

**BIMBINGAN PSYCHOWRITING UNTUK MENINGKATKAN SELF
CONFIDENCE SISWA SMP N 4 PAKEM SLEMAN**



**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Syarat-Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

Disusun Oleh:

Dina Dwi Nurmaya

NIM 17102020017

Pembimbing:

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.

NIP. 19700403 200312 1 001

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2021



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsdha Adisucipto, Telp. (0274) 51585, Fa. (0274) 555220
Email: fdk@uin-suka.ac.id Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada :

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga
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	:	Dina Dwi Nurmaya
Program Studi	:	Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi	:	Bimbingan <i>Psychowriting</i> untuk Meningkatkan <i>Self Confidence</i> Siswa SMP N 4 Pakem Sleman

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Strata Satu dalam bidang Ilmu Sosial.

Dengan ini kami harap agar skripsi tersebut di atas dapat segera
dimunaqosyahkan, atas perhatiannya kami ucapan terimakasih.

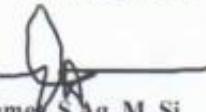
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Mengetahui:

Yogyakarta, 23 November 2021

Ketua Prodi BKI

Pembimbing Skripsi


Slamek, S.Ag, M.Si



NIP. 19691214 199803 1 022

NIP. 19700403 200312 1 001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1751/Un.02/DD/PP.00.9/12/2021

Tugas Akhir dengan judul : BIMBINGAN PSYCHOWRITING UNTUK MENINGKATKAN SELF CONFIDENCE SISWA SMP N 4 PAKEM YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : DINA DWI NURMAYA
Nomor Induk Mahasiswa : 17102020017
Telah diujikan pada : Kamis, 02 Desember 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Muhsin, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 61b6b742e250b



Pengaji I

Dr. H. Rifa'i, M.A.
SIGNED

Valid ID: 61b42e5a298c8



Pengaji II

Ferra Puspito Sari, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 61b408f03-88



Yogyakarta, 02 Desember 2021

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 61b6e95788c47

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dina Dwi Nurmaya

NIM : 17102020017

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **Bimbingan Pychowriting untuk Meningkatkan Self Confidence Siswa SMP N 4 Pakem Sleman** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau tulisan orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan dengan tatacara yang dibenarkan secara ilmiah. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penulis siap mempertanggungjawabkan sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 17 November 2021



DINA DWI NURMAYA

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BERHIJAB

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dina Dwi Nurmaya

NIM : 17102020017

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Satu saya). Seandainya suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan dengan penuh kesadaran Ridha Allah SWT.

Yogyakarta, 17 November 2021



DINA DWI NURMAYA

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Penulis persembahkan skripsi ini untuk:

Ayahanda Sabar Sardibyo dan Ibunda Eni Endang S.

Yang telah membesarkan, membimbing, mendidik, mencerahkan kasih sayang, dan memberi dukungan, serta motivasi agar menjadi anak yang lebih baik dan mendoakan untuk keberhasilanku.



MOTTO

“Ikatlah Ilmu dengan menulisnya”

Ali Bin Abi Thalib_

“Tahu kau mengapa aku sayangi kau lebih dari siapapun? Karena kau menulis.
Suaramu takkan padam ditelan angin, akan abadi, sampai jauh, jauh di kemudian
hari”

Pramoedya Ananta Toer_



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil 'alamiin. Segala puji bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, yang memberikan kesempatan bagi penulis untuk mengalami proses yang tak pernah berhenti. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang menjadi tuntunan dan teladan bagi umatnya.

Dalam penggeraan skripsi ini membutuhkan proses yang cukup panjang dan terkadang melelahkan. Bahkan, sekali terasa membosankan. Akan tetapi, banyak pihak yang begitu berperan besar dalam membantu, mendorong, serta menjaga semangat hingga akhirnya mampu menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, dengan ungkapan syukur diucapkan terimakasih yang setulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, MA. Selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M. Pd. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si., dan Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I., selaku Ketua dan sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan penuh kesabaran meluangkan waktu untuk membantu,

membimbing serta mendidik penulis dengan saran dan informasi yang diberikan selama mengerjakan skripsi.

5. Bapak Drs. Abror Sodik, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah membersamai penulis dalam memberikan ilmu dan bimbingan akademik.
6. Seluruh dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi khususnya dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang senantiasa sabar dalam membimbing, mendidik, memotivasi dan memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan.
7. Seluruh staf bagian akademik yang telah memberikan kemudahan pelayanan dalam berbagai keperluan penulis selama kuliah.
8. Bapak dan Ibu Guru SMP N 4 Pakem Sleman yang sudah membantu memberikan informasi untuk menambah pengetahuan dalam melengkapi penulisan skripsi ini
9. Alumni SMP N 4 Pakem Sleman yang banyak memberikan kontribusi terhadap penelitian penulis.
10. Kakak Eko Nurdianto, Adik Trio Hardiansyah dan Nafis Catur Aprilio, Keluarga tercinta Bani Rubio & Bani Sumo Prayitno yang tidak hentinya memberikan dukungan, dan menyemangati penulis selama proses studi.
11. Kawan seperjuangan yang selalu menemani dalam berbagi kebahagian dan juga keluh kesah penulis selama masa perkuliahan, yaitu Siti Nuratika,

Almanisa Nur Azizah P, Deva Rosiani, Dea Amelia Sevtiana, Maya Fitriyani, Reza Purwaningrum, Hanik Purwati, Salsabila Nuzulia, Septiana Has Shinta, Dian Indiastuti, Rizky Yulianti.

12. Seluruh teman-teman BKI 2017 & BKI 2018. Kelompok 71 KKN 105 Papringan, Teman-teman PPL KUA Gondokusuman, Mitra Ummah, Niqobisuka, Muslimah Motivation Yogyakarta, Bipolar Community Jogja, dan seluruh teman dan sahabat yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu namanya di sini. Terimakasih atas doa, perhatian, motivasi, semangat dan kenangan terbaik yang telah diberikan kepada penulis.

Ungkapan doa penulis pintakan semoga Allah SWT memberikan rahmat, berkah, inayah kepada semuanya dan semoga pengorbanan yang sudah dilakukan mendapat pahala dari Allah SWT di dunia maupun di akhirat kelak. Amiin.

Yogyakarta, 17 November 2021

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DINA DWI NURMAYA

17102020017

ABSTRAK

Dina Dwi Nurmaya (17102020017) Bimbingan Pychowriting untuk Meningkatkan Self Confidence Siswa SMP N 4 Pakem Sleman: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021

Pentingnya *self confidence* atau kepercayaan diri bagi siswa yang merupakan aspek kepribadian yang berfungsi mendorong siswa untuk meraih prestasi. Namun, setiap siswa yang berada di sekolah memiliki karakteristik tersendiri seperti latar belakang keluarga, tingkah laku serta mental fisiknya yang menjadikan beberapa siswa memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan teman sebayanya dan melakukan proses pembelajaran karena kurangnya keyakinan atau kemampuan pada diri tersebut sehingga munculah kurangnya kepercayaan diri pada siswa. Bimbingan *Psychowriting*, merupakan istilah yang memang jarang atau belum banyak dipakai dalam program pelatihan atau pembelajaran. Tetapi penulis lebih memiliki kecenderungan bahwa istilah ini merupakan rumpun dari konsep pembelajaran yang kreatif atau inovatif dengan ada banyak sekali manfaat dari menulis diharapkan dapat memberikan meningkatkan *self confidence* pada siswa.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan mendeskripsikan tahap-tahap yang dilakukan oleh pembimbing dalam proses bimbingan *psycowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa di SMP N 4 Pakem Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Metode penelitian yang dilakukan yaitu dengan observasi non partisipan, wawancara kepada subjek di SMP N 4 pakem sleman serta dilengkapi oleh dokumentasi.

Hasil penelitian ini yaitu terdapat empat tahap yang dilakukan dalam meningkatkan *self confidence* siswa yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan dan tahap pengakhiran.

Kata kunci : *Bimbingan Psychowriting, Self confidence, siswa*

ABSTRAK

Dina Dwi Nurmaya (17102020017) Pychowriting Guidance to Improve Self Confidence of Students of SMP N 4 Pakem Sleman: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah and Communication, State Islamic University Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021

The importance of *self-confidenceself-confidence* orfor students which is an aspect of personality that functions to encourage students to achieve. However, every student who is in school has its own characteristics such as family background, behavior and mental physical which makes some students have difficulty adjusting to their peers and carrying out the learning process due to lack of confidence or ability in themselves so that a lack of self-confidence arises. on students. Guidance *Pychowriting* is a term that is rarely or not widely used in training or learning programs. However, the author has a tendency that this term is a family of creative or innovative learning concepts with many benefits from writing which is expected to provide increased *self-confidence* to students.

The purpose of this study is to identify and describe the steps taken by the supervisor in the guidance process *psychowriting* to increase *self-confidence* studentat SMP N 4 Pakem Sleman. This research is a descriptive qualitative research. The research method was carried out by non-participant observation, interviews with subjects at SMP N 4 Pakem Sleman and equipped with documentation.

The results of this study are that there are four stages carried out in increasing *self-confidence*, students'namely the formation stage, the transition stage, the implementation stage and the termination stage.

Keywords: *Psychowriting Guidance, Self confidence, students*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN BERHIJAB	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang.....	4
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
E. Kajian Pustaka	11
F. Kajian Teori	16
G. Metode Penelitian	42
BAB II GAMBARAN UMUM SMP N 4 PAKEM SLEMAN	52
A. Profil SMP N 4 Pakem Sleman	52
B. Kegiatan Bimbingan di SMP N 4 Pakem Sleman.....	60

BAB III	TAHAP-TAHAP BIMBINGAN <i>PSYCHOWRITING</i> UNTUK MENINGKATKAN <i>SELF CONFIDENCE</i> SISWA SMP N 4 PAKEM SLEMAN	75

A.	Tahap Pembentukan Kelompok.....	76
B.	Tahap Peralihan	81
C.	Tahap Pelaksanaan Kegiatan	84
D.	Tahap Pengakhiran	87
BAB IV	PENUTUP	90
A.	Kesimpulan	90
B.	Saran-Saran.....	90
C.	Kata Penutup	91
DAFTAR PUSTAKA	93	
DATA DIRI		
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul skripsi ini adalah “Bimbingan *Psychowriting* untuk Meningkatkan *Self Confidence* Siswa SMP N 4 Pakem Sleman”. Penulis berusaha memberikan penegasan beberapa istilah penting untuk menghindari adanya salah pengertian pada judul ini. Adapun penegasan masing-masing istilah judul yang perlu dijelaskan antara lain:

1. Bimbingan *Psychowriting*

Abu Bakar menuturkan bahwa bimbingan diartikan sebagai suatu usaha yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dengan tujuan individu mampu memahami segala potensi yang ada pada dirinya, sehingga individu menjadi pribadi yang berkembang sesuai dengan kemampuan minat dan bakatnya.¹

Psycho berasal dari kata *psychology* (dalam bahasa Inggris) atau psikologi (dalam bahasa Indonesia). Ditinjau dari segi bahasa, perkataan psikologi berasal dari perkataan *psyche* yang diartikan jiwa dan perkataan *logos* yang berarti *ilmu* atau *ilmu pengetahuan*. Karena itu

¹ Abu Bakar M. Ludin, “*Kinerja Kepala Sekolah dalam Kegiatan Bimbingan dan Konseling*” (Bandung: Citra pustaka Media Perintis, 2009), hal. 10.

perkataan psikologi sering diartikan atau diterjemahkan dengan ilmu pengetahuan tentang jiwa atau disingkat dengan ilmu jiwa.²

Writing (dalam bahasa Inggris) atau Menulis (dalam bahasa Indonesia). Menulis berarti menuangkan buah pikiran kedalam bentuk tulisan atau menceritakan sesuatu kepada orang lain melalui tulisan. Menulis juga dapat diartikan sebagai ungkapan atau ekspresi perasaan yang dituangkan dalam bentuk tulisan. Dengan kata lain, melalui proses menulis kita dapat berkomunikasi secara tidak langsung.³

Jadi bimbingan *psychowriting* adalah usaha seseorang kepada orang lain agar dapat memahami keterampilan menulis melalui perpektif psikologi.⁴

2. Meningkatkan *Self Confidence* Siswa

Kata meningkatkan berasal dari kata tingkat yang mempunyai arti fase, yang menambah imbuhan berubah menjadi meningkat yang berarti suatu usaha atau upaya untuk maju. Meningkatkan berarti menaikkan (derajat, taraf), memperhebat (memproduksi), mempertinggi.⁵ Percaya diri berasal dari bahasa inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Penilaian yang bersifat ke arah positif yang

²Bimo Walgito, “*Pengantar Psikologi Umum*”, (Yogyakarta: Andi Offset, 2003), hal. 1.

³Pranoto, “*Mengajar Menulis Fiksi untuk Para Guru*”, (Jakarta: wisma Nugraha Sabtana), hal. 9.

⁴Anas Ahmad, “*Psychowriting*”, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020), hal. 45.

⁵David G. Myers, “*Psikologi Sosial*”, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hal. 409.

menumbuhkan motivasi pada tiap individu dan pada akhirnya mau menghargai dirinya sendiri.⁶ Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan individu terhadap gejala aspek yang dimiliki dan pada akhirnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.

Pengertian siswa menurut ketentuan umum undang-undang RI Np. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.⁷

Sebagai suatu komponen dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan Nasional. Menurut Abu Ahmadi siswa adalah sosok manusia sebagai individu/pribadi. Individu diartikan “orang seorang yang tidak bergantung dengan orang lain”, dalam arti benar-benar pribadi yang menentukan diri sendiri dan tidak dipaksa dari luar, mempunyai sifat-sifat dan keinginan sendiri”.⁸ Berdasarkan dari paparan di atas yang dimaksud meningkatkan *self confidence* siswa dalam penelitian ini

⁶Thursan Hakim, “*Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*” (Jakarta: Puspa Swara,2002), hal. 63.

⁷Republik Indonesia, “*Undang-Undang Republik Indonesia No 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen & Undang-undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang sisidiknas*”,(Bandung: Permana, 2006), hal. 65.

⁸Tim Dosen Administrasi Pendidikan UPI, “*Manajemen Pendidikan*”,(Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 205.

adalah upaya untuk menumbuhkan motivasi dan mampu menghargai dirinya sendiri pada individu yang dalam penelitian ini adalah siswa.

3. SMP N 4 Pakem Sleman

SMP N 4 Pakem Sleman didirikan pada tahun 1952 dengan keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan memberikan Surat Keputusan Nomor: 38115/KB/1952. SMP N 4 Pakem Sleman terletak di Jalan Kaliurang Km.17, Sukunan, Pakembinangun, *Pakem*, Sleman, D.I. Yogyakarta.

Berdasarkan penegasan istilah diatas, maka yang dimaksud “Bimbingan *Psychowriting* untuk Meningkatkan *Self Confidence* Siswa SMP N 4 Pakem Sleman” dapat diartikan dengan usaha bantuan untuk meningkatkan motivasi terhadap individu yakni siswa dengan menggunakan keterampilan menulis melalui perspektif psikologi. Serta fokus penelitian ini adalah pada tahap-tahap bimbingan *psychowriting* di SMP N 4 Pakem Sleman

B. Latar Belakang

Pendidikan di sekolah merupakan salah satu cara dalam proses menciptakan individu yang berkualitas, selain pendidikan didalam keluarga dan sekitarnya. Menurut Hurlock yang dikutip oleh Diandra dkk, dan dikutip kembali oleh Afrilia Afifah dkk, menjelaskan bahwa sekolah adalah lembaga formal yang membawa pengajaran melalui bimbingan, pendidikan

dan pelatihan yang akan mencerdaskan siswa(Afrilia Afifah, Dewi Hamidah, Irfan Bushani).⁹ Disekolah peserta didik diberikan bimbingan yang di harapkan agar meningkatkan keahlian yang siswa miliki, baik kegiatan yang bersifat formal yang ada di jam sekolah maupun non formal yang di ada di luar sekolah.

Siswa sebagai individu atau kelompok yang sedang dalam proses pada tahap perkembangan, yaitu berkembang ke arah kematangan jiwa atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan tersebut, individu membutuhkan suatu bimbingan karena mereka masih kurang memiliki suatu pemahaman atau pengertian, wawasan serta pengalaman tentang dirinya dan lingkungan sekitar dalam menentukan arah kehidupan selanjutnya.¹⁰ Siswa merupakan penerus estafet bangsa seharusnya memiliki kepercayaan diri, Agar berani menyampaikan aspirasi dan keinginannya. Namun, para siswa di sekolah memiliki karakteristik tersendiri seperti latar belakang keluarga , tingkah laku serta mental fisiknya yang menjadikan beberapa siswa memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan teman sebayanya dan melakukan proses pembelajaran karena kurangnya keyakinan atau kemampuan pada diri tersebut sehingga munculah kurangnya kepercayaan diri pada siswa.

Kepercayaan diri sendiri adalah satu aspek kepribadian yang berfungsi mendorong siswa untuk meraih prestasi yang terbentuk melalui

⁹Afriliah Afifah dkk, “*Studi Komperatif Tingkat Kepercayaan Diri (self confidence) Siswa Antar Kelas Homogen dengan Kelas Heterogen di Sekolah Menengah Atas*”. Studi komparansi kepercayaan diri , Vol 4 No 1 Juni 2019, hal. 43.

¹⁰*Ibid*, hal. 45.

interaksi individu dengan lingkungannya.¹¹ Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup dan berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu dengan baik. Dengan kepercayaan diri yang baik seseorang akan dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya, kepercayaan diri sangat penting dalam menjalani kehidupan maka dari itu individual perlu untuk meningkatkan kepercayaan diri agar bisa menjalani kehidupan yang sukses.¹² Kepercayaan diri merupakan kunci vital untuk meraih kesuksesan dalam kehidupan tiap individu, kepercayaan diri memampukan tiap individu mengatasi tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam situasi sulit, melewati batas yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah dilakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya. Kepercayaan diri memberikan siswa keberanian untuk tidak mengkhawatirkan akibat dari suatu kegagalan.¹³

Istilah *Psychowriting* memang masih belum akrab di masyarakat sebab masih jarang yang menggunakan istilah tersebut. Menurut Anas Ahmadi ada tiga rasionalisasi mengapa menulis dikaitkan dengan psikologi.

Pertama, menulis adalah menuangkan ide/gagasan dalam bentuk tulisan. Proses penuangan ide/gagasan yang berkaitan dengan menulis tersebut tidak terlepas dari konteks psikologi. Konteks psikologi tersebut

¹¹Budi Andayani dan Tina Afiatin “*Konsep Diri, Harga Diri, dan Kepercayaan Diri Remaja*”. Jurnal psikologi, Vol No 2 1996, hal. 23.

¹² Zulfriadi Tanjung, Sinta Huri Amelia, “*Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa*”. Jurnal riset tindakan Indonesia, Vol 2 No 2,2017, hal.1-4.

¹³Martin Perry, “*Confidence Boosters*”, (Indonesia: Esensi, divisi penerbit Erlangga), hal. 8.

bisa ditelusuri lebih dalam, misal psikologi kepribadian, psikologi sosial, psikologi agama, ataupun psikologi abnormal. Melalui pendekatan psikologi, dunia psikologi menulis bisa dipahami secara mendalam. Kadang, kita temui seseorang yang bunuh diri dan tidak ada yang tahu penyebab dia bunuh diri, tetapi mungkin kita bisa memahami melalui buku harian yang ditulis olehnya. Dalam konteks lain, seorang mengalami kesulitan menulis yang disebabkan kondisi psikologis, tetapi ada juga yang sangat mudah dalam menulis karena disebabkan oleh kondisi psikologi.

Kedua, untuk memahami psikologi seseorang, salah satunya adalah melalui tulisan. Diakui atau tidak, memang ada tes psikologi untuk memahami kondisi psikologi seseorang. Namun, memahami psikologi kondisi psikologis seseorang melalui tulisan merupakan studi yang estetis sebab menggunakan medium sastrawan, akan tampak psikologi sang pengarang yang masuk didalamnya. Mungkin saja, unsur psikologis sang pengarang tersebut masih samar dan dibalut dengan bahasa yang sublime. Karena itu, dibutuhkan pembongkaran makna.

Ketiga, selama ini banyak strategi yang dimunculkan dalam kaitannya untuk meningkatkan keterampilan menulis seseorang. Namun, masih jarang diungkapkan disiplin ilmu psikologis yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan menulis seseorang. Padahal, psikologi memiliki potensi dalam meningkatkan kemampuan seseorang dalam menulis.

Studi *psychowriting* dalam konteks psikologi maupun dalam konteks menulis memiliki tujuan sebagai berikut.

1. Mengenalkan pada siswa/mahasiswa/orang tentang pemahaman menulis yang memiliki keterkaitan dengan psikologi. Selama itu banyak asumsi bahwa keahlian menulis lebih disebabkan karena bakat.
2. Mengenalkan pada siswa/mahasiswa/orang/masyarakat tentang psikologi kepribadian yang memiliki pengaruh pada menulis.
3. Meningkatkan kemampuan menulis seseorang melalui perspektif psikologi.¹⁴

Berkaitan dengan menulis sendiri, Mirriam-Goldberg (Anas Ahmad) memaparkan bahwa terdapat dua belas manfaat seorang menulis antara lain: (a) Menulis membantu menemukan siapa dirimu; (b) Menulis dapat membantumu percaya diri dan meningkatkan kebanggan; (c) saat menulis, kamu mendengarkan pendapatmu unikmu sendiri; (d) menulis menunjukan hal yang dapat kamu berikan pada dunia; (e) dengan menulis, mencari jawaban terhadap pertanyaan dan menemukan pertanyaan untuk dipertanyakan; (f) menulis meningkatkan kreativitas; (g) kamu dapat berbagi dengan orang lain melalui kegiatan menulis; (h) menulis memberikanmu tempat untuk melampiaskan amarah dan ketakutan, kesedihan dan perasaan menyakitkan lainnya; (i) kamu dapat membantu menyembuhkan diri dengan menulis; (j) menulis memberikanmu

¹⁴Anas Ahmad, *Psychowriting*...hal. 45-47.

kesenangan dengan cara mengungkapkannya; (k) menulis membuatmu lebih hidup; dan (l) kamu dapat menemukan impianmu melalui menulis.¹⁵

SMP N 4 Pakem Sleman dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan salah satu sekolah yang memberikan bimbingan *psychowriting* bagi siswa-siswi. Yang telah menghasilkan buku dari bimbingan *psychowriting* tersebut. Selain itu siswa-siswi yang berada di sekolah SMP N 4 Pakem Sleman memiliki keragaman karakteristik, budaya dan suku yang membuat tiap siswa di sekolah tersebut memiliki kepercayaan diri yang berbeda.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis bermaksud melakukan penelitian lebih lanjut guna mengetahui bagaimana tahap-tahap bimbingan *psychowriting* terhadap peningkatan *self confidence* menitikberatkan pada siswa SMP N 4 Pakem Sleman. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang “Bimbingan *Psychowriting* Untuk Meningkatkan *Self Confidence* Siswa SMP N 4 Pakem Sleman”.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis sampaikan sebelumnya, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana tahap-tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman?

¹⁵*Ibid*, hal. 10

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis tahap-tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman

2. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan di atas, maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Secara Teoritis

Penelitian diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan, wawasan, serta kepustakaan, dalam keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam terutama yang berhubungan dengan penerapan ilmu psikologi salah satunya dengan melalui *psychowriting*.

b. Secara Praktis

- 1) Penelitian diharapkan mampu bermanfaat bagi konselor dalam memberikan konseling pada klien dalam meningkatkan rasa percaya diri atau *self confidence*.
- 2) Penelitian diharapkan mampu menjadi referensi tambahan bagi penulis selanjutnya yang melakukan penelitian dengan kajian yang sama.

E. Kajian Pustaka

Dalam penelitian ini penulis melakukan penelusuran terhadap penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan judul penelitian ini, beberapa ditemukan antara lain:

Pertama, jurnal yang ditulis oleh Darni dkk yang berjudul “Pengembangan Menulis Kreatif Konteks Psikologi Kepribadian”. Kesimpulan penelitian ini adalah *Psychowriting* dalam tulisan ini merupakan sebuah tawaran secara konseptual dalam melejitkan keterampilan menulis di kalangan akademis maupun non akademis.¹⁶ Persamaan dengan penelitian penulis adalah sama-sama membahas tentang *psychowriting*. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas tentang pengembangan menulis kreatif sedangkan penulis terfokus dalam pengaruh tahap-tahap bimbingan *psychowriting*.

Kedua, Jurnal yang ditulis oleh Annisa Ilma yang berjudul “Pengembangan Lembar Kegiatan Siswa Bahasa Indonesia Kelas X Semester Gasal Berbasis Pendekatan *Psychowriting* SMAN 13 Surabaya”. Kesimpulan penelitian ini adalah Berdasarkan kevalidan, keefektifan, dan kepraktisan, maka Lembar Kegiatan Siswa (LKS) berbasis *psychowriting* dapat dikategorikan sebagai produk pembelajaran yang berkualitas.¹⁷ Kesamaan dengan penelitian penulis adalah sama-sama meneliti tentang

¹⁶ Darni dkk. “*Pengembangan Menulis Kreatif Konteks Psikologi Kepribadian*” .(Surabaya: LPPM-Universitas Negeri Surabaya) 2018.

¹⁷ Annisa Ilma. “*Pengembangan Lembar Kegiatan Siswa Bahasa Indonesia Kelas x Semester Gasal Berbasis Pendekatan Psychowriting SMAN 2 Surabaya*”. Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya. Vol 4 no 1, 2017.

psychowriting. Sedangkan perbedaannya adalah penulis terdahulu terfokus pada pendekatan *psychowriting* sedangkan penulis terfokus pada tahap-tahap bimbingan *psychowriting*.

Ketiga, jurnal yang ditulis oleh Ika Fajar Sari yang berjudul “Pengembangan Perangkat Pembelajaran Bahasa Indonesia Kelas X semester Gasal Berbasis *Pschyowriting* Kurikulum 2013 Implementasi 2016”. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa perangkat pembelajaran berbasis *psychowriting* untuk siswa kelas x semester gasal berdasarkan kurikulum 2013 implementasi 2016 telah selesai dikembangkan. Perangkat pembelajaran dinilai sangat berkualitas dan sangat efektif untuk digunakan dalam pembelajaran. Penentuan sangat berkualitas tersebut diperoleh dari nilai rata-rata hasil penghitungan kevalidan, keefektifan, dan kepraktisan dibagi dengan jumlah aspek penentu kualitas, Sedangkan penentuan kualifikasi sangat efektif diperoleh dari hasil penghitungan lembar observasi (keterlaksanaan perangkat), aktivitas siswa, aktivitas guru, dan hasil belajar siswa dibagi dengan jumlah aspek penentu keefektifan. Perangkat pembelajaran berbasis *psychowriting* dikembangkan menggunakan model pengembangan Thiagarajan, yaitu melalui tahap pendefinisian, tahap perancangan, dan tahap pengembangan.¹⁸ Persamaan dengan penelitian penulis adalah sama-sama menggunakan pendekatan *psychowriting* yaitu mengaitkan psikologi dengan keterampilan menulis.

¹⁸ Ika Fajar Sari, “*Pengembangan Perangkat Pembelajaran Bahasa Indonesia Kelas X semester Gasal Berbasis Psychowriting Kurikulum 2013 Implemtasi 2016*”. (Surabaya: Pengembangan perangkat pembelajaran: S1 Pendidikan dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya.) Vol 01 No 01, 2017.

Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penulis adalah penelitian terdahulu terfokus pada pengembangan perangkat pembelajaran bahasa Indonesia yang berbasis *psychowriting* sedangkan penulis terfokus pada tahap-tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence*.

keempat, skripsi karya Mohd Riddwan Bin Samsuddin Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan judul “Terapi Menulis Dalam Meningkatkan *Self Confidence* Seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya”.¹⁹ Subjek pada penelitian yang dilakukan oleh Mohd Riddwan Bin Samsuddin merupakan seorang mahasiswi Malaysia yang bernama Dayang Nurfarahain yang mempunyai permasalahan dalam meningkatkan *self confidence*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Hasil penelitian menunjukan bahwa terapi menulis dalam meningkatkan *self confidence* berhasil meningkatkan *self confidence*. Persamaan skripsi milik Mohd Riddwan dengan penelitian penulis yaitu sama-sama melakukan perlakuan dalam meningkatkan *self confidence*. Sedangkan perbedaannya yaitu skripsi milik Modh Riddwan menggunakan metode terapi menulis sedangkan penulis menggunakan tahap-tahap bimbingan *phsychowritting*.

Kelima, Jurnal yang ditulis oleh Asla De Vega dkk yang berjudul “Pengaruh pola asuh dan kekerasan verbal terhadap kepercayaan diri”. Hasil penelitian ini adalah Terdapat pengaruh langsung pola asuh terhadap

¹⁹ Mohd Riddwan, “Terapi Menulis Dalam Meningkatkan *Self Confidence* Seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, (Surabaya: Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2018).

kepercayaan diri (*self-confidence*). Hal ini berarti bahwa pola asuh dapat meningkatkan kepercayaan diri (*self confidence*) pada anak kelas II SDN Rawa Badak Utara kota Jakarta Utara. Terdapat pengaruh langsung kekerasan verbal terhadap kepercayaan diri (*self-confidence*). Kekerasan verbal dapat menurunkan kepercayaan diri (*self-confidence*) pada anak. Anak yang sering mengalami kekerasan verbal merupakan korban. Korban kekerasan verbal cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah sementara pelaku kekerasan verbal memiliki.²⁰ Persamaan dengan penelitian penulis adalah analisis dalam penelitian dengan menggunakan kuantitatif dan dalam pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan teknik non tes berupa angket. Perbedaanya adalah terletak pada variable pertama yang digunakan yaitu pola asuh dan kekerasan verbal sedangkan penulis menggunakan bimbingan *psychowriting*.

Keenam, skripsi karya Fitriana Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara dengan judul “ Peran Guru BK Dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Di MAN Lubuk Pakam”.²¹ Subjek pada penelitian ini adalah guru bimbingan konseling, kepala sekolah dan siswa MAN Lubuk Pakam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Hasil dari penelitian ini

²⁰Asla De Vega dkk “*Pengaruh Pola Asuh dan Kekerasan Verbal Terhadap Kepercayaan Diri*”, Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Negeri Jakarta. Vol 3 issue 2 (2019).

²¹ Fitriana, “*Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di MAN Lubuk Pakam*” (Medan : Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2018).

adalah Peran guru BK dalam membangun kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok sudah dilaksanakan dengan baik, tetapi untuk pelaksanaan bimbingan bimbingan khususnya dalam pelaksanaan bimbingan kelompok belum bisa terlaksana dengan sempurna karena beberapa alasan seperti waktu dan belum terealisasi dalam kurikulum pembelajaran. Persamaan penelitian Fitriana dengan penelitian penulis adalah sama-sama menggunakan siswa sebagai salah satu subjek penelitian dalam meningkatkan rasa percaya diri atau *self confidence*. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian terdahulu menggunakan peran guru BK untuk variabel pertama sedangkan penulis menggunakan *psychowriting*.

Ketujuh penelitian yang ditulis oleh Dr. H .Muhsin, S.Ag, MA. LPPM UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “ Implementasi Metode Psychowriting untuk Meningkatkan Kompetensi Menulis Bagi Siswa SLTP-SLTA di Kab. Enrekang, Prov. Sulawesi Selatan”. Subjek dalam penelitian ini Siswa SLTP-SLTA di Kab. Enrekang, Prov. Sulawesi Selatan. Penelitian menggunakan metode kualitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukan merupakan metode yang *holistik* dengan pendekatan multidimensional tentang pembelajaran kreatif (*creative learning*), khususnya dalam upaya peningkatan minat menulis bagi siswa. Aktivitas menulis ternyata tidak sulit, justru mendatangkan rekonstruksi pikiran dan perasaan, sehingga subjek mampu mengekspresikan apa yang ada ke dalam

sebuah tulisan.²² Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah sama-sama menggunakan psychowriting pada variabel pertama dan siswa sebagai subjek penelitian. Sedangkan perbedaan dengan penelitian terdahulu adalah variabel keduanya menggunakan meningkatkan kompetensi menulis sedangkan penulis menggunakan meningkatkan *Self confidence* sebagai subjek kedua.

Dari beberapa kajian pustaka di atas, telah membahas kajian tentang *psychowriting* dan *self confidence*. Namun penelitian di atas memiliki perbedaan satu sama lain sehingga penelitian sebelumnya tidak ada yang sama persis dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Dalam hal ini, penulis berusaha memfokuskan penelitian pada tahap-tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa AMP N 4 Pakem Sleman.



F. Kajian Teori

1. Bimbingan *Psychowriting*

a. Pengertian Bimbingan *Psychowriting*

²² Muhsin, "Implementasi Metode *Psychowriting* untuk Meningkatkan Kompetensi Menulis Bagi Siswa SLTP-SLTA di Kab. Enrekang, Prov. Sulawesi Selatan" (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengembangan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019)

Pengertian bimbingan yang dikemukakan oleh para ahli memberikan pengertian yang saling melengkapi satu sama lain. Oleh karena itu, untuk memahami pengertian bimbingan, perlu dipertimbangkan beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli berikut:

Secara etimologis, kata bimbingan merupakan terjemahan dari kata “*guidance*” yang berasal dari kata kerja “*to guide*”, yang mempunyai arti ”*menunjukkan*”, ”*membimbing*”, ”*menuntun*”, ataupun ”*membantu*”. Sesuai dengan istilahnya, maka secara umum, bimbingan dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan.²³

Menurut Tika menyatakan ”bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang ahli kepada seorang individu atau kelompok dengan tujuan agar setiap individu tersebut dapat memahami dirinya sendiri, mengenal lingkungan dan merencanakan masa depannya. Bimbingan diberikan untuk mengatasi berbagai persoalan atau kesulitan yang dihadapi oleh individu”²⁴

Dewa Ketut Sukardi, dkk (dalam Irmansyah) memberikan pendapat mengenai pengertian bimbingan sebagai suatu proses pemberian bantuan dari seorang ahli yang disebut sebagai konselor

²³ Jamal Makmura Asmani, ”*Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*”, (Jakarta: Diva Press, 2010), hal. 31.

²⁴ Tika Evi. ”*Kinerja Bimbingan Kelompok di Sekolah*” (Bandung, 2017), hal 22

kepada orang yang membutuhkan bimbingan (klien), baik terhadap individu maupun kelompok dengan tujuan menjadikan mereka sebagai pribadi yang mandiri.²⁵

Abu Bakar menuturkan bahwa bimbingan diartikan sebagai suatu usaha yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dengan tujuan individu mampu memahami segala potensi yang ada pada dirinya, sehingga individu menjadi pribadi yang berkembang sesuai dengan kemampuan minat dan bakatnya.²⁶

Menurut Muhsin Kalida dan Yahya AD, metode *psychowriting* dalam pelaksanaannya diartikan sebagai metode holistik berdasarkan pendekatan psikologis, untuk merangsang peningkatan minat menulis. Sehingga tepat dikatakan bahwa metode *psychowriting* merupakan metode pengembangan diri yang tidak hanya mengembangkan minat menulis.²⁷

Sedangkan menurut Anas Ahmad *Psychowriting* adalah interaksi antara studi psikologi dan studi menulis dalam menelaah keterampilan menulis melalui perspektif psikologi²⁸. Terkait dengan *Psychowriting*, menurut wahyu (dalam Ahmadi) mengungkapkan

²⁵ Irmansyah. “*Kinerja Bimbingan Konseling Islam di Sekolah*” (Yogyakarta: Al-Irsyad, 2020), hal. 45.

²⁶ Abu Bakar M. Ludin, “*Kinerja Kepala Sekolah dalam Kegiatan Bimbingan dan Konseling*” (Bandung: Cita pustaka Media Perintis, 2009), hal. 10.

²⁷ Muhsin Kalida dan Yahya AD, “*Implementation of The Psychowriting Methods to Improve Linguistic Intelligence for Children in the Field of Writing Interest*”(Konseli: Jurnal Bimbingan dan konseling), hal. 201.

²⁸ Anas Ahmad, *Psychowriting*... hal. 45

terdapat empat tipe kepribadian dalam *Psychowriting*, yaitu eksistensial, *behavioristik*, psikoanalisis, dan *humanistik*. Eksistensial merupakan sekelompok siswa yang menerapkan kegiatan menulis secara mandiri. *Behavioristik* merupakan sekelompok siswa yang melakukan kegiatan menulis dengan diberikan stimulus informasi tambahan. Psikoanalisis merupakan sekelompok siswa yang melakukan kegiatan menulis dengan dipengaruhi oleh pengalaman.²⁹

Dari penjelasan diatas bimbingan *psychowriting* berarti bantuan yang dilakukan oleh seseorang yang ahli kepada orang lain dengan bertujuan agar seseorang tersebut dapat menulis dalam perspektif psikologi.

b. Unsur-unsur Bimbingan *Psychowriting*

Layanan bimbingan *psychowriting* dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan menekankan unsur-unsur terpenting dari bimbingan *psychowriting* ada lima unsur yaitu iklim, interaksi, keterlibatan, kohesi dan produktivitas.

Pertama Iklim

²⁹*Ibid*, hal. 62.

Dalam bimbingan *psychowriting* dilakukan melibatkan banyak individu, dimana setiap individu mempunyai ketertarikan dan kebiasaan masing-masing. Seperti yang diungkapkan oleh M. Adi Kunanto bahwa lingkungan dapat mempengaruhi individu dalam tiga hal; Mengembangkan minat dan nilai, performen berkomunikasi dan keterlibatan aktif yang berpengaruh pada suatu proses.

Bagian iklim yang harus diperhatikan adalah faktor lingkungan, ada dua macam yang mempengaruhi lingkungan yaitu lingkungan fisik dan emosi. Lingkungan fisik terdiri dari ruang, temperatur suhu, pengaturan tempat duduk, suara, pakaian. Sedangkan pada emosi yang dibahas adalah suasana hati (*mood*) pemimpin, *mood* kelompok, *mood* dari masing-masing kelompok.

Kedua interaksi

Interaksi sangat penting dalam menentukan keberhasilan proses dan hasil. Itulah sebabnya, konselor harus mempunyai skill yang memadai untuk menciptakan interaksi yang multi arah antar sesama anggota. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas interaksi yaitu skill dari konselor, ukuran kelompok yang terbentuk oleh konselor, juga keaktifan anggota untuk terlibat secara suka rela. Selain itu faktor setting lingkungan juga sangat signifikan pengaruhnya.

Ketiga Keterlibatan

Keterlibatan sangat penting karena ada sisi dimana anggota yang tidak pernah ketinggalan dalam semua aktivitas yang dilakukan oleh kelompoknya, akan tetapi mereka tidak mampu menyumbangkan dirinya secara utuh untuk terlibat totalitas, yaitu terlibat dalam aktivitas fisik dan nonfisik.

Keempat Kohesi

Kohesi dalam kelompok menggambarkan ikatan bersama yang terjadi antar anggota dalam sebuah kelompok agar mereka dapat mempertahankan komitmen yang telah disepakati bersama. Menurut Forsyth (dalam M. Edi) mengatakan bahwa kohesivitas kelompok bukan hanya sebuah kesatuan atau keakraban antar anggota kelompok, tetapi proses kompleks sehingga mempengaruhi hubungan interpersonal dan proses dalam kelompok.

Kelima Produktivitas

Produktifitas menggambarkan sejauh mana kelompok dapat mencapai tujuan dan sasaran bersama. Kondisi tersebut tidak tercipta begitu saja, akan tetapi melalui sebuah proses dan upaya yang gigih dari semua unsur yang terlibat dalam kelompok tersebut.³⁰

Dari unsur-unsur tersebut dapat disimpulkan adanya lima unsur terpenting dalam pelaksanaan layanan bimbingan *psychowriting* yaitu iklim, interaksi, keterlibatan, kohesi dan

³⁰ M. Edi Kurnanto, “Konseling Kelompok”. (Bandung: Alfabeta, 2013), hal. 91-98.

produktivitas. Kelima unsur tersebut harus ada dan berjalan secara harmonis, untuk tercapainya tujuan dari pelaksanaan bimbingan *psychowriting* secara optimal.

c. Bentuk- bentuk Bimbingan *Psychowriting*

Adapun bentuk- bentuk bimbingan menurut Winkel adalah sebagai berikut:

Pertama Pelajaran Bimbingan (*Group Guidance Class*) yakni ahli bimbingan menghadapi kelompok yang sudah dibentuk untuk keperluan pengajaran. Jadi tidak terjadi pengelompokan kembali, tetapi dipertahankan satuan-satuan kelas yang sudah ada.

Kedua Kelompok diskusi yakni dibentuk kelompok-kelompok kecil yang terdiri dari empat sampai dengan enam siswa, kemudian siswa mendiskusikan sesuatu bersama masalah yang didiskusikan dengan tema yang ditentukan oleh ahli. (1) Kelompok kerja :Murid yang mengajarkan suatu tugas bersama dapat berupa tugas studi. Dapat dipakai sebagai sarana didaktik dalam jangka pengajaran. (2) *Home room* adalah pertemuan kelompok murid tertentu (25-30) orang tertentu guna kegiatan bimbingan. Kegiatan ini dapat berupa pembahasan suatu masalah, sosiodrama atau persiapan suatu acara. Sedangkan aktivitas-aktivitas dalam bimbingan kelompok antara lain: (1) Pembahasan suatu masalah : Masalah yang dibahas harus merupakan masalah yang berkaitan dengan perkembangan murid-murid yang biasanya tidak

dibicarakan dalam pelajaran-pelajaran biasa yang menarik bagi murid-murid karena sesuai dengan kebutuhan-kebutuhannya dan yang menghadapi oleh kebanyakan murid. (2) Sosiodrama : Kegiatan sosiodrama merupakan suatu dramatisasi dari konflik-konflik yang biasanya timbul dalam pergaulan sehari-hari, melalui dramatisasi ini para pemain memproyeksikan sikap, perasaan dari orang yang diperankan. (3) Ekstrakurikuler : Ekstrakurikuler adalah macam-macam kegiatan yang tidak termasuk kurikulum pengajaran tetapi bersifat kegiatan rekreatif, kesenian dan olahraga (diluar jam-jam pelajaran).³¹

d. Metode Bimbingan *Psyhowriting*

Pada teori metode bimbingan penulis menggunakan metode bimbingan dan konseling dikarenakan keterbatasan teori. Soebagyo menyatakan bahwa metode bimbingan dan konseling diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasi dikelompokkan menjadi dua yaitu metode langsung dan metode tidak langsung. Penjelasannya sebagai berikut:³²

Pertama Metode Langsung; adalah metode yang digunakan pembimbing dalam melakukan komunikasi langsung dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dirinci lagi menjadi:

³¹Winkel, “*Psikologi Pengajar*”. (Jakarta: Gramedia, 2009) hal. 16-17.

³² Soebagyo Admidiwirio, “*Manajemen Pendidikan Indonesia*”(Jakarta: Arddadizya Jaya), hal. 13-14.

1) Metode Individual; Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan bimbingan. Hal ini dapat dilakukan dengan mempergunakan teknik: Percakapan pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak dibimbing, Kunjungan ke rumah, yakni pembimbing mengadakan dialog dengan konselinya tetapi dilaksanakan di rumah konseli sekaligus untuk mengamati keadaan rumah konseli dan lingkungannya, Kunjungan dan observasi kerja, yakni pembimbing/konseling jabatan, melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja konseli dan lingkungannya.³³

2) Metode Kelompok; pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan konseli dalam kelompok hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik : (1) Diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan atau bersama kelompok konseli yang mempunyai masalah yang sama. karyawisata,yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karyawisata sebagai forumnya. (2) Sosiodrama, yakni bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan cara

³³*Ibid*, hal. 14- 15.

bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah (psikologis). (3) Psikodrama, yakni bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah (psikologis). (4) *Group Teaching*, yakni pemberian bimbingan dan konseling dengan memberikan materi bimbingan dan konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.³⁴

Kedua Metode Tidak langsung; adalah metode bimbingan dan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi masa.

- 1) Metode Individual melalui: Surat menyurat, telepon, SMS dan sebagainya.
- 2) Metode kelompok atau massal melalui: Papan bimbingan dan Konseling, surat kabar/majalah, brosur, angket sosiometri dan DCM, radio (media audio), televisi. Metode dan teknik nama yang dipergunakan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling, tergantung pada : Masalah atau problem yang sedang dihadapi/digarap, tujuan penggarapan masalah, keadaan klien. kemampuan pembimbing/konselor mempergunakan teknik., Sarana dan prasarana yang tersedia, kondisi dan situasi lingkungan sekitar, organisasi

³⁴*Ibid*, hal. 15-16.

dan administrasi layanan bimbingan dan konseling serta biaya yang tersedia.³⁵

e. Tahap-Tahap Bimbingan *Psychowriting*

Dikarenakan keterbatasan teori penulis menggunakan teori tahap-tahap bimbingan kelompok. Dalam bimbingan kelompok ada beberapa tahapan yakni; tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Adapun penjelasan secara singkat mengenai tahap-tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai berikut;

Tahap pelaksanaan bimbingan kelompok menurut Prayitno ada empat tahapan, yaitu:

Pertama Tahap Pembentukan Kelompok

Terdiri dari beberapa kegiatan antara lain adalah sebagai berikut:

- a) Mengungkapkan pengertian, tujuan kegiatan kelompok dalam rangka bimbingan kelompok. Ini dilakukan agar masing-masing anggota mengerti mengenai bimbingan kelompok dan kenapa bimbingan kelompok dilaksanakan dan akhirnya membuat masing-masing anggota akan melaksanakan proses ini dengan lebih serius.

³⁵*Ibid*, hal. 16-17.

- b) Menjelaskan cara dan aturan kegiatan kelompok dengan memberikan penjelasan tentang hal ini agar masing-masing anggota mengetahui aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok tersebut.
- c) Saling memperkenalkan diri, mengungkapkan diri, saling mempercayai dan saling menerima, agar suasana kelompok dapat terjalin menjadi lebih hidup. Sehingga tidak ada rasa sungkan antara anggota kelompok yang satu dengan yang lainnya, dan ditekankan dengan asas kerahasiaan.
- d) Menentukan agenda kegiatan. Apabila agenda kegiatan ditentukan dan disepakati secara bersama-sama, maka akan memberikan suasana kebersamaan serta akan terjalin suasana atau hubungan yang lebih akrab.

Kedua Tahap Peralihan

Tahap ini terdiri dari beberapa kegiatan antara lain sebagai

berikut:

- a) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- b) Mengamati dan menawarkan anggota kelompok sudah siap memasuki tahap selanjutnya.
- c) Membahas suasana yang terjadi.
- d) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

- e) Bila perlu kembali pada beberapa aspek tahap pertama.

Ketiga Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap ini terdiri dari beberapa kegiatan, antara lain sebagai berikut:

- a) Pemimpin kelompok mengungkapkan suatu masalah atau topik.
- b) Tanya jawab antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah atau topik yang dikemukakan oleh pemimpin kelompok.
- c) Anggota kelompok membahas masalah atau topik tersebut secara mendalam sampai tuntas.
- d) Kegiatan selingan seperti bermain game.

Keempat Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran terdiri dari beberapa kegiatan, antara lain:

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan berakhir.
- b) Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan yang telah dilakukan.

- c) Merencanakan kegiatan selanjutnya. Mengemukakan pesan dan harapan. Menghentikan kegiatan.³⁶

Bimbingan kelompok ini akan digunakan oleh penelitian bimbingan *psychowriting* dikarenakan sesuai dengan teori Ahmad atau Muhsin dalam jurnal.

f. Tujuan Bimbingan *Psychowriting*

Nursito, menjelaskan menulis sebagai sarana mengemukakan sesuatu, memunculkan ide, melatih kemampuan mengorganisasi, dan menjernihkan beberapa konsep ide, melatih sikap objektif dan memproses informasi dan melatih manusia berfikir aktif.³⁷ Tujuan dari proses pembelajaran untuk meningkatkan potensi menulis, menurut Hugo Hartig dalam karya Tarigan adalah sebagai berikut:

- 1) *Assignment Purpose* (tujuan penugasan), yaitu menulis dengan tujuan penugasan ini sebenarnya penulis tidak mempunyai tujuan sama sekali. Menulis bukan karena kemauan sendiri, tetapi penulis melakukan kegiatan menulis, karena tugas yang diberikan oleh guru, tutor atau trainer.

³⁶Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. (Jakarta: Ghilia Indonesia 1999), hal. 40-45.

³⁷ Nursito, *Kiat Menggali Kreativitas*. (Yogyakarta: Mitra Gama Widya, 1999), hal. 8

- 2) *Altruistik Purpose* (tujuan altuistik), yaitu seseorang menulis bertujuan untuk menyenangkan, memahami, menghargai perasaan dan penalarannya, ingin membuat hidup para pembaca lebih mudah dan lebih menyenangkan. Tujuan altruistik adalah kunci keterbacaan suatu tulisan.
- 3) *Persuasive Purpose* (tujuan persuasif), yaitu tulisan dengan tujuan persuasif, bertujuan meyakinkan para pembaca akan kebenaran gagasan yang diutarakan.
- 4) *Informational Purpose* (tujuan informasional), yaitu menulis memiliki tujuan untuk memberikan informasi atau keterangan kepada para pembaca.
- 5) *Self-expresive Purpose* (tujuan pernyataan diri), yaitu tulisan yang bertujuan memperkenalkan atau menyatakan dirinya kepada pembaca.
- 6) *Creative Purpose* (tujuan kreatif), tulisan yang bertujuan melibatkan dirinya dengan keinginan mencapai norma artistik, nilai-nilai kesenian.

7) *Problem Solving Purpose* (tujuan pemecahan masalah), dalam tulisan seperti ini, penulis bertujuan untuk memecahkan masalah yang dihadapi.³⁸

Melalui penjabaran di atas, dapat ditemukan tujuan menulis, yaitu menulis sebagai usaha yang dapat menolong manusia untuk berpikir secara kritis, memudahkan merasakan dan menikmati hubungan-hubungan, memperdalam daya tanggap atau persepsi, memecahkan masalah-masalah yang dihadapi, dan memaparkan sebuah pengalaman.

Tujuan bimbingan *psychowriting* adalah membantu siswa memahami cara mengekspresikan bahasa dalam bentuk tulis, mendorong siswa mengekspresikan diri secara bebas dalam bahasa tulis, membantu menggunakan bentuk bahasa yang tepat dan serasi dalam ekspresi tulis. Selain itu, secara lebih terperinci tujuan pembelajaran keterampilan menulis atau *psychowriting* bagi siswa adalah untuk memperkaya perbendaharaan kata, melatih melahirkan pemikiran baru, perasaan, dan ekspresi jiwa, melatih memaparkan pengalaman-pengalaman, dan membantu menguasai bahasa dengan teratur.

³⁸ Tarigan. & Guntur, H." *Menulis sebagai Suatu Keterampilan Menulis*" (Bandung: Angkasa), hal. 25

2. *Self Confidence*

a. Pengertian *Self Confidence*

Pengertian *self confidence* atau percaya diri yang dikemukakan oleh para ahli memberikan pengertian yang saling melengkapi satu sama lain. Oleh karena itu, untuk memahami pengertian bimbingan, perlu dipertimbangkan beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli berikut:

Lauster (dalam Ghufron dan Risnawati) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga seseorang tidak terpengaruh oleh orang lain. Rasa percaya diri merupakan keyakinan pada kemampuan - kemampuan yang dimiliki, keyakinan pada suatu maksud atau tujuan dalam kehidupan dan percaya bahwa dengan akal budi mampu untuk melaksanakan apa yang diinginkan, direncanakan dan diharapkan.³⁹Lauster mendefinisikan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup, yang memiliki aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. ⁴⁰

³⁹M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, “*Teori-Teori Psikologi*” (Yogyakarta: AR-Ruzz Media, 2011), hal. 34.

⁴⁰*Ibid*, hal. 35.

Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya, percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa percaya diri dapat diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang menandai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat.⁴¹

Menurut Hakim rasa percaya diri setiap orang merupakan salah satu kekuatan jiwa yang sangat menentukan berhasil tidaknya orang tersebut dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya. Percaya diri itu tumbuh dari dalam hati seseorang, menyatu dengan jiwanya diaplikasikan dengan sikapnya. Percaya diri menuntun individu menuju ke arah keberhasilan. Seperti siswa di sekolah yang dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, dapat mengatasi setiap kegagalannya dan berprestasi dalam belajarnya.⁴²

⁴¹ Kartono, Kartini, "Psikologi Anak" (Jakarta: Alumni, 2000), hal. 202.

⁴² Thursan Hakim, "Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri", (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal. 12.

Thantaway dalam kamus bimbingan dan konseling mengatakan kepercayaan diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif serta kurang percaya pada kemampuannya sehingga ia sering menutup diri.⁴³

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atau *self confidence* adalah keyakinan atau kesadaran individu akan melakukan sesuatu berdasarkan kemampuan dari dalam diri untuk menggapai suatu tujuan yang dimanfaatkan secara tepat.

b. Bentuk-Bentuk *Self Confidence*

Ada dua jenis kepercayaan diri atau *self confidence* yaitu percaya diri lahir dan percaya diri batin.

Pertama percaya diri yang memberikan kepada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Liendenfield mengemukakan empat ciri utama seorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, ke empat itu adalah :

a) Cinta diri

Orang yang mencintai diri sendiri dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Mereka akan berusaha memenuhi kebutuhan

⁴³ Thantaway. "Kamus Istilah Bimbingan dan Konseling".(Yogyakarta: Kanisius,2005), hal. 87.

secara wajar dan selalu menjaga kesehatan diri. Mereka juga ahli dalam bidang tertentu sehingga kelebihan yang dimiliki dapat dibanggakan, hal ini yang menyebabkan individu tersebut menjadi percaya diri.

b) Pemahaman diri

Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri. Mereka selalu intripeksi diri agar setiap tindakan yang dilakukan tidak merugikan orang lain.

c) Tujuan yang jelas

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Ini disebabkan karena mereka punya alasan dan pemikiran yang jelas dari tindakan yang mereka lakukan serta hasil apa yang mereka dapatkan.

d) Pemikiran yang positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan. Salah satu penyebabnya karena mereka terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.⁴⁴

⁴⁴Thursan Hakim, “*Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*”, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal. 10.

Kedua percaya diri lahir membuat individu harus dapat memberikan pada dunia bahwa ia yakin akan dirinya sendiri, melalui pengembangan keterampilan dalam empat bidang sebagai berikut:

a) Komunikasi

Keterampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, tahu kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari keterampilan komunikasi yang dapat dilakukan jika individu tersebut memiliki kepercayaan diri.

b) Ketegasan

Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga diperlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan aspirasi dan keinginan serta membela hak kita, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan pasif dalam diri.

c) Penampilan diri

Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya, baik dari gaya pakaian, aksesoris dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

d) Pengendalian perasaan

Pengendalian perasaan juga diperlukan dalam kehidupan kita sehari-hari, dengan kita mengelola perasaan kita dengan baik

akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut.⁴⁵

c. Ciri-Ciri *Self Confidence*

Seorang individu yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki ciri-ciri seperti yang dikemukakan oleh Hakim yaitu: Sikap percaya diri yang dimiliki seorang individu memiliki beberapa kriteria yang menonjol. Hakim mengemukakan beberapa ciri-ciri tertentu dari orang-orang yang memiliki kepercayaan diri yaitu:

- 1) Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu.
- 2) Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- 3) Mampu menetralisir ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi.
- 4) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
- 5) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup baik untuk menunjang penampilannya.
- 6) Memiliki kecerdasan yang cukup.
- 7) Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.

⁴⁵*Ibid*, Hal. 2-3.

- 8) Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing.
- 9) Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- 10) Memiliki latar belakang keluarga yang baik.
- 11) Memiliki pengalaman hidup yang menimpa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi cobaan hidup.
- 12) Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya: tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.⁴⁶

Adapun Perilaku percaya diri dapat ditunjukkan sebagai berikut:

- 1) Merasa relaks, nyaman dan aman.
- 2) Yakin kepada diri sendiri.
- 3) Tidak percaya bahwa orang lain lebih baik.
- 4) Melakukan sesuatu dengan sebaik mungkin.
- 5) Menetapkan tujuan yang tidak terlalu tinggi sehingga dapat meraihnya.
- 6) Tidak melihat adanya jurang perbedaan yang lebar ketika membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

⁴⁶*Ibid*, hal. 5.

- 7) Memiliki kemampuan untuk bertindak dengan percaya diri sekalipun tidak merasa demikian.
- 8) Memiliki kesadaran adanya kemungkinan gagal dan melakukan kesalahan.
- 9) Merasa nyaman dirinya sendiri dan tidak khawatir dengan apa yang dipikirkan oleh orang lain.
- 10) Memiliki keberanian untuk mencapai apa yang dilakukan.⁴⁷

Thursan Hakim bukunya yang berjudul “Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri” menyatakan bahwa orang-orang yang tidak rasa percaya diri yang tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- 2) Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial, atau ekonomi.
- 3) Sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi.
- 4) Gugup dan terkadang bicara gagap.
- 5) Memiliki latar belakang pendidikan keluarga kurang baik.

⁴⁷ Nur Arijati, "Modul Bimbingan Konseling Kelas XII" (Solo: Hayati Tumbuh subur, tth.), hal. 48.

- 6) Kurang memiliki kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
- 7) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.
- 8) Mudah putus asa.
- 9) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.
- 10) Pernah mengalami trauma.
- 11) Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya diri semakin buruk.⁴⁸

d. Faktor- Faktor *Self Confidence*

Hurlock menjelaskan bahwa perkembangan kepercayaan diri pada masa remaja dipengaruhi oleh :

- 1) Pola asuh yaitu pola asuh yang demokratis dimana anak diberikan kebebasan dan tanggung jawab untuk mengemukakan pendapatnya dan melakukan apa yang sudah menjadi tanggung jawabnya.
- 2) Kematangan usia; remaja yang matang lebih awal, yang diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa,

⁴⁸ Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak* , hal. 8.

mengembangkan konsep diri yang menyenangkan, sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik.

- 3) Jenis kelamin terkait dengan peran yang akan dibawakan. Laki-laki cenderung merasa lebih percaya diri karena sejak awal masa kanak-kanak sudah disadarkan bahwa peran pria memberi martabat yang lebih terhormat daripada peran wanita, sebaliknya perempuan dianggap lemah dan banyak peraturan yang harus dipatuhi.
- 4) Penampilan fisik sangat mempengaruhi pada rasa percaya diri, daya tarik fisik yang dimiliki sangat mempengaruhi dalam pembuatan penilaian tentang ciri kepribadian seorang remaja,
- 5) Hubungan keluarga; remaja yang mempunyai hubungan yang erat dengan seorang anggota keluarga akan mengidentifikasi diri dengan orang ini dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama. Apabila dalam keluarga diciptakan hubungan yang erat satu sama lain, harmonis, saling menghargai satu sama lain dan memberikan contoh yang baik akan memberikan pandangan yang positif pada remaja dalam membentuk identitas diri.
- 6) Teman sebaya; Teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian remaja dalam dua cara ; pertama, konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep

teman-teman tentang dirinya, dan kedua, ia berada dalam tekanan untuk mengembangkan.

- 7) Persahabatan; menurut Santrock bahwa semua orang memiliki sejumlah kebutuhan sosial dasar, juga termasuk kebutuhan kasih sayang (ikatan yang aman), teman yang menyenangkan, penerimaan oleh lingkungan sosial, keakraban. Teman yang menyenangkan tersebut dapat berupa persahabatan. Bahwa remaja yang mempunyai satu atau lebih sahabat relatif mempunyai kepercayaan diri yang lebih tinggi, dengan kata lain bahwa salah satu yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah persahabatan.⁴⁹

G. Metode Penelitian

Pada bagian ini dijelaskan tentang metode yang ditempuh dalam melaksanakan penelitian dan sekaligus proses-proses pelaksanaanya.

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif. Dalam penelitian kualitatif Jenis penelitian deskriptif kualitatif adalah menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi, fenomena yang menjadi objek penelitian. Kualitatif menurut Sugiono yaitu metode penelitian kualitatif adalah

⁴⁹ Santrock, “Psikologi pendidikan” (Jakarta: Kencana, 2007), hal. 45.

metode penelitian yang bersifat postpositiveme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, analisi data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna dari pada generalisasi.⁵⁰ Jenis penelitian kualitatif ini guna mendapatkan data tentang bimbingan *psychowriting*untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Menurut Arikunto subjek penelitian sesuatu yang sangat penting kedudukannya di dalam penelitian, subjek penelitian harus ditata sebelum penulis siap untuk mengumpulkan data. Subjek penelitian dapat berupa benda, hal atau orang.⁵¹ Adapun subjek penelitian yaitu:

1) Megeng Anung Wasana, S.Si, Wakil Kepala Sekolah

bagian Kurikulum

2) C. Cahayaningsih, M.Pd, Guru Bahasa Indonesia dan

pembimbing *psychowriting*

⁵⁰ Sugiono, “*Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D*” (Bandung: Alfabeta, 2011),hal. 8.

⁵¹Arikunto, S., “*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*” (Jakarta: Rineka Apta, 2007) Edisi Revisi VI, hal. 134.

3) Yang ikut dalam bimbingan psychowriting terdapat 32 siswa namun hanya 4 siswa dipilih dalam penelitian ini yaitu yaitu Erlangga Masykur Kynaya, Husna ‘Ainun Rahmawati, Isnaini Mut’aura Wicahya, Muhammad Fatih Husaen.

Penentuan subjek pada penelitian ini berdasarkan rekomendasi dari waka kurikulum, siswa yang pernah mengikuti bimbingan *psychowriting* dan memiliki karya dari bimbingan *psychowriting*.

b. Objek Penelitian

Sedangkan objek penelitian adalah sesuatu yang menjadi pemerintah pada kegiatan penelitian dengan kata lain segala sesuatu yang menjadi sasaran dalam penelitian. Sehingga objek dalam penelitian ini adalah tahap-tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman.

3.Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka penulis tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar

untuk diterapkan.⁵² Di bawah ini akan diuraikan teknik penelitian sebagai cara yang dapat ditempuh untuk mengumpulkan data;

a Observasi

Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Penulis yang terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai objek penelitian disebut dengan observasi partisipan. Sedangkan penelitian non partisipan adalah penulis tidak terlibat dan hanya melakukan pengamatan independen.⁵³

Metode observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi non partisipan dikarenakan pelaksanaan penelitian dilaksanakan pasca bimbingan *psychowriting*, pada masa pandemic tidak ada bimbingan secara spesifik, dan ada produk dari bimbingan *psychowriting*. Hal-hal yang dapat diobservasi oleh penulis adalah tempat dilakukannya bimbingan *psychowriting*. Dimungkinkan ketika observasi dilakukan kegiatan bimbingan *psychowriting* sudah berlalu, sehingga penulis mengobservasi lokasi bimbingan dan melakukan kunjungan ke siswa yang pernah melakukan bimbingan *psychowriting* di SMP N 4 Pakem Sleman.

⁵² Sugiyono, “Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D”. (Bandung: Alfabeta, 2013), hal. 137.

⁵³*Ibid*, hal. 145.

Pada kunjungan pertama ke SMP N 4 Pakem Sleman, penulis mendapatkan kesan positif. Penulis mendapatkan suasana yang nyaman, dan sungguhkan kepribadian semua orang di sekolah dan sarana prasarana yang cukup lengkap bagi pelajar dalam proses pengembangan diri pada kegiatan bimbingan belajar, keterampilan atau karir, pribadi sosial serta bimbingan meningkatkan spiritual atau kesadaran rohani Islam.

b Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan berhadapan langsung dengan yang diwawancara untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila penulis ingin mengetahui hal-hal dari responden yang mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.⁵⁴ wawancara yang digunakan pada penelitian ini adalah wawancara terstruktur. Informan yang dipilih adalah wakil kepala sekolah kurikulum, pembimbing *psychowriting* dan siswa SMP N 4 Pakem Sleman.

Wawancara yang dilakukan di SMP N 4 Pakem Sleman, penulis mengajukan beberapa pertanyaan kepada waka kurikulum, pembimbing *psychowriting*, siswa, memperoleh data

⁵⁴*Ibid*, hal. 137.

mengenai tahap-tahap bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self confidence* siswa yang dilakukan oleh pembimbing *psychowriting* berkaitan dengan empat tahap yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan, dan tahap pengakhiran. Sedangkan dari wawancara terhadap 4 siswa yang pernah mengikuti bimbingan *psychowriting* yaitu Erlangga Masykur Kynaya, Husna ‘Ainun Rahmawati, Isnaini Mut’aura Wicahya, Muhammad Fatih Husaen. Penulis memperoleh data mengenai bimbingan *psychowriting*. Dalam tahap wawancara ini dilakukan secara langsung maupun tidak langsung (Zoom/WA)

c. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Sejumlah besar fakta dan data yang tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumen, Sebagian besar data yang tersedia yaitu berbentuk surat, catatan harian, cendera mata, laporan, artefak dan foto. Hasil penelitian semakin kredibel apabila didukung oleh foto-foto atau karya tulis akademik dan seni yang telah ada.⁵⁵

⁵⁵*Ibid*, hal. 329.

Dikarenakan kegiatan bimbingan *psychowriting* di SMP N 4 Pakem Sleman sudah berlalu maka dokumen yang diperoleh

oleh penulis berupa foto kegiatan bimbingan *psychowriting*, buku hasil dari kegiatan bimbingan *psychowriting*, dan video tanggapan siswa setelah melakukan kegiatan bimbingan *psychowriting* dan testimoni kegiatan bimbingan *psychowriting*.

4. Keabsahan Data Penelitian

Keabsahan ini dapat dicapai dengan proses pengumpulan data yang tepat. Salah satu caranya adalah dengan proses triangulasi, yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data.⁵⁶ Teknik yang digunakan untuk menguji keabsahan data pada penelitian ini adalah teknik “triangulasi” Dalam teknik pengumpulan data, triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data observasi, wawancara dan dokumen. Bila penulis melakukan pengumpulan data dengan triangulasi, maka sebenarnya penulis mengumpulkan data yang sekaligus menguji kredibilitas data, yaitu mengecek kredibilitas data

⁵⁶ Lexy K. Moeloeng, ”*Metode Penelitian Kualitatif*” (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2013), hal. 330.

dengan berbagai teknik pengumpulan data dan berbagai sumber data.⁵⁷

Pengujian keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber. Maksud dari teknik sumber ialah sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Pertama wawancara dengan Bapak Megeng Anung Wasana selaku wakakurikulum, penulis mendapatkan data adanya kegiatan bimbingan *psychowriting*, selanjutnya wawancara kedua, kepada Ibu C. Cahayaningsih selaku guru bahasa indonesia dan pembimbing penulis mendapatkan data bahwa Ibu C. Cahayaningsih melakukan identifikasi masalah siswa kemudian menentukan diagnosis untuk memberikan bimbingan untuk meningkatkan *self confidence* siswa. Kemudian pernyataan tersebut didukung oleh data ketiga, yaitu kepada Erlangga Masykur Kynaya, Husna 'Ainun Rahmawati, Isnaini Mut'aura Wicahya, Muhammad Fatih Husaen, yang memberikan pernyataan bahwa mereka pernah ikut dalam pelaksanaan bimbingan *psychowriting*.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisir data ke

⁵⁷*Ibid*, hal. 330.

dalam katagori, menjabarkan ke unit-unit, melakukan sintesa, menusun ke dalam pola memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri dan orang lain.⁵⁸ Dengan analisis data mempermudah penulis menyajikan hasil penelitian secara naratif dan sistematis.

Adapun analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah data deskriptif kualitatif yaitu yang menggambarkan dan menjelaskan data-data yang diperoleh selama melakukan penelitian. Adapun langkah-langkah dalam analisis data sebagai berikut:

a. Reduksi data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan data hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.⁵⁹

Penulis mencatat data yang diperoleh di lapangan dalam jumlah yang cukup banyak secara teliti dan rinci berdasarkan tiga metode pengumpulan data yaitu, wawancara, observasi dan dokumentasi. Penulis selanjutnya merangkum data dan dipilih sesuai kebutuhan penelitian yaitu terkait tahapan bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa

⁵⁸ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*, hal. 60

⁵⁹ *Ibid*, hal. 208.

meliputi tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan dan tahap pengakhiran.

b. Penyajian Data

Dalam penelitian kualitatif deskriptif, penulis menyajikan data berupa teks yang bersifat naratif. Hasil data dari reduksi data observasi, wawancara maupun dokumentasi disajikan dengan teks naratif yang menjelaskan secara sistematis segala informasi yang telah didapatkan dari proses pelaksanaan penelitian. Berdasarkan penyajian data ini, penulis mendeskripsikan data-data yang telah terpilih dengan panduan 5W dan 1H berdasarkan fokus penelitian yaitu tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa di SMP N 4 Pakem Sleman.

c. Penarikan Kesimpulan

Semua data informasi yang telah didapatkan dan disusun, penulis mengambil kesimpulan. Selanjutnya, dirangkum dan disajikan dalam bentuk teks naratif deskriptif yang merupakan inti dari menjawab rumusan masalah mengenai tahap-tahap bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan bimbingan *psychowriting* yang dilakukan untuk meningkatkan *self confidence* siswa ditemukan terdapat empat tahap yakni:

- 1) Tahap pembentukan kelompok berupa mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan psychowriting, tata tertib kegiatan kelompok, masa perkenalan anggota kelompok, dan membangun kebersamaan kelompok.
- 2) Tahap peralihan berupa menjelaskan kegiatan pada tahap selanjutnya, menanyakan kesiapan anggota untuk tahap selanjutnya dan membahas suasana yang terjadi.
- 3) Tahap pelaksanaan kegiatan berupa mengemukakan masalah atau topik.
- 4) Tahap pengakhiran berupa mengemukakan kegiatan akan berakhir dan mengungkapkan kesan serta hasil kegiatan.

B. Saran-Saran

Setelah diadakan penelitian bimbingan *psychowriting* untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMP N 4 Pakem Sleman, maka dalam upaya perbaikan proses pelaksanaan kegiatan adalah perlu diperhatikan yaitu:

1. Untuk Pembimbing

Sebaiknya kegiatan bimbingan *psychowriting* dilakukan secara rutin agar buku-buku yang dihasilkan dalam bimbingan tersebut semakin banyak.

2. Untuk Siswa SMP N 4 Pakem Sleman

Diharapkan setelah mengikuti bimbingan *psychowriting* ini dapat mengembangkan potensi dirinya dalam bidang kepenulisan karena dilihat dari hasil bimbingan ternyata banyak sekali siswa yang mempunyai bakat di bidang kepenulisan.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Harapan Penulis untuk peneliti selanjutnya agar dapat lebih memperdalam penelitian terkait bimbingan *psychowriting* dengan subjek dan objek serta permasalahan yang berbeda.

C. Kata Penutup

Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, hidayah dan semangat yang tidak pernah putus sehingga penulis dapat, menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam, senantiasa dihaturkan kepada suri tauladan kita Nabi Muhammad SAW, panutan seluruh umat manusia sepanjang masa, yang membawa cahaya dan keteladanan hidup di dunia dan akhirat.

Penulis telah mengerahkan seluruh kemampuan daya upaya yang dimiliki untuk bisa menyelesaikan dan menyusun skripsi ini, namun demikian apabila di skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan terdapat banyak kekurangan, penulis mohon kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk dapat membantu skripsi ini menjadi lebih baik lagi. Penulis mengucapkan beribu terimakasih kepada berbagai pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyusun skripsi ini. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya sebagai salah satu referensi tentang bimbingan dan konseling khususnya bagi penulis sendiri



DAFTAR PUSTAKA

- Admidiwirio, S. (n.d.). *Manajemen Pendidikan Indonesia*. Jakarta: Arddadizya.
- Ahmad, A. (2020). *Psychowritting*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arijati, N. (n.d.). *Bimbingan Konseling Kelas XII*. Solo: CV, Hayati Tumbuh Subur.
- Arikunto, S. (2007). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI hal 134*. Jakarta: Rineka Apta.
- Asla De Vega, d. (2019). *Pengaruh Poa Asuh Dan Kekerasan Verbal Terhadap Kepercayaan Diri*. Obsesi, Vol 3 issue 2.
- Asmani, J. M. (2010). *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Diva Press.
- Asrilia Afifah, d. (2019). *Studi Komperatif Tingkat Kepercayaan Diri (self confidence) Siswa Antar Homogen Dengan Kelas Heterogen Di Sekolah Menengah Atas*. Studi Komparasi Kepercayaan Diri.
- Bambang prasetyo, L. M. (n.d.). *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Raja Grafindi Persada.
- Budi Andayani, T. A. (1996). *Konsep Diri, Harga Diri, Dan Kepercayaan Diri*. Psikologi.
- Darni. (2018). *Pengembangan Menulis Kreatif Konteks Psikologi kepribadian*. LPPM-Univertas Negeri Surabaya.
- Dinata, M. H. (2016). *Efektivitas Sosiodrama Dalam Meningkatkan Perilaku Propesional Perserta Didik Kelas X Semester Genap SMA Negeri 10 Bandar Lampung*. Lampung: UIN Raden Intan Lampung.
- Evi, T. (2017). *Kinerja Bimbingan Kelompok di Sekolah*. Bandung.
- Fatmala, L. (2018). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII. Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas LAMPUNG*.
- Fitriana. (2018). *Peran Guru BK Dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Di MAN Lubuk Pakam*. Medan: Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hariani, N. P. (n.d.). *Metode Bimbingan Kelompok Dalam Membentuk Karakter remaja Dibalai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRS W)*.
- Hasriani, N. P. (2017). *Metode Bimbingan Kelompok Dalam Membentuk Karakter remaja Dibalai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRS W)*

Yogyakarta. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.

- Herlina. (2014). *Studi Pelaksanaan pelayanan Bimbingan Kelompok, Konseling dan Konseling Individu di SMA N Kota Bengkulu*. Bengkulu: Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu.
- Ilma, A. (2017). Pengembangan Lembar Kegiatan Siswa Bahasa Indonesia Kelas X Semester Gasal Berbasis Pendekatan Psychowriting SMAN 2 Surabaya. Vol 4 no 1.
- Indonesia, R. (2006). *Undang-Undang Republik Indonesia No 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen & Undang - Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang sisdiknas*. Bandung.
- Irmansyah. (2020). *Kinerja Bimbingan Konseling Islam di Sekolah*. Al-Irsyah.
- K.Moleong, L. (2001). *Metode Penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosda.
- Kartono-Kartini. (2002). *Psikologi anak*. Jakarta: Alumni.
- M. Nur Ghufron, R. R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- M., A. B. (2009). *kinerja kepala sekolah dalam kegiatanbimbingan dan konseling*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- M.Ludi, A. B. (2009). *Kinerja Kepala Sekolah Dalam Kegiatan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CiptaPustaka Media Perintis.
- Mestikaningrum, W. (2016). *Pengembangan Media Mini Dengan Lipat Kain (mimalika) Dalam pembelajaran Bahasa Indonesia Berbasis Pada Psychowriting Kelas X Semester Gangsal Berdasarkan Kurikulum 2013 Implementasi*. Surabaya: Media Mimalika.
- Mubarok, M. H. (2016). *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kreativitas Pada Siswa Kelas VIII SMPN 10 MALANG*. MALANG : UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Muhsin. (2019). *Implementasi Metode Psychowriting untuk Meningkatkan Kompetensi Menulis Bagi Siswa SLTP-SLTA di Kab.Enkrang, Prov.Sulawesi Selatan*. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Muhsin Kalida, Y. A. (2020). *Implementasi Of The Psychowriting Methos Of Improve Linguistic Intellegence For Children In The Field Of Weithing Interest*. Konseli.
- Mutiatul, U. (2019). *Terapi Islam Dalam Mengelola Emosi Santri Laju Di Pondok Pesantren Maulana Rumi Sewon Bantul*. Yogyakarta: UIN sunan kalijaga Yogyakarta.

- P, A. K. (2015). *Hubungan Antara Persahabatan Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Perry, M. (n.d.). *Cinfidence Boosters*. Indonesia: Erlangga.
- Pranoto. (2016). *Mengajar Menulis Fiksi Untuk Para Guru*. Jakarta: Wisma nugraha sabtana.
- Riddwan, M. (2018). *Terapi Menulis Dalam Meningkatkan Self Confidence Seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya* . Surabaya: Prodi Bimbingan Koseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
- Ruf, A. (n.d.). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Santrok. (2007). *Psikologi*. jakarta: kencana.
- Sari, I. F. (2017). *Pengembangan Perangkat Pembelajaran Bahasa Indonesia Kelas X Semester Gasal Berbasis Psychowritting Kurikulum 2013 Implementasi 2016*. Pengembangan Perangkat Pembelajaran, vol 01 No 01.
- Siregar, S. (2014). *Peningkatan Motivasi Belajar dan Hasil Belajar IPS Melalui Penerapan Pembelajaran Model Cooperative Tipe Jigsaw Pada Siswa Kelas V SD Negeri No.105321 Tumpatan Nibung Kecamatan Batang Kuis Deli Serdang*. Jurnal Kewarganegaraan.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. BANDUNG: Alfabeta.
- Sukiman. (2021). *Bab III Metode penelitian*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/810/8/10410021%20Bab%203.pdf>.
- Thantaway. (2005). *kamus istilah bimbingan konseling*. yogyakarta: kanisius.
- UPI, T. d. (2009). *Manajemen Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Walgito, B. (2003). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: ANDI OFSET JL.,
- Winkel. (2009). *Psikologi Pengajar*. Jakarta: Gramedia.
- Zulfriadi Tanjung, S. H. (2017). *Menumbuhkan kepercayaan diri siswa*. Riset tindakan indonesia.