

b. Pengertian Bimbingan Kelompok

Manusia merupakan makhluk Allah, ciptaan Allah dan secara kodrati manusia hidup memerlukan bantuan orang lain. Bahkan mereka baru akan menjadi manusia manakala berada di dalam lingkungan dan berhubungan dengan manusia. Dengan kata lain manusia merupakan makhluk sosial.³² Seperti difirmankan Allah dalam QS. Al-Hujurat :13 yaitu sebagai berikut:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاهُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ
لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

³¹Aunur Rahim Fakih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press, 2001), hlm. 4.

³²Aunur Rahim Fakih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press, 2001), hlm.19.

Artinya: *"Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal"*.³³

Menurut Winkel dan Sri Hastuti, bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.³⁴ Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang mengalami masalah.³⁵

Merujuk dari makna bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok,³⁶ maka bimbingan kelompok dalam persepektif Islam adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok, sesuai dengan fitrahnya dengan cara memberdayakan iman, akal,

³³ Depaetemen Agama, *Al-Qur'an dan terjemahannya*, hlm. 517.

³⁴ W.S Winkel dan M.M Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institute Pendidikan*, (Yogyakarta:Media Abadi, 2007), hlm.547.

³⁵ Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hlm. 12.

³⁶ Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 309.

dan kemauan yang dikaruniakan Allah Swt kepadanya untuk mempelajari tuntutan Allah dan Rasul-Nya, agar fitroh yang ada pada individu berkembang dengan benar dan kokoh sesuai tuntutan Allah Swt.³⁷ Manusia menurut Islam dilahirkan dengan membawa fitroh yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai seorang muslim. Bimbingan kelompok membantu klien untuk mengenal dan memahami fitrohnya manakala pernah tersesat sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrohnya itu.³⁸ Landasan bimbingan kelompok dalam perspektif Islam adalah Alqur'an dan Hadits Nabi SAW . Seperti yang difirmankan dalam QS. Al-Maidah: 92

وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأَحْذَرُوا فَإِن تَوَلَّيْتُمْ فَأَعْلَمُوا أَنَّمَا عَلَي
رَسُولِنَا الْبَلَّغُ الْمُبِينُ ﴿٩٢﴾

Artinya: “Dan taatlah kamu kepada Allah dan taatlah kamu kepada Rasul serta berhati-hatilah. Jika kamu berpaling, maka ketahuilah bahwa kewajiban Rasul Kami, hanyalah menyampaikan (amanat) dengan jelas”.³⁹

³⁷ Reska dan Syarifudin Gani, “Aplikasi Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Kelas XI IPS Sekolah Menengah Atas”, *Journal.unsri.ac.id*, (2013), hlm. 28.

³⁸ Aunur Rahim Fakih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press, 2001), hlm. 23-24.

³⁹ Departemen Agama, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm. 123.

Dari ayat tersebut terlihat bahwa Islam telah menyuruh kita untuk mentaati perintah Allah. Karena ketaatan kepada-Nya memberikan manfaat bagi diri kita dan ayat tersebut juga telah memberikan kita dua pelajaran yang dapat kita ambil yaitu pertama, tugas para nabi adalah menyampaikan risalah dengan tidak memaksa manusia menerima dan mengikutinya. Tugas mereka adalah memahamkan manusia dan setiap orang bebas memilih jalan hidupnya. Kedua, taat kepada Allah harus terlihat pada ketaatan kepada nabi-Nya. Oleh karenanya, al-Qur'an memerintahkan kita untuk mengikuti perintah nabi.⁴⁰

Dari beberapa pendapat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan kelompok adalah bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok yang bertujuan untuk menunjang perkembangan pribadi, sosial maupun peningkatan mutu kerjasama masing-masing individu dalam kelompok agar tercapai kebahagiaan di dunia maupun akhirat.

c. Bentuk-bentuk Bimbingan Kelompok

Bentuk-bentuk bimbingan menurut Djumhur dan Moh. Surya adalah sebagai berikut:

1) *Home Room Program*

⁴⁰ Pustaka Irib, "Tafsir Al-Qur'an Surat Al-Maidah Ayat 92-94", <http://indonesian.trib.com/2013/01/01/Tafsir-Al-Qur'an-Surat-Al-Maidah-Ayat-92-94>.

Home room program merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengenal siswa lebih dekat dengan cara membuat suasana kelas seperti di rumah.

2) Karya Wisata

Dengan karya wisata, siswa mendapat kesempatan untuk memperoleh penyesuaian dalam meninjau obyek-obyek yang menarik dan mereka mendapat informasi yang lebih baik dari obyek itu. Selanjutnya informasi tersebut dapat dimanfaatkan oleh murid.

3) Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok merupakan suatu cara yang memungkinkan siswa mendapat kesempatan untuk menyumbangkan pikiran masing-masing dalam memecahkan masalah.

4) Kegiatan Kelompok

Kegiatan kelompok dapat merupakan teknik yang baik dalam bimbingan, karena kelompok memberikan kesempatan kepada individu untuk berpartisipasi dengan sebaik-baiknya.

5) Organisasi Siswa

Organisasi siswa baik dalam lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah dapat merupakan suatu teknik dalam bimbingan kelompok. Melalui organisasi siswa, banyak

masalah-masalah yang sifatnya individu maupun kelompok dapat diselesaikan.

6) Sosiodrama

Sosiodrama digunakan sebagai suatu teknik di dalam memecahkan masalah-masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran.

7) Psikodrama

Psikodrama adalah teknik untuk memecahkan masalah-masalah psikis yang dialami oleh individu. Dengan memerankan suatu peranan tertentu, konflik atau ketegangan dalam dirinya dapat dihindarkan atau berkurang.

8) Remedial Teaching

Remedial Teaching adalah bentuk pengajaran yang diberikan kepada seorang siswa untuk membantu memecahkan masalah kesulitan belajar yang dihadapinya. *Remedial Teaching* dapat berupa penambahan pelajaran, pengulangan, latihan-latihan dan lain-lain.⁴¹

d. Tahap-tahap Perkembangan Kegiatan Kelompok Dalam Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno, tahap-tahap perkembangan kelompok dalam bimbingan melalui pendekatan kelompok sangat penting yang pada dasarnya tahapan perkembangan kegiatan bimbingan kelompok

⁴¹ Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance & Counseling)*, (Bandung: CV Ilmu, 1975), hlm. 106.

sama dengan tahapan yang terdapat dalam konseling kelompok.⁴² Agar bimbingan kelompok dapat terlaksana dengan baik, maka disusun langkah-langkah yang sistematis. Hal tersebut dilakukan guna mempermudah dalam melaksanakan evaluasi serta menentukan tindakan selanjutnya.

1) Tahap Pembentukan

Mengungkapkan pengertian dan tujuan kelompok, saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, menjelaskan cara kegiatan kelompok. Pada tahap ini dilakukan upaya untuk menumbuhkan minat bagi terbentuknya kelompok, yang meliputi pemberian penjelasan tentang kelompok yang dimaksud, tujuan dan manfaat adanya kelompok tersebut, ajakan untuk memasuki dan mengikuti kegiatan.⁴³

2) Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada tahap kegiatan selanjutnya dalam kegiatan kelompok, yaitu kegiatan inti dari keseluruhan kegiatan. Serta membahas suasana yang terjadi dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.⁴⁴

⁴² Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), hlm. 40-60.

⁴³ Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hlm. 131.

⁴⁴ *Ibid*, hlm. 137.

3) Tahap Pelaksanaan

Mengemukakan masalah atau topik, anggota membahas masalah atau topik secara mendalam, tanya jawab antar anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah atau topik yang sedang dibicarakan.⁴⁵

4) Tahap Pengakhiran

Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan.⁴⁶

e. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Winkel dan Sri Hastuti manfaat layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) Mendapat kesempatan untuk berkontak dengan banyak siswa.
- 2) Memberikan informasi yang dibutuhkan oleh siswa.
- 3) Siswa dapat menyadari tantangan yang akan dihadapi.
- 4) Siswa dapat menerima dirinya setelah menyadari bahwa teman-temannya sering menghadapi persoalan, kesulitan dan tantangan yang kerap kali sama.

⁴⁵Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hlm. 147.

⁴⁶*Ibid*, hlm. 151.

- 5) Lebih berani mengemukakan pandangannya sendiri bila berada dalam kelompok.
- 6) Diberikan kesempatan untuk mendiskusikan sesuatu bersama.
- 7) Lebih bersedia menerima suatu pandangan atau pendapat bila dikemukakan oleh seorang teman dari pada yang dikemukakan oleh seorang konselor.⁴⁷

f. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Winkel dan Sri Hastuti, tujuan bimbingan kelompok adalah menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.⁴⁸

Secara umum penyelenggaraan bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu mengatasi masalah yang dirasakan oleh individu anggota kelompok. Melalui bimbingan kelompok, peserta didik akan memperoleh banyak informasi yang mungkin akan dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagaimana diungkapkan oleh Gazda dalam Prayitno bahwa bimbingan

⁴⁷ W.S Winkel dan M.M Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institute Pendidikan*, (Yogyakarta:Media Abadi, 2007), hlm. 565.

⁴⁸ *Ibid*, hlm. 547.

kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.⁴⁹

Sedangkan tujuan bimbingan kelompok secara Islam adalah untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.⁵⁰ Tujuan ini sifatnya hanya merupakan bantuan. Individu yang dimaksudkan di sini adalah orang yang dibimbing dalam kelompok. "Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya" berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakikatnya sebagai manusia untuk menjadi seseorang yang selaras dengan perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, sosial dan sebagai makhluk berbudaya.

Dari beberapa pendapat tersebut, bahwa tujuan dari pemberian layanan bimbingan kelompok adalah untuk memberikan informasi yang bermanfaat bagi kehidupan individu melalui kegiatan kelompok guna memecahkan permasalahan yang dihadapi serta mengembangkan perilaku yang positif dalam kehidupan sehari-hari agar tercapai kebahagiaan dunia maupun akhirat.

⁴⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta), hlm. 309.

⁵⁰ Aunur Rahim Fakih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press, 2001), hlm. 35.

g. Kelemahan dan Kelebihan Bimbingan Kelompok

Kelemahan bimbingan kelompok diantaranya:

- 1) Kontak pribadi antara konselor dengan klien sangat terbatas dan kurang mendalam.
- 2) Klien kurang dapat diajak berefleksi lebih dalam (terutama kelompok besar).
- 3) Pelayanan bimbingan ini kurang memadai bagi klien yang mengalami kesulitan berat. Oleh karena itu, tetap perlu layanan konseling individual.
- 4) Perubahan positif yang berarti dalam konsep diri para klien tidak selalu dapat ditemukan.

Kelebihan bimbingan kelompok diantaranya:

- 1) Memberikan kesempatan kepada klien untuk mendiskusikan sesuatu bersama dan langsung mendapatkan latihan untuk beraksi dalam kelompok.
- 2) Membelajarkan diri bersedia menerima pendapat teman lainnya.
- 3) Menunjang perkembangan intelektual dan sosial individu sambil berupaya memasyarakatkan suasana kehidupan di masyarakat.
- 4) Membangun sikap dan perilaku individu secara efektif.

- 5) Membantu individu melaksanakan tugas perkembangannya (perkembangan individu, sosial, dan kesadaran dirinya).⁵¹

3. Diskusi Kelompok

Menurut Romlah, diskusi kelompok adalah percakapan yang sudah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau memperjelas suatu persoalan, di bawah pimpinan seorang pimpinan.⁵²

a. Bentuk-Bentuk Diskusi Kelompok

Beberapa bentuk diskusi kelompok menurut Dewa Ketut Sekardi, yaitu:

1) Dilihat dari jumlah anggota

Jika dilihat dari jumlah anggota, diskusi kelompok berbentuk kelompok besar dan kelompok kecil. Kelompok besar berjumlah 20 orang atau lebih. Sedangkan kelompok kecil berjumlah kurang dari 20 orang, biasanya sekitar 2-12 orang.

2) Dilihat dari pembentukan

Jika dilihat dari pembentukannya, diskusi berbentuk formal dan informal. Dalam bentuk formal, proses pembentukannya sengaja untuk dibentuk suatu diskusi kelompok. Sedangkan yang

⁵¹ Zaenal Abidin dan Alief Budiyo, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Grafindo Litera Media, 2010), hlm. 69.

⁵² Romlah Tatiek, *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2001), hlm. 89.

informal, proses terbentuknya diskusi secara spontan dan tanpa direncanakan.

3) Dilihat dari tujuan

Jika dilihat dari tujuan diskusi kelompok ada dua macam yaitu pemecahan masalah dan terapi anggota. Pemecahan masalah memiliki ciri utama menekankan pada hasil diskusi, sedangkan terapi anggota menekankan pada proses diskusi.

4) Dilihat dari waktu diskusi

Jika dilihat dari waktu dalam diskusi, diskusi kelompok ada dua bentuknya yaitu maraton dan singkat/reguler. Maraton dilakukan secara terus menerus tanpa jeda waktu selama 5-12 jam, sedangkan singkat/reguler dilakukan 1-2 jam dan dilakukan secara berulang-ulang.

5) Dilihat dari masalah yang dibahas

Jika dilihat dari masalah yang dibahas, diskusi kelompok ada dua macam yaitu sederhana dan kompleks/rumit. Sederhana mempunyai ciri utama masalah yang dipecahkan relatif mudah, sedangkan kompleks/rumit masalah yang dipecahkan cukup sulit.

6) Dilihat dari aktifitas kelompok

Jika dilihat dari aktifitas kelompok, diskusi kelompok ada dua macam, yaitu terpusat pada pemimpin dan demokratis (terbagi ke semua anggota). Diskusi yang terpusat pada pemimpin cenderung anggotanya yang kurang aktif akan tetapi pemimpin yang lebih

aktif. Sedangkan demokrasi, anggota dan pemimpin sama-sama aktif dalam memberikan saran dan pendapat.⁵³

b. Fungsi Metode Diskusi

- 1) Mendorong siswa untuk berfikir dan mengeluarkan pendapatnya dengan dasar argumentasi yang kuat dan akurat.
- 2) Mengembangkan daya imajinasi dan intuitif serta daya pikir yang kritis.
- 3) Disamping itu diskusi dapat berfungsi sebagai bahan masukan yang sangat berharga bagi seorang guru atau pimpinan sekolah.⁵⁴

c. Kelebihan dan Kekurangan Metode Diskusi

Kelemahan metode diskusi sebagai berikut:

- 1) Tidak dapat diapakai dalam kelompok yang besar.
- 2) Peserta diskusi mendapat informasi yang terbatas.
- 3) Dapat dikuasai oleh orang-orang yang suka berbicara.
- 4) Biasanya orang menghendaki pendekatan yang lebih formal.

Kelebihan metode diskusi sebagai berikut:

- 1) Menyadarkan siswa bahwa masalah dapat dipecahkan dengan berbagai jalan.

⁵³ Haryanto, "Bentuk-Bentuk Diskusi Kelompok", <http://belajarpsikologi.com/bentuk-bentuk-diskusi-kelompok/2013/01/11>, diakses pada tanggal 17 September 2015.

⁵⁴ Islamiyatul D, "Tujuan Dan Fungsi Metode Diskusi", <http://id.shvioong.com/social-sciences/education/2193716-tujuan-dan-fungsi-metode-diskusi/>, diakses pada tanggal 17 September 2015.

- 2) Menyadarkan siswa bahwa dengan berdiskusi mereka saling mengemukakan pendapat secara konstruktif sehingga dapat diperoleh keputusan yang lebih baik.
- 3) Membiasakan siswa untuk mendengarkan pendapat orang lain sekalipun berbeda dengan pendapatnya dan membiasakan bersikap toleransi.⁵⁵

4. Bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa

Bimo Walgito menyatakan “Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya untuk mengembangkan kemampuan-kemampuannya, agar individu itu dapat memecahkan masalahnya sendiri dan dapat mengadakan penyesuaian dengan baik untuk mencapai kesejahteraan hidupnya”.⁵⁶

Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok.⁵⁷

Bandura mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya

⁵⁵ Syeful Bahri Jamarah, 2000, “Metode Diskusi”, [Http://Juprimalino.Blogspot.Com/2000/01/Metode-Diskusi-Discusion-Method-Html,Diakses](http://Juprimalino.Blogspot.Com/2000/01/Metode-Diskusi-Discusion-Method-Html,Diakses) Pada 17 September 2015.

⁵⁶ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Yasbit, 1980), hlm.12.

⁵⁷ Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 309.

dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.⁵⁸

Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri adalah layanan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan dirinya yang berupa keputusan atau keyakinan akan kemampuannya untuk memilih dan memperkirakan suatu tindakan tertentu agar tercapai hasil yang diinginkan.

H. Metode Penelitian

Guna memperoleh data yang berhubungan dengan permasalahan yang dirumuskan dan untuk mempermudah pelaksanaan penelitian serta mencapai tujuan yang ditentukan maka penulis menggunakan metode-metode sebagai berikut:

1. Jenis penelitian

Untuk mendapatkan data yang berhubungan dengan permasalahan yang telah dirumuskan dan mempermudah pelaksanaan penelitian serta mencapai tujuan yang ditentukan, maka penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang mengambil data-data primer dari lapangan.⁵⁹ Jenis penelitian dalam skripsi ini adalah kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini

⁵⁸ Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 75.

⁵⁹ Lexy J. Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 4.

penulis berusaha memperoleh data yang sesuai dengan gambaran, keadaan, realita dan fenomena yang diselidiki. Sehingga data yang diperoleh oleh penulis bisa dideskripsikan secara rasional dan objektif sesuai dengan kenyataan yang ada di lapangan. Dalam penelitian ini penulis mencari dan mengumpulkan data-data yang berkaitan dengan subjek dan objek penelitian yang berisi Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.

2. Penentuan Subjek dan Objek

a. Subjek penelitian

Subjek penelitian yaitu orang atau individu atau kelompok yang dijadikan unit atau satuan yang diteliti.⁶⁰ Adapun subjek dalam penelitian ini yaitu: Pak Nugroho Tri Ari Wibowo selaku guru Bimbingan dan Konseling SMPN 5 Satu Atap Tanjung dan sebagai informan utama mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok di SMPN 5 Satu Atap Tanjung. Pemilihan informan dalam penelitian ini berdasarkan pada asumsi bahwa beliau adalah yang terlibat langsung dalam kegiatan layanan BK. Serta siswa kelas VII ASMPN 5 Satu Atap Tanjung yang berjumlah 40 siswa. Dari 40 siswa tersebut yang dijadikan subjek penelitian hanya 10 orang, yaitu: Aa, Cl, Kh, Mt, Nn, Ra, Rw, Rl, Ta, dan Wa. Pemilihan subjek tersebut berdasarkan rekomendasi dari guru Bimbingan dan Konseling. Alasan bahwa siswa kelas VII A itu masuk dalam

⁶⁰ Sanapiah Faisal, *Format-Format Penelitian Sosial*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2008), hlm. 109.

kriteria kurang dalam efikasi diri . Hal tersebut dikarenakan siswa-siswa kelas VII A kebanyakan masih pasif di dalam kelas. Kriteria yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki masalah mengenai efikasi diri yang masih rendah, seperti: pasif di dalam kelas dan kurangnya kepercayaan diri terhadap suatu hal yang dilakukannya.

b. Objek penelitian

Objek penelitian yaitu permasalahan-permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian suatu penelitian.⁶¹ Adapun objek dalam penelitian ini yaitu pelaksanaan bimbingan kelompok yang meliputi teknis pelaksanaan bimbingan kelompok serta tahap-tahap bimbingan kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes .

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan pengamatannya melalui hasil kerja panca indra mata serta dibantu dengan panca indra lainnya.⁶² Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan

⁶¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm. 115.

⁶² Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007), hlm. 115.

penginderaan.⁶³ Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi non partisipan yaitu penulis tidak mengikuti kegiatan secara langsung dalam kegiatan bimbingan kelompok sebagai upaya meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung.

Metode observasi ini digunakan untuk memperoleh data yang belum terdapat dalam *interview* dan dokumentasi, yaitu mengenai letak geografis dan keadaan SMPN 5 Satu Atap Tanjung, sarana dan prasarana BK SMPN 5 Satu Atap Tanjung, serta struktur organisasi BK.

b. Wawancara

Interview (wawancara) adalah teknik pengumpulan data dengan jalan tanya jawab secara sepihak yang dikerjakan secara sistematis dan berlandaskan pada tujuan penelitian.⁶⁴ Sedangkan menurut Bimo Walgito, *Interview* (wawancara) yaitu salah satu metode untuk mendapatkan data anak atau orang yang mengadakan hubungan secara langsung dengan informan (*face to face relation*).⁶⁵ Dengan metode *Interview* ini diharapkan penulis dapat memperoleh data, baik secara lisan maupun tertulis mengenai

⁶³*Ibid*, hlm. 115.

⁶⁴ Sutrisno hadi, *Metodologi Research*, Jilid II, (Yogyakarta: Andi Offset, 1989), hlm. 217.

⁶⁵Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah III*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1995), hlm. 4.

pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa di SMPN 5 Satu Atap Tanjung.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode *Interview* bebas terpimpin, artinya pertanyaan-pertanyaan yang telah disiapkan dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang ada tetapi tidak keluar dari pokok persoalan. Jadi penulis memberikan kebebasan kepada responden untuk berbicara dan memberikan keterangan yang diperlukan penulis melalui pertanyaan yang telah diberikan dan dipersiapkan sebelumnya.

Wawancara ini ditujukan kepada guru Bimbingan dan Konseling, yaitu Pak Nugroho Tri Ari Wibowo selaku guru Bimbingan dan Konseling. Informasi yang diperoleh mengenai teknis pelaksanaan bimbingan kelompok serta tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok. Metode wawancara ini juga untuk menggali informasi mengenai gambaran umum BK SMPN 5 Satu Atap Tanjung, tujuan diberikannya layanan bimbingan kelompok kepada siswa, dan materi yang digunakan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung.

Wawancara juga dilakukan kepada 10 siswa kelas VII A, yaitu: Aa, Cl, Kh, Mt, Nn, Ra, Rw, Rl, Ta, dan Wa. yang berdasarkan rekomendasi dari guru BK. Menurut guru BK bahwa siswa-siswa tersebut masuk dalam kriteria kurang dalam hal

efikasi diri. Dalam wawancara ini penulis menggali informasi kepada subjek penelitian mengenai teknis pelaksanaan dan tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK, untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok mampu untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode penelitian dengan cara mengumpulkan data-data dan keterangan yang ada hubungannya dengan objek penelitian.⁶⁶ Metode ini digunakan oleh penulis untuk memperoleh dokumen-dokumen (arsip-arsip) yang ada hubungannya dengan penelitian dan dianggap penting.

Data dengan metode dokumentasi ini diperoleh dari guru BK, guru pembimbing dan Tata Usaha yang berupa *soft file*. *Soft file* tersebut berisi tentang gambaran umum dan latar belakang SMPN 5 Satu Atap Tanjung, profil BK, sejarah berdirinya, serta letak geografis SMPN 5 Satu Atap Tanjung.

4. Teknik Analisa Data

Dalam buku Lexy J Moeloeng, Bogdan dan Biklen mengungkapkan analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat dikelola, mencari dan menemukan pola,

⁶⁶ Lexy J. Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 3.

menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang diceritakan kepada orang lain.⁶⁷

Analisis data yang dilakukan penulis melalui tiga tahap stimulan dan berkesinambungan. Untuk lebih jelasnya tahapan-tahapan analisis dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, dan informasi data kasar yang muncul dari catatan tertulis dari lapangan. Data yang ditulis dilapangan diketik dalam suatu bentuk laporan atau uraian yang terperinci. Laporan atau data yang penulis peroleh tersebut direduksi, dirangkum, dipilih hal pokok, difokuskan dalam hal yang penting, serta disusun lebih sistematis. Data yang direduksi memberi gambaran-gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan, juga mempermudah penulis untuk mencari data ayang diperlukan yaitu tentang pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa.⁶⁸

Penulis mencari data di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes dan membuat catatan yang berkaitan dengan bimbingan kelompok beserta aktivitas penunjang dalam meningkatkan efikasi diri siswa,

⁶⁷ Lexy J. Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 248.

⁶⁸ Sugiono, *Metode Penulisan kuantitatif dan kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 247.

kemudian data tersebut diketik dan dipilih sesuai dengan penelitian yang dilakukan.

b. Display Data

Display data atau penyajian data adalah seperangkat informasi yang terorganisasi yang memungkinkan dalam bentuk tabel atau grafik sehingga dapat dilakukan penarikan kesimpulan. Penyajian data tentang bimbingan kelompok agar lebih terfokus, maka penulis membuat ringkasan sebagai berikut: bentuk dari bimbingan kelompok dan pelaksanaannya beserta faktor-faktor pendukung maupun penghambat pelaksanaan bimbingan kelompok.

c. Penarikan Kesimpulan Data

Penarikan kesimpulan data dalam proses analisis data dengan cara menggunakan cara berfikir induktif sebagai pencarian makna dari data yang berhasil dikumpulkan dengan melibatkan pemahaman penulis setelah didapat kesimpulan kemudian dilakukan verifikasi. Banyak strategi yang digunakan dalam proses ini, antara lain menggunakan perbandingan secara luas atau khusus, pencatatan-pencatatan, pola-pola, tema dan pengelompokkan. Penulis akan menarik kesimpulan bentuk dan pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK, khususnya dalam meningkatkan efikasi diri siswa di SMPN 5 Satu

Atap Tanjung Brebes beserta kegiatan pendukung pelaksanaan bimbingan kelompok.⁶⁹

Ketiga macam analisis kegiatan yang disebut di atas harus saling berhubungan secara terus menerus selama penulisan dilaksanakan.

5. Keabsahan Data

Dalam penelitian ini uji keabsahan data dengan menggunakan Trianggulasi. Trianggulasi adalah teknik pemeriksaan data yang memanfaatkan sesuatu di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau perbandingan terhadap data tersebut.⁷⁰

Trianggulasi yang digunakan adalah trianggulasi sumber yaitu membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi. Hal ini dapat dicapai dengan membandingkan data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang berkaitan dengan judul penelitian.

⁶⁹*Ibid*, hlm. 248.

⁷⁰ Lexy J. Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 330.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan yaitu proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa Di SMPN 5 Satu Atap Tanjung meliputi teknik dan prosesi bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok. Pada perosesi bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok terdapat beberapa tahap yaitu tahap pembentukan, peralihan, pelaksanaan dan pengakhiran. Dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok yang dilakukan guru BK memberikan peningkatan terhadap efikasi diri siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan beberapa saran, diantaranya sebagai berikut:

1. Kepada Guru BK
 - a. Memanfaatkan waktu dengan semaksimal mungkin.
 - b. Meminta bantuan kepada wali kelas dan guru pembimbing agar menjalin hubungan yang lebih baik dengan siswa.

2. Kepada Guru Pembimbing

- a. Membantu dan bekerja sama dengan guru BK.
- b. Memberikan kesempatan kepada siswa yang mempunyai bakat untuk memotivasinya agar lebih maju.

3. Kepada Siswa

- a. Hendaklah selalu mengikuti dan memanfaatkan setiap layanan bimbingan yang diberikan guna untuk membantu siswa dalam mengembangkan diri dalam meningkatkan potensinya.
- b. Mematuhi segala peraturan yang ada di sekolah.
- c. Mempertahankan motivasi yang kuat sehingga menjadi kebiasaan yang baik, dan tentunya kebiasaan ini harus selalu berdampingan dengan keyakinan diri siswa untuk belajar lebih baik.

4. Kepada Pembaca

Dalam hal ini penulis berharap ada penelitian yang lebih lanjut sehubungan dengan efikasi diri siswa, karena penelitian ini masih sangat butuh penyempurnaan dari penelitian lainnya.

C. Kata Penutup

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes**”. Penulis telah mengupayakan yang terbaik dalam penyusunan skripsi ini, namun penulis

menyadari bahwa penulisan skripsi jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Atas kritik dan saran yang diberikan, penulis mengucapkan terima kasih.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan sehingga skripsi ini mampu diselesaikan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling Islami selanjutnya. Akhirnya hanya kepada Allah SWT kita berserah diri dan memohon pertolongan, semoga Allah SWT memberikan ridho-Nya kepada kita semua. Amin.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zaenal dan Alief Budiyono. 2010. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.
- Arikunto, Suharsimi. 1991. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bandura. 1997. *Self-Efficacy The Exercise Of Control*. New York: W.H. Freeman And Company.
- Bungin, Burhan. 2007. *Penelitian Kualitatif: komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Cloninger, S. 2004. *Theories of Personality Understanding persons, 5st Edition*. Ney Jersey: Upper Saddler River, 2004.
- Departemen Agama. 1971. *Al-Qur'an dan terjemahnya*. Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penterjemah.
- Faisal, Sanapiah. 2008. *Format-Format Penelitian Sosial*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Fakih, Aunur Rahim. 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: Pusat Penerbitan UII Press.
- GhufroN, M. Nur dan Rini Risnawati. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hadi, Sutrisno. 1989. *Metodologi Research*, Jilid II. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hartinah, Siti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama.
- Lari , Sayyid Mujtaba Musavi. 1995. *Psikologi Islam, Membangun Kembali Moral Generasi Muda*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Lestyanto, Trijoko. 2013. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa RSBI Kelas VIII SMP Negeri 3 Pati, *Skripsi*, (Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta).
- Moeloeong, Lexy J. 1993. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Pustaka Irib, "Tafsir Al-Qur'an Surat Al-Maidah Ayat 92-94", [http://indonesian.trib.com /2013/01/01/ Tafsir-Al-Qur'an-Surat-Al-Maidah-Ayat 92-94](http://indonesian.trib.com/2013/01/01/Tafsir-Al-Qur'an-Surat-Al-Maidah-Ayat-92-94).
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno dan Erman Amti. 2008. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Raditiana, "pengembangan model peer guidance untuk meningkatkan efikasi diri siswa", <http://cara.meningkatkan.efikasi.diri.repository.com/2015/04/21/pengembangan-model-peer-guidance-untuk-meningkatkan-efikasi-diri-siswa>.
- Reska dan Syarifudin Gani. 2013. "Aplikasi Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Kelas XI IPS Sekolah Menengah Atas", *Journal.unsri.ac.id*.
- Rindiani, Tuti dan Tamsil Muis. "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Membantu Siswa Dalam Kemantapan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut" <http://himcyoo.files.wordpress.com/2012/06/bimbingan-kelompok-dengan-teknik-diskusi-kelompok-untuk-membantu-siswa-dalam-kemantapan-pengambilan-keputusan.pdf>.
- Shihab, M. quraish. 2001. *Mukjizat Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Garmediawidiasarana Indonesia.
- Sugiono. 2008. *Metode Penulisan kuantitatif dan kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Surya, Djumhur dan Muh Surya. 1975. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Bandung: CV. Ilmu.
- Suseno, Miftahun Ni'mah. 2012. *Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri Sebagai Pelatih Pada Mahasiswa*. Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Walgito Bimo. 1980. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Yasbit.
- Winarno. 2009. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Wahid Hasyim Yogyakarta Tahun Ajaran 2007/2008. *Skripsi* tidak diterbitkan, (Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta).

Daftar Siswa Kelas VII A SMPN 5 Satu Atap Tanjung

Yang Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok

| No | Nama | Alamat |
|----|------------------------|--------------|
| 1 | Ainin Apriliasari | Pengaradan |
| 2 | Cahya Lutfiani | Karang Mangu |
| 3 | Kholastri | Pengaradan |
| 4 | Meri Tusilawati | Pengaradan |
| 5 | Niken Nur Safitri | Pengaradan |
| 6 | Robhi Atul Ayu Ningrum | Pengaradan |
| 7 | Riza Ade Wulandari | Pengaradan |
| 8 | Rufita Ayu Lestari | Krakahan |
| 9 | Tyas Ade Kirana | Pengaradan |
| 10 | Widiya Astiti | Pengaradan |

MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

A. Pengertian Percaya Diri

Percaya Diri (Self Confidence) adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (judgement) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Sedangkan kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri.

Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Percaya diri tidak muncul dengan spontan tetapi ada proses dalam pencapaiannya, rasa percaya diri harus dipupuk supaya dapat berkembang dengan baik. Tingkatan percaya diri setiap orang berbeda-beda, ada yang kurang percaya diri, tetapi ada juga yang terlalu percaya diri (*over confident*), tentunya yang baik adalah percaya diri yang proporsional.

Orang yang punya kepercayaan diri rendah atau kehilangan kepercayaan diri memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan punya pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya. Ketika ini dikaitkan dengan praktek hidup sehari-hari, orang yang memiliki kepercayaan rendah atau telah kehilangan kepercayaan, cenderung merasa bersikap sebagai berikut :

1. Tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh.
2. Mudah frustrasi atau give-up ketika menghadapi masalah atau kesulitan.
3. Kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah.
4. Sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal).
5. Canggung dalam menghadapi orang.
6. Tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan.
7. Sering memiliki harapan yang tidak realistis.
8. Terlalu perfeksionis.
9. Terlalu sensitif.

B. Cara Meningkatkan Percaya Diri

Untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, dapat diupayakan dengan beberapa kegiatan antara lain:

1. Mengikuti kegiatan lomba-lomba

Lomba terbagi kedalam dua macam yaitu lomba akademik dan lomba non akademik, pada setiap lomba ada faktor yang sangat penting dan menentukan kita untuk menang yaitu faktor percaya diri, jika kepercayaan dirinya menurun saat lomba biasanya sulit untuk berhasil meraih juara pada lomba tersebut. Supaya kadar percaya dirinya meningkat siswa harus sering mengikuti lomba-lomba.

2. Memperbanyak kegiatan yang mengasah skill

Dengan mempunyai skill (keterampilan), siswa dapat mengembangkan rasa percaya dirinya, contohnya siswa membuat karya sederhana yang dikerjakan sendiri tanpa bantuan temannya.

3. Memperbanyak tugas individual

Tugas mandiri secara individual akan melatih kita percaya kepada kemampuan sendiri dan tidak tergantung terhadap orang lain. Dengan belajar mandiri kita akan terbiasa memecahkan persoalan, terlepas benar atau salah tugas yang kita kerjakan (bisa dikonsultasikan dengan guru) yang terpenting adalah sikap percaya diri dalam mengerjakan tugas yang diberikan.

4. Pendidikan Karakter

Pengertian karakter menurut Pusat Bahasa Depdiknas adalah bawaan, hati, jiwa, kepribadian, budi pekerti, perilaku, personalitas, sifat, tabiat, temperamen, watak. Individu yang berkarakter baik atau unggul adalah seseorang yang berusaha melakukan hal-hal yang terbaik terhadap Allah SWT, dirinya, sesama, lingkungan, bangsa dan negara dengan mengoptimalkan potensi (pengetahuan) dirinya dan disertai dengan kesadaran, emosi dan motivasinya (perasaannya). Untuk mencapai siswa yang berkarakter baik atau unggul dalam proses pembelajaran ditanamkan karakter-karakter yang diharapkan.

Rasa percaya diri pada siswa memegang peranan penting dalam keberhasilan belajar, karena kurang percaya diri dapat menyebabkan siswa tidak bisa mengerjakan soal, tidak mau tampil di depan kelas, malu bertanya kepada guru padahal pelajarannya belum di mengerti, dan bahkan mencontek dilakukan karena tidak percaya diri terhadap kemampuannya. Percaya diri sangat banyak manfaatnya untuk keberhasilan kita maka pupuk dan kembangkanlah.

PEDOMAN WAWANCARA

A. Diajukan kepada Guru BK dan Guru pembimbing SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes

1. Bagaimana struktur organisasi BK di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes?
2. Bagaimana Program Kerja BK di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes?
3. Bagaimana kondisi atau keadaan guru BK di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes?
4. Apa saja sarana dan prasarana yang dimiliki BK?
5. Apa tujuan diberikannya layanan bimbingan kelompok untuk siswa?
6. Kapan layanan bimbingan kelompok efektif diberikan oleh siswa?
7. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok?
8. Apa strategi yang memudahkan untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok bagi siswa?
9. Apakah ada kerjasama dengan pihak luar dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok?
10. Apa saja bentuk-bentuk layanan bimbingan kelompok yang diberikan untuk siswa?
11. Apa materi yang disampaikan dalam layanan bimbingan kelompok?
12. Metode apa yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok?

B. Diajukan kepada siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes yang mendapat layanan bimbingan kelompok

1. Apakah pernah mengikuti layanan bimbingan kelompok?
2. Bagaimana tanggapan kalian tentang layanan bimbingan kelompok?
3. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok?
4. Apa manfaat bimbingan kelompok bagi kalian?
5. Apakah kalian mendapatkan informasi dan pengalaman baru dari pelaksanaan bimbingan kelompok?

PEDOMAN OBSERVASI

1. Letak geografis dan keadaan SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes
2. Sarana dan prasarana di ruang BK SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes
3. Struktur organisasi BK SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes

PEDOMAN DOKUMENTASI

1. Letak geografis SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes
2. Keadaan dan jumlah guru BK di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes
3. Program kerja BK SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes
4. Data-data terkait siswa yang pernah mendapat layanan bimbingan kelompok di SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes



PEMERINTAH KABUPATEN BREBES
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 5 SATU ATAP KECAMATAN TANJUNG
TERAKREDITASI B

Alamat : Jln.KH Kaprawi Km-4 Pengaradan ☎ 081575175380 ✉ 52254

SURAT KETERANGAN

No : 800 / 025 / 2015

Yang bertanda tangan di bawah ini :

N a m a : Epon Siti Aisah, S.Pd
NIP : 19711022 199702 2 003
Pangkat/ Gol.Ruang : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala SMP Negeri 5 Satu Atap Kecamatan Tanjung
Menerangkan Bahwa :
Nama : Darkonah
NIM : 11220076
Jurusan/Fakultas : Bimbingan dan Konseling Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Judul Sekripsi : Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan Efikasi diri siswa
SMPN 5 Satu Atap Tanjung

Telah melaksanakan Penelitian di sekolah kami, atas kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar digunakan untuk kepentingan tersebut.

Tanjung, 04 September 2015

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Epon Siti Aisah, S.Pd
NIP 19711022 199702 2 003





**KEMENTERIAN AGAMA
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. MarsdaAdisucipto, Telepon (0274) 515856 FAX (0274)
552230 Yogyakarta 55281

**BUKTI SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI
Nomor: UIN/2/Kajur/PP.009/1765/2015**

Ketua Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga, menerangkan bahwa:

Nama : Darkonah
NIM : 11220076
Semester : 8 (delapan)
Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam
Judul Proposal : Bimbingan Konseling Untuk Meningkatkan Efikasi Diri
Siswa SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes

telah melaksanakan seminar proposal pada tanggal 16 April 2015 dan proposal telah
diperbaiki serta siap untuk dilakukan penelitian.

Yogyakarta, 7 Juni 2015

Ketua Jurusan



Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

Pembimbing

Slamet, S.Ag, M.Si.
NIP 19691214 199803 1 002



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 – 3547438 – 3541487
Fax : (024) 3549560 E-mail : bpmd@jatengprov.go.id <http://bpmd.jatengprov.go.id>
Semarang - 50131

REKOMENDASI PENELITIAN

NOMOR : 070/2428/04.5/2015

- Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
2. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 74 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
3. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 22 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah sebagaimana telah diubah dengan peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 27 Tahun 2014.

Memperhatikan : Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Perlindungan Masyarakat Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor : 074/2100/Kesbang/2015 tanggal 26 Agustus 2015, perihal : Rekomendasi Penelitian.

Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah, memberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : DARKONAH.
2. Alamat : Pengaradan Rt 003/ Rw.004, Kel. Pengaradan, Kec. Tanjung, Kab. Brebes, Provinsi Jawa Tengah.
3. Pekerjaan : Mahasiswa S1.

Untuk : Melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan rincian sebagai berikut :

- a. Judul Proposal : BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA SMPN 5 SATU ATAP TANJUNG BREBES.
- b. Tempat / Lokasi : SMPN 5 Satu Atap Tanjung Brebes, Prov. Jawa Tengah.
- c. Bidang Penelitian : Bimbingan dan Konseling Islam.
- d. Waktu Penelitian : 01 September 2015 s.d. 22 November 2015.
- e. Penanggung Jawab : Slamet, S.Ag.,M.Si.
- f. Status Penelitian : Baru.
- g. Anggota Peneliti : -
- h. Nama Lembaga : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Ketentuan yang harus ditaati adalah :

- a. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat /Lembaga swasta yang akan di jadikan obyek lokasi;
- b. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan;
- c. Setelah pelaksanaan kegiatan dimaksud selesai supaya menyerahkan hasilnya kepada Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
- d. Apabila masa berlaku Surat Rekomendasi ini sudah berakhir, sedang pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi pemohon dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya;
- e. Surat rekomendasi ini dapat diubah apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Semarang, 01 September 2015

KEPALA BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH
PROVINSI JAWA TENGAH



Ir.SUJARWANTO DWIATMOKO, M.Si

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Darkonah
Tempat, Tanggal Lahir : Brebes, 15 Juli 1992
Jenis Kelamin : Perempuan
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat Asal : Pengaradan Rt 03 Rw 04, Tanjung, Brebes, Jawa
Tengah
Nama Ayah : Wirja
Nama Ibu : Tarsiti
E-mail : donacuhuy@yahoo.co.id

Riwayat Pendidikan

SDN 2 Pengaradan : 1999-2005
SMPN 1 Tanjung : 2005-2008
SMAN 1 Tanjung : 2008-2011
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta : 2011-2015

Pengalaman Organisasi : -

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 7 September 2015

Yang menyatakan

Darkonah

11220076