

**UPAYA BIMBINGAN DAN KONSELING
DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWI
DI MTs MU'ALLIMAAT MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**



SKRIPSI

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

Disusun oleh:

Neali Saidatul Fitri

NIM 09220032

Pembimbing:

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si

NIP. 19750427 200801 1 008

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2013**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto, Tlp. (0274) 515856 Yogyakarta 55221, email: fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: UIN.02/DD/PP.009/935/2013

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :

**UPAYA BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWI DI MTs MU'ALLIMAT MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Neali Saidatul Fitri
Nomor Induk Mahasiswa : 09220032
Telah dimunaqosyahkan pada : Jum'at, 14 Juni 2013
Nilai Munaqosyah : B+

Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga

TIM MUNAQOSYAH

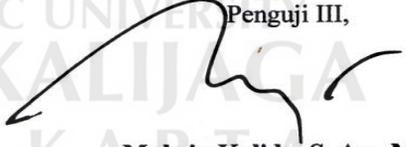
Ketua Sidang/Penguji I,


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

Penguji II,


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

Penguji III,


Muhsin Kalida, S. Ag., M. A.
NIP. 19700403 200312 1 001

Yogyakarta, 19 Juni 2013

Dekan,




Dr. H. Waryono Abdul Ghafur, M.Ag.
NIP. 19701010 199903 1 002



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

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 : Neali Saidatul Fitri
NIM : 09220032
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Judul Proposal : Upaya Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta

Sudah dapat diajukan dan didaftarkan 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 bidang Konseling. Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 01 Juni 2013

Mengetahui,
Ketua Jurusan BKI

Nailul Falah, S.Ag., M.Si.
NIP.19721001 199803 1 003

Pembimbing

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

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Neali Saidatul Fitri
NIM : 09220032
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Upaya Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswi Di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau tulisan orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 01 Juni 2013

Yang menyatakan,



Neali Saidatul Fitri
NIM 09220032

STATE ISLAMIC UNIVERSITAS
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



PERSEMBAHAN

Almometerku.

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

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Dan janganlah kamu merasa lemah, dan jangan pula bersedih hati, sebab kamu paling tinggi derajatnya, jika kamu orang beriman.

(Q.S alī-Imrān:139)¶

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¶ Ali Imran (3): 139.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَبِهِ نَسْتَعِينُ وَعَلَى أُمُورِ
الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَالصَّلَاةِ وَالسَّلَامِ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ، نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ.

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah mencurahkan rahmat dan karunia-Nya yang tak berhingga dan tak kenal waktu, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Selain itu, *sholawat ma'assalam* senantiasa

dihaturkan untuk manusia paling sempurna di dunia ini, yakni Nabi Muhammad SAW. Penulisan skripsi ini tentunya melibatkan jasa-jasa agung dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Waryono Abdul Ghafur, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Nailul Falah S.Ag. M.Si selaku ketua jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Casmini S.AG, M.Si. Selaku penasehat akademik selama menempuh program Strata Satu (SI) di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si Selaku Dosen Pembimbing yang telah begitu sabar memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama penulisan

skripsi ini. Semoga kesabaran dan keilmuan beliau yang begitu dalam senantiasa bermanfaat bagi semua orang.

5. Ibu Dra. Fauziah Tri Astuti, M.A selaku Direktur/ Kepala Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
6. Ibu Rita Hayati, S.I.Kom. Selaku Pembantu Direktur III
7. Ibu Dian Malahayati, S.Psi., Ibu Dwi Susilawati S.Pd., Ibu Amin Hasanah, S.Pd., selaku guru pembimbing di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan banyak arahan, bimbingan, dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
8. Seluruh dosen dan karyawan Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang selama ini telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, dan pelayanan dengan baik selama ini.
9. Ayahanda Kusmayadi (Almarhum) terimakasih untuk kasih sayang dan do'a yang telah engkau berikan, Mudah-mudahan Allah membalas dengan beribu-ribu kebaikan dan membukakan pintu surga untuk beliau.
10. Bapak dan Ibunda tercinta di rumah, terima kasih atas segala do'a dan materi yang selama ini telah diberikan dengan sepenuh hati kepada penulis. Semoga Allah selalu memberikan kesehatan kepada beliau.
11. Aa Yogi, mas Sandi, adek Mila. Kalianlah satu-satunya alasan kenapa penulis berusaha sebaik ini. Karena kegagalan terbesar dalam hidupku adalah kekecewaan kalian sekecil apapun terhadapku.

12. Teman-teman seribu satu kisah selama di Jogja, *spesial thanks to* Qoqom, Fita, Bela, Ratna, Amin, Mut, Widi, Nining, dan teman-teman BKI angkatan 2009 lainnya yang tak mungkin penulis sebutkan semua. *Nice to meet you all... !*
13. Mamasku yang selalu sabar menghadapiku, makasih untuk semangatnya selama ini, makasih untuk waktu yang diberikan, mudah-mudahan Allah memudahkan jalan kita.
14. Teman-teman Wisma Maskulin tercinta; Duwel, Noor, Enick, Olif, mbak Bima, mbak Ochi, Lindul, neng Aina, Hanif, Sunja, mbak Hikmah, Dwi, Desi, pokoknya kalian adalah keluarga seperjuanganku di Jogja.
15. Segenap pihak yang telah membantu penulis mulai dari pembuatan proposal, penelitian, sampai penulisan skripsi ini yang tidak mungkin dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna perbaikan bagi penulis nantinya. Dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua, pada khususnya MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta maupun di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Amin.

Yogyakarta, 01 Juni 2013

Penulis,

ABSTRAK

NEALI SAIDATUL FITRI. Upaya Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswi Di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2013.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui upaya bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil analisis berdasarkan teori Miles and Huberman, mendeskripsikan bahwa Pola penanganan BK terbagi menjadi dua. Yang pertama pola penanganan BK terhadap semua masalah siswi, dengan menggunakan pemberian bimbingan klasikal pada setiap kelas mencakup permasalahan pribadi, belajar, sosial, dan karir. Yang ke dua adalah pola penanganan BK secara khusus untuk siswi yang mengalami rendah diri atau kurang percaya diri melalui empat upaya. Yang didasarkan pada fungsi bimbingan dan konseling yakni fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan. Yang pertama, upaya pemahaman yaitu dengan menanamkan sikap positif kepada siswi agar siswi memiliki cara pandang yang positif terhadap dirinya sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya. Yang ke dua, upaya pencegahan yaitu dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dilengkapi dengan pemberian motivasi dan pemutaran video. Yang ke tiga, upaya pengentasan yaitu dengan pemberian layanan konseling individu pada siswi yang memiliki permasalahan terkait percaya diri, serta pendampingan teman sebaya, dan yang ke empat upaya pemeliharaan dan pengembangan yaitu dengan menyalurkan bakat dan minat siswi pada kegiatan ekstrakurikuler yang ada di madrasah, dan mengikuti kegiatan *outbond* serta pelatihan keterampilan, bakat dan minat siswi. Pola khusus yang diberikan kepada delapan siswi yang memiliki permasalahan kurang percaya diri, upaya awal yang dilakukan guru BK melalui pengisian IKMS dan buku pribadi siswi dengan tujuan mengidentifikasi masalah yang dihadapi siswi khususnya masalah pribadi terkait kepercayaan diri siswi. Dari kedelapan siswi yang mengalami permasalahan yang sama yaitu rendah diri, namun penyelesaiannya berbeda seperti menggunakan konseling *realita*, konseling *behavioral*, konseling *rational emotif behavioral*, konseling *trait & factor* dan pemberian motivasi, dari kedelapan siswi yang diberi layanan bimbingan dan konseling mendapatkan hasil yang memuaskan bahwa rasa percaya diri siswi mulai tumbuh terbukti dengan perlombaan-perlombaan yang diikutinya dan dari prestasi yang diraihinya.

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling, Kepercayaan diri siswi.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada buku “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang dikeluarkan berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tertanggal 22 Januari 1988, No. 158 Tahun 1987 dan No. 0543b/U/1987. Di bawah ini adalah daftar huruf Arab dan transliterasinya dengan huruf latin.

A. Konsonan Tunggal

No	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
1	ا	alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
2	ب	ba>’	b	-
3	ت	ta>’	t	-
4	ث	s\ a>’	s\	s (dengan titik di atas)
5	ج	Ji>m	J	-
6	ح	h{ a>’	h{	h (dengan titik di bawah)
7	خ	kha>>’	kh	-
8	د	da>l	D	-
9	ذ	z\ a>l	z\	z (dengan titik di atas)
10	ر	ra>’	r	-
11	ز	zai	z	-
13	س	si>n	S	-
14	ش	syi>n	sy	-
15	ص	s} a>d	s}	s (dengan titik di bawah)
16	ض	d{ a>d	d{	d (dengan titik di bawah)
17	ط	t} a>’>	t}	t (dengan titik di bawah)
18	ظ	z} a>’	z}	z (dengan titik di

				bawah)
19	ع	'ain	‘	koma terbalik
20	غ	gain	G	-
21	ف	fa>’	F	-
22	ق	qa>f	Q	-
23	ك	ka>f	K	-
24	ل	la>m	L	-
25	م	mi>m	m	-
26	ن	nu>n	n	-
27	و	wa>wu	w	-
28	ه	ha>’	h	-
29	ء	hamzah	’	Apostrof (tidak dilambangkan apabila terletak diawal kata)
30	ي	ya>’	y	-

B. Konsonan Rangkap (Syaddah)

Syaddah atau *tasydi>d* yang dalam sistem penulisan Arab dilambangkan dengan huruf dobel, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddah* itu.

Contoh: المنور ditulis *al-Munawwir*

C. Ta>’ Marbu>taḥ

Transliterasi untuk *Ta>’ Marbu>taḥ* ada dua macam, yaitu:

1. Ta>’ Marbu>taḥ hidup

Ta>’ Marbu>taḥ yang hidup atau mendapat *h}arakat fath}a>h*, *kasrah* atau *d}ammah*, transliterasinya adalah, ditulis t:

Contoh: نعمة الله ditulis *ni’matulla>h*
 زكاة الفطر ditulis *zaka>t al-fit}ri*

2. *Ta>' Marbu>ta*h mati

*Ta>' Marbu>ta*h yang mati atau mendapat *h*arakat *sukun*, transliterasinya adalah, ditulis h:

Contoh:	هبة	ditulis	<i>hibah</i>
	جزية	ditulis	<i>jizyah</i>

D. Vokal

Vokal bahasa Arab, terdiri dari tiga macam, yaitu: vokal tunggal (monoftong), vokal rangkap (diftong) dan vokal panjang.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya adalah:

- Fath*}*a>h* dilambangkan dengan a
contoh: ضرب ditulis *d}araba*
- Kasrah* dilambangkan dengan i
contoh: فهم ditulis *fahima*
- D{ammah* dilambangkan dengan u
contoh: كتب ditulis *kutiba*

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang dilambangkan berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

- Fath*}*a>h* + *Ya>* mati ditulis T
Contoh: أيديهم ditulis *aidi>him*
- Fath*}*a>h* + *Wau* mati ditulis au
Contoh: تورات ditulis *taura>t*

3. Vokal Panjang

Vokal panjang dalam bahasa Arab disebut *maddah*, yaitu *harakat* dan huruf, transliterasinya adalah:

- a. *Fath*{*a*>*h* + alif, ditulis *a*> (dengan garis di atas)
Contoh: جاهلية ditulis *ja*>*hiliyyah*
- b. *Fath*{*a*>*h* + alif maqs}u>r ditulis *a*> (dengan garis di atas)
Contoh: يسعي ditulis *yas*'*a*>
- c. *Kasrah* + *ya*> mati ditulis *i*> (dengan garis di atas)
Contoh: مجيد ditulis *maji*>*d*
- d. *D{ammah* + wau mati ditulis *u*> (dengan garis di atas)
Contoh: فروض ditulis *furu*>*d*

E. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf alif dan lam (ال). Namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiyyah* dan kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariyyah*.

- a. Bila diikuti oleh huruf *qamariyyah* ditulis al-
Contoh: القرآن ditulis *al-Qur*'*a*>*n*
- b. Bila diikuti oleh huruf *syamsiyyah* ditulis dengan menggunakan huruf *syamsiyyah* yang mengikutinya serta menghilangkan huruf lam
Contoh: السنة ditulis *as-Sunnah*

F. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan dengan tanda apostrof. Namun hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata saja. Bila hamzah itu terletak di awal kata, maka ia tidak dilambangkan, tetapi ditransliterasikan dengan huruf a atau i atau u sesuai dengan *h}arakat* hamzah di awal kata tersebut.

Contoh:	الماء	ditulis	<i>al-Ma>'</i>
	تاويل	ditulis	<i>Ta'wi>l</i>
	أمر	ditulis	<i>Amr</i>

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	x
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	xi
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Kegunaan Penelitian.....	10
F. Kajian Pustaka.....	11
G. Kerangka Teori.....	14
H. Metode Penelitian.....	36
I. Sistematika Pembahasan.....	45
BAB II GAMBARAN UMUM MTs MU'ALLIMAAT MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA	
A. Letak Geografis Madrasah.....	46
B. Sejarah Perkembangan Madrasah.....	47

C. Visi, Misi, dan Tujuan Madrasah.....	51
D. Program Penunjang Pendidikan di Madrasah	53
E. Program Asrama di Madrasah.....	58
F. Data Demografis Guru dan Karyawan di Madrasah	62
G. Profil Siswi dan Alumni di Madrasah.....	66
H. Sarana dan Prasarana Pendidikan di Madrasah.....	67
I. Model Bimbingan dan konseling di Madrasah	69
BAB III PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWI MTs MU'ALLIMAAT MUHAMMADIYAH MELALUI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING	
A. Pola Penanganan Bimbingan dan Konseling	78
B. Proses Penangan BK Terhadap Delapan Siswi Kurang Percaya Diri.....	98
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan	122
B. Saran.....	123
C. Penutup.....	124
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Daftar Subjek Penelitian	38
Tabel 2	Periodisasi Kepemimpinan MTs	40
Tabel 3	Daftar Asrama dan Alamat.....	59
Tabel 4	Bentuk-bentuk Kegiatan Pembelajaran di Asrama	60
Tabel 5	Jadwal Kegiatan Harian di Asrama.....	61
Tabel 6	Data Musrifah dan Pamong di Asrama	62
Tabel 7	Deskripsi Guru Bimbingan dan Konseling	64
Tabel 8	Fasilitas Ruang di MTs	68
Tabel 9	Fasilitas Peralatan di MTs.....	69
Tabel 10	Program Bimbingan dan Konseling di MTs	73



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Komponen-komponen Analisis Data Model Interaktif Milles and Huberman.....	43
Gambar 2	Struktur Organisasi Bimbingan dan Konseling di MTs.....	66
Gambar 3	Rambu-rambu Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di MTs	76



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul dalam skripsi ini adalah “Upaya Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswi Di MTs Mu’allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.” Agar tidak terjadi salah penafsiran mengenai judul ini maka perlu adanya penegasan judul untuk menjelaskan beberapa istilah di dalam judul yaitu:

1. Upaya

Upaya adalah usaha atau syarat untuk menyampaikan suatu maksud.¹ Sedangkan upaya yang dimaksud dalam judul ini adalah suatu usaha yang dilakukan dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan dan konseling.

2. Bimbingan dan Konseling

Istilah bimbingan dan konseling berasal dari Bahasa Inggris, yaitu *guidance* dan *counseling*. W.S Winkel & M.M. Sri Hastuti menjelaskan bahwa *guidance* memiliki pengertian *showing away* (menunjukkan jalan), *landing* (memimpin), *conducting* (menuntun), *giving instruction*

¹ W.J.S Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka, 1976), hlm.1132.

(memberikan petunjuk), *regulating* (mengatur), *governing* (mengarahkan) ataupun *giving advice* (memberikan nasehat).²

Konseling yang diadopsi dari Bahasa Inggris “*counseling*” di dalam kamus memiliki beberapa arti yaitu nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), dan pembicaraan (*to take counsel*). Berdasarkan arti di atas konseling secara etimologis berarti pemberian nasihat, anjuran dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.³

Sedangkan bimbingan dan konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya agar tercapai kemampuan untuk dapat memahami diri (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), serta kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self realization*) sesuai dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah maupun masyarakat. Bantuan ini diberikan oleh orang yang memiliki keahlian serta pengalaman khusus dalam bidangnya tersebut.⁴

Adapun yang dimaksud bimbingan dan konseling dalam judul skripsi ini adalah pemberian layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara sistematis oleh guru BK dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

²WS. Winkel & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah*, (Jakarta: Gramedia, 1987), hlm. 27.

³*Ibid.*, hlm. 34.

⁴Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1983), hlm. 74.

3. Meningkatkan Kepercayaan Diri

Meningkatkan berasal dari kata “tingkat” yang berarti tahap atau fase, mendapat imbuhan berubah menjadi meningkat yang berarti suatu usaha atau upaya untuk maju. Meningkatkan berarti menaikkan (derajat, taraf) memperhebat (produksi, mempertinggi).⁵

Sedangkan istilah kepercayaan diri, berasal dari kata dasar percaya diri. Percaya dalam kamus besar Bahasa Indonesia adalah mengakui atau yakin bahwa sesuatu memang benar atau nyata,⁶ sedangkan diri berarti orang atau seorang.⁷ Kepercayaan diri berarti mengakui atau meyakini diri sendiri.

Rasa percaya diri menurut Jacinta F. Rini dari tim psikologi dalam Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.⁸

Adapun yang dimaksud meningkatkan kepercayaan diri dalam judul penelitian ini adalah suatu usaha dalam rangka meningkatkan atau mempertinggi keyakinan siswi terhadap dirinya sendiri melalui layanan bimbingan dan konseling.

⁵Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1989), hlm. 950.

⁶ W.J.S Poerwadarminta, *Kamus Umum*, hlm. 737.

⁷ *Ibid.*, hlm, 253.

⁸Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, Jurusan Psikologi UGM, Nomor 6 Tahun III 1998, hlm. 66.

4. MTs Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta

MTs merupakan singkatan dari Madrasah Tsanawiyah merujuk pada kamus Bahasa Arab مدرسة yang berarti sekolah dan الثانوية yang berarti kedua, المدرسة الثانوية yang berarti sekolah menengah.⁹ Madrasah merupakan muatan pendidikan agama dan pendidikan perilaku sosial yang dikembangkan berdasarkan nilai-nilai yang islami.¹⁰

Menurut Kamus Bahasa Arab Mu'allimaat (المعلمة) adalah guru perempuan atau perempuan yang berilmu. Adapun yang dimaksud dengan المدرسة المعلمة adalah sekolah guru perempuan,¹¹ atau dengan kata lain sekolah untuk mendidik perempuan yang menguasai ilmu-ilmu agama.

Muhammadiyah merupakan organisasi muslim yang memberikan penekanan penting terhadap “ke-Esaan Tuhan” (tauhid), perilaku islami (akhlak), dan pelaksanaan doktrin ibadah dan mu'amalat (fiqih).¹²

MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta merupakan sekolah menengah khusus putri, sebuah lembaga pendidikan milik Persyarikatan Muhammadiyah yang dibina oleh Pimpinan Pusat Muhammadiyah, setingkat SLTP (Sekolah Lanjut Tingkat Pertama). Sekolah ini dalam proses pendidikan lebih mengutamakan pada nilai-nilai

⁹Ahmad Warson Munawir, *Al-Munawir Kamus Arab-Indonesia*, (Surabaya: al Munawir, t.t), hlm. 171.

¹⁰Agus Maimun & Agus Zaenul Fitri, *Madrasah Unggulan Lembaga Pendidikan Alternatif di Era Kompetitif*, (Malang: UIN Malang Press, 2010), hlm. 3.

¹¹ Ahmad Warson Munawir, *Al-Munawir Kamus*, hlm. 1038.

¹²Arief Subhan, *Lembaga Pendidikan Islam Indonesia Abad ke-20 Pergumulan antara Modernisasi dan Identitas*, (Jakarta: kencana, 2012), hlm. 138.

kemuhammadiyahahan yakni nilai-nilai keislaman yang di dalamnya menekankan pada ketauhidan, akhlak, ibadah, serta *mu'amalah*.

Adapun yang dimaksud dengan judul skripsi “Upaya Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswi Di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta” ini adalah usaha-usaha yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri atau keyakinan siswi terhadap dirinya sendiri melalui pemberian layanan bimbingan dan konseling.

B. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang berlangsung pesat dewasa ini, menuntut manusia untuk ikut berkembang sesuai kemajuan zaman, mengikuti gaya perubahan sebagai konsekuensi dari perkembangan teknologi di segala bidang. Untuk dapat menyesuaikan diri dan mengikuti perkembangan teknologi tersebut, setiap individu dituntut memiliki kepercayaan diri sebagai modal pokoknya, tidak terkecuali individu yang sedang mengenyam pendidikan di sekolah atau madrasah. Siswi sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan di sekolah seperti di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah juga sebagai generasi muda yang dituntut untuk memiliki kepercayaan diri, agar dapat menyesuaikan diri dengan perkembangan di segala bidang tersebut. Hal ini dikarenakan kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan

potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah yang akan timbul pada diri manusia, termasuk juga siswi.¹³

Siswi yang saat ini sedang menginjak jenjang pendidikan tingkat pertama semacam MTs tentunya tengah memasuki dan mengalami masa remaja. Secara psikologis pada masa inilah remaja akan mengalami berbagai masalah seperti masalah pribadi, belajar, sosial dan karir. Diantara masalah pribadi adalah kurangnya rasa percaya diri. Seperti yang dikatakan Elizabeth B. Hurlock¹⁴ bahwa untuk mendapatkan kepercayaan diri remaja harus melakukan penyesuaian diri dengan standar kelompok, seperti dalam hal pakaian, berbicara dan perilaku.

Kenyataan yang ditemui banyak siswi yang kurang memiliki rasa percaya diri. Hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri kurangnya kepercayaan diri yang ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari, misalnya adanya perasaan grogi atau canggung saat tampil di depan kelas, timbulnya rasa malu yang berlebihan ketika menjadi pusat perhatian, timbulnya perasaan tidak pantas ketika mendapatkan pujian, merasa malu ketika hendak bertanya atau mengajukan pertanyaan, baik saat proses pembelajaran atau diskusi, terkadang siswi juga malu menjadi diri sendiri karena merasa dirinya banyak memiliki kekurangan sehingga banyak siswi yang berusaha menjadi diri orang lain yang dianggap pantas untuk diikuti.

¹³Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, Jurusan Psikologi UGM, Nomor 6 Tahun III 1998, hlm. 66.

¹⁴Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, t.t), hlm. 209.

Berdasarkan pengamatan penulis, banyak siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta cenderung memiliki rasa percaya diri yang relatif rendah. Hal ini terlihat dari sikap siswi pada saat proses pembelajaran berlangsung, ada sebagian yang masih malu menjawab pertanyaan dari guru atau bertanya kepada guru. Tidak jarang juga sebagian siswi tidak memakai seragam sesuai ketentuan madrasah misalnya melipat lengan tangan bajunya serta melipat baju padahal hal seperti itu jelas melanggar etika berpakaian siswi MTs Mu'allimaat tersebut. Fenomena lain yang sering dijumpai pada siswi terkait kurangnya kepercayaan diri adalah perilaku mencontek hal ini menggambarkan bahwa siswi kurang percaya atau yakin terhadap kemampuannya sendiri.

Salah satu upaya dunia pendidikan dalam meningkatkan kapasitas diri pribadi siswi sebagai peserta didik antara lain melalui pendidikan pengembangan diri. Pengembangan diri merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian yang dilakukan melalui kegiatan bimbingan dan konseling berkenaan dengan masalah pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar dan pengembangan karir serta kegiatan ekstrakurikuler. Bimbingan dan konseling mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kualitas peserta didik, khususnya terkait dengan membangun dan meningkatkan rasa percayanya. Sebab bimbingan dan konseling mempunyai banyak layanan, baik itu layanan yang sifatnya pribadi ataupun kelompok.¹⁵

¹⁵Pusat Kurikulum, Balitbang Depdiknas, "Model Pembangan Diri", http://Model_Pengembangan_diri.Pdf-Adobe Reader, di akses 8 Februari 2013, Pkl. 16.00 WIB.

Bimbingan dan konseling merupakan serangkaian kegiatan yang bertujuan untuk membantu siswi dalam penyelesaian masalah dan pengembangan potensi diri siswi. Seperti yang dikatakan Prayitno dan Erman Amti¹⁶ bahwa bimbingan dan konseling bertujuan membantu individu menjadi insan yang mandiri yang memiliki kemampuan untuk memahami diri sendiri dan lingkungannya secara tepat dan objektif, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mampu mengambil keputusan secara tepat dan bijaksana, mengarahkan diri sendiri sesuai dengan keputusan yang diambilnya, serta dapat mewujudkan diri sendiri yang optimal.

Bimbingan dan konseling sebagai media pendidikan pengembangan diri siswi, sangat berperan dalam mengembangkan potensi yang dimiliki siswi. Salah satu potensi yang perlu dikembangkan melalui bimbingan dan konseling adalah kepercayaan diri.

Beberapa penelitian telah membahas bahwa bimbingan dan konseling sangat efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswi seperti penelitian yang dilakukan Alfitri Asmaul Husna yang menemukan bahwa kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan teknik kelompok dalam layanan bimbingan kelompok.¹⁷ Begitu juga hasil penelitian terhadap kelas X SMA, penelitian dari Wahyu Nanda Eka Saputra menemukan bahwa melalui

¹⁶Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2004), hlm. 114.

¹⁷Alfitri Asmaul Husna, Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Teknik Diskusi Kelompok Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMA Negeri I Talang Padang, [Http://himcyoo.wordpress.com/jurnal-ilmiah/jurnal-bimbingan-konseling/](http://himcyoo.wordpress.com/jurnal-ilmiah/jurnal-bimbingan-konseling/), di akses 26 Maret 2013, Pkl. 08.33.

konseling kelompok gestalt ternyata mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa. Siswa lebih percaya diri untuk mengemukakan pendapat, berkomunikasi dengan orang yang belum dikenalnya, menampilkan bakat dan kemampuannya, menyelesaikan masalahnya, serta berani mengambil keputusan yang tepat untuk dirinya sendiri.¹⁸

Penelitian lainnya terkait dengan meningkatkan kepercayaan diri adalah dalam penelitian Iceu Rohayati menjelaskan program bimbingan teman sebaya efektif meningkatkan percaya diri siswa di SMA Negeri 13 Bandung kelas XI Tahun Pelajaran 2010/2011. Program bimbingan teman sebaya yang digunakan melalui teknik permainan kelompok, berdasarkan tiga komponen, yaitu layanan dasar, layanan responsif, dan dukungan sistem yang saling mendukung dalam melaksanakan bimbingan teman sebaya.¹⁹

Beberapa hasil penelitian tersebut dapat dipahami bahwa bimbingan dan konseling melalui berbagai macam layanan seperti bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan bimbingan teman sebaya, ternyata mampu meningkatkan kepercayaan diri. Oleh sebab itu berdasarkan berbagai uraian latar belakang tersebut di atas, peneliti merasa cukup sebagai alasan melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimanakah upaya bimbingan dan

¹⁸ Wahyu Nanda Eka Saputra, Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X-3 SMA Negeri 8 Surabaya Dengan Konseling Kelompok Gestalt, <http://himcyoo.wordpress.com/jurnal-ilmiah/jurnal-bimbingan-konseling/>, di akses 26 Maret 2013, Pkl. 08.33.

¹⁹ Ice Rohayati, Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa, http://jurnal.UPI.edu/file/36-ICEU_ROHAYATI.pdf.com, di akses 29 Maret 2013, Pkl. 15.28.

konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

C. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

Bagaimanakah layanan Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta?

D. **Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

E. **Kegunaan Penelitian**

1. Secara teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling terkait dengan peningkatan kepercayaan diri siswi melalui layanan bimbingan dan konseling.

2. Secara praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi dengan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling secara efektif dan optimal di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

F. **Kajian Pustaka**

Penelitian terkait dengan kepercayaan diri telah banyak diteliti, dengan berbagai macam variabel dan subjek yang berbeda. Untuk penelitian ini secara umum juga sudah ada yang meneliti, tetapi subjek dan objeknya berbeda. Untuk menghindari kesalahpahaman berikut ini beberapa penelitian sebelumnya yang telah membahas tentang kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

1. Skripsi Amin Wahyuningsih Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Tahun 2009 yang berjudul "Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Tunanetra Di MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta". Dalam skripsi ini Amin Wahyuningsih menjelaskan upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa tunanetra di MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta agar lebih percaya diri adalah dengan

memberikan bimbingan kelompok, bimbingan individu serta bimbingan latihan pengembangan diri.²⁰

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada subjeknya, penelitian yang dilakukan oleh Amin Wahyuningsih terfokus pada siswa tunanetra. Sedangkan penelitian ini terfokus pada subjek yang kategori normal, hal ini tentu sangat berbeda karena subjek dengan kebutuhan khusus seperti tunanetra cenderung memiliki dinamika psikologis yang berbeda.

2. Skripsi Yunia Sukmawati Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Tahun 2009 yang berjudul “Bimbingan dan Konseling Belajar Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Menghadapi Ujian Nasional (Studi Kasus di MAN Yogyakarta I)”.²¹ Dalam skripsi ini Yunia Sukmawati menjelaskan bahwa kepercayaan diri dalam menghadapi ujian nasional meningkat setelah mendapatkan metode bimbingan kelompok dan bimbingan individu.

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah objeknya, objek penelitian yang digunakan oleh Yunia Sukmawati adalah bimbingan dan konseling belajar dalam meningkatkan kepercayaan diri menghadapi Ujian Nasional. Sedangkan dalam penelitian ini objeknya adalah layanan

²⁰Amin Wahyuningsih, *Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Tunanetra Di MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta*, Skripsi tidak diterbitkan, UIN Sunan Kalijaga, 2009.

²¹Yunia Sukmawati, *Bimbingan dan Konseling Belajar Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Menghadapi Ujian Nasional (Studi Kasus di MAN Yogyakarta I)*, Skripsi tidak diterbitkan, UIN Sunan Kalijaga, 2009.

bimbingan dan konseling tanpa unsur belajar yang digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

3. Skripsi Muslimatun Ibadah Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang Tahun 2009 yang berjudul "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Bimbingan dan Konseling Islami (Penelitian Pada Siswa Kelas X MA Al-Asror Semarang Tahun Ajaran 2008/2009)". Dalam skripsi ini, Muslimatun Ibadah menjelaskan pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islami dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui media kelompok dengan memahami ayat Al-Qur'an dan media elektronik berupa film.²²

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah objeknya, objek penelitian yang digunakan oleh Muslimatun Ibadah adalah meningkatkan kepercayaan diri melalui bimbingan dan konseling islami. Sedangkan dalam penelitian ini objeknya adalah layanan bimbingan dan konseling saja, tanpa unsur Islam yang digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

²²Muslimatun Ibadah, *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Bimbingan dan Konseling Islami (Penelitian Pada Siswa Kelas X MA Al-Asror Semarang Tahun Ajaran 2008/2009)*, [Http://Bk_Bk_Islami. Pdf](http://Bk_Bk_Islami.Pdf), Universitas Negeri Semarang, 2009.

G. Kerangka Teori

1. Masalah Kepercayaan Diri Siswi di Madrasah

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Abraham Maslow²³ memandang kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia. Oleh sebab itu kepercayaan diri merupakan modal dasar dalam pengembangan aktualisasi diri, karena dengan kepercayaan diri individu akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri, sehingga individu dengan kepercayaan diri akan mampu mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, begitu juga sebaliknya individu yang kurang percaya diri pengembangan potensi dirinya juga akan terhambat. 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.

Rasa percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan individu akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana individu merasakan tentang dirinya sendiri dan perilaku akan merefleksikannya tanpa disadari.²⁴

²³Jurnal Psikologi, "Pengertian Kepercayaan Diri", [Http:// arti-percaya-diri.html](http://arti-percaya-diri.html), di akses 8 Januari 2013, Pkl. 20.00 WIB.

²⁴ Inge Pudjiastuti Adywibowo, *Memperkuat Kepercayaan Diri Anak Melalui Percakapan Referensial*, Jurnal Pendidikan Penabur - No.15/Tahun ke-9/Desember 2010, hlm. 40.

Dalam Al-Qur'an ada beberapa ayat yang menjelaskan tentang percaya diri, seperti dalam surat Ali Imran ayat 139 menjelaskan:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Dan janganlah kamu merasa lemah, dan janganlah pula bersedih hati, sebab kamu paling Tinggi derajatnya, jika kamu orang-orang yang beriman”.²⁵

Al-Qur'an surat Fushilat ayat 30 menjelaskan:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya: “ sesungguhnya orang-orang yang berkata, “ Tuhan kami adalah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka dengan berkata, “janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati, dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu.”²⁶

Kedua ayat di atas menjelaskan tentang pentingnya kepercayaan diri. Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut, tidak bersedih serta tidak mengalami kegelisahan.

Kepercayaan diri sejati tidak ada kaitannya dengan kehidupan lahiriyah individu. Individu terbentuk dari apa yang diperbuat, namun dari keyakinan diri bahwa setiap yang dihasilkan olehnya memang

²⁵ al- Imron (3): 139.

²⁶ Fushilat (41): 30.

berada dalam batas-batas kemampuan dan keinginan pribadi.²⁷ Oleh sebab itu Yusuf Mansur²⁸ mengemukakan bahwa orang yang sukses adalah sosok pribadi yang percaya diri, yang tidak akan mengatakan “saya tidak dapat melakukannya”, “saya tidak akan berhasil”, “saya tidak masuk daftar hitungan”.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri, yang ditandai dengan tidak adanya rasa takut, sedih, malu, dan gelisah.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan kepercayaan diri.

Kepercayaan diri banyak dipengaruhi oleh tiga hal, yaitu kemampuan pribadi, interaksi sosial, dan konsep diri, sebagai berikut:²⁹

- 1). Kemampuan pribadi yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengembangkan diri, individu tidak tergantung dengan orang lain dan mengenal kemampuan dirinya sendiri.
- 2). Interaksi sosial yaitu mengenai bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima pendapat orang lain serta menghargai orang lain.

²⁷ Barbara De Angelis, *Confidence, Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005), hlm. 5.

²⁸ Yusuf Mansur, *Buat Apa Susah ? Segarkan Hidup Dengan Percaya*, (Bandung: Salamadani, 2008), hlm. 58-9.

²⁹ Miklotof Blog, “Aspek-Aspek Percaya Diri” [http://: Aspek Aspek Percaya Diri_ Miklotof Blog.htm](http://Aspek-Aspek-Percaya-Diri-Miklotof-Blog.htm), di akses 8 Februari 2013, Pkl. 16.00 WIB.

- 3). Konsep diri yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif, mengetahui kelebihan dan kekurangannya.

Menurut Bambang Sunaryo dalam Faisol Amir percaya diri erat kaitannya dengan konsep diri menurutnya adalah cara pandang individu terhadap dirinya, baik dari sisi yang dipahami oleh dirinya sendiri, dari sisi yang dipahami oleh orang lain terhadap dirinya, dan dari sisi nilai-nilai idealitas yang dituntut masyarakat secara umum terhadap dirinya, yang penting adalah bagaimana individu memiliki konsep diri yang jelas. Dengan konsep diri yang jelas, individu akan mempercayai dirinya sendiri, mampu menilai posisi dan kualitas dirinya, serta dapat menempatkan diri dengan baik.³⁰

Sedangkan Tina Afiatin³¹ menyatakan bahwa kepercayaan diri pada seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor di bawah ini :

- a). Pendidikan rumah

Sikap dan peranan orang tua sangat penting terhadap perkembangan jiwa anak sebagai individu, karena dengan perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus, akan membangkitkan rasa percaya diri individu. Hal ini dikarenakan orang tua meskipun memberi kebebasan akan tetapi

³⁰ Faishol Amir, "Konsep Percaya Diri", <http://konsep-percaya-diri.html>, di akses 9 Februari 2013, Pkl. 15.00 WIB.

³¹ Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, Jurusan Psikologi UGM, Nomor 6 Tahun III 1998, hlm.67.

tetap mengontrol kegiatan yang dilakukan anak. Para ahli berkeyakinan bahwa percaya diri bukanlah diperoleh secara mudah, melainkan melalui proses yang berlangsung semenjak dini, meskipun banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, namun faktor pendidikan rumah dan interaksi diusia dini, merupakan faktor yang amat mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri.

b). Pendidikan sosial atau lingkungan masyarakat

Perkembangan percaya diri dapat meningkat atau menurun karena melalui interaksi individu dengan lingkungannya. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang kondusif akan menumbuhkan dan meningkatkan percaya diri individu. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang kondusif adalah lingkungan dengan suasana demokratis yaitu adanya suasana penuh penerimaan, kepercayaan, rasa aman, dan kesempatan untuk mengekspresikan ide-ide dan perasaan. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang tidak kondusif adalah lingkungan dengan suasana penuh tuntutan, tidak menghargai pendapat orang lain dan tidak ada kesempatan untuk mengekspresikan ide-ide dan perasaannya.

c). Pendidikan formal atau lingkungan pendidikan

Institusi pendidikan yang mengambil sebagian besar waktu pertumbuhan individu juga sangat mempengaruhi percaya diri. Individu yang sering diperlakukan buruk seperti dihukum atau ditegur di depan umum, cenderung sulit mengembangkan percaya

dirinya. Sebaliknya individu yang sering dipuji, dihargai, diberi hadiah akan lebih mudah mengembangkan konsep diri yang positif, sehingga lebih percaya diri.

Berdasarkan uraian beberapa ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri individu terdiri dari dua faktor, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu berupa konsep diri dan kemampuan pribadi, sedangkan faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar diri individu melalui faktor interaksi sosial dan lingkungan yakni lingkungan pendidikan di rumah, pendidikan di sekolah formal, dan lingkungan masyarakat.

c. Indikator kepercayaan diri pada individu

Seseorang dikatakan memiliki kepercayaan diri jika terdapat ciri-ciri kepercayaan diri yang melekat pada dirinya. Menurut Inge Pudjiastuti Adywibowo³² individu yang percaya diri indikatornya dapat dilihat dari sifat-sifat kepercayaan diri yang penuh pada dirinya dan tidak menunjukkan ciri-ciri rendah diri. Sifat-sifat penuh percaya diri itu antara lain Individu yang penuh percaya diri akan memiliki sifat-sifat antara lain; tidak tergantung kepada orang lain, mampu memikul tanggung jawab yang diberikan, bisa menghargai diri dan usahanya sendiri, tidak mudah mengalami rasa frustrasi, mampu menerima tantangan atau tugas baru, memiliki emosi yang lebih hidup tetapi

³² Inge Pudjiastuti Adywibowo, *Memperkuat Kepercayaan Diri Anak Melalui Percakapan Referensial*, Jurnal Pendidikan Penabur - No.15/Tahun ke-9/Desember 2010, hlm. 40.

relatif stabil, mudah berkomunikasi dan membantu orang lain. Pada sisi lain individu yang memiliki percaya diri rendah atau kurang, akan memiliki sifat dan perilaku antara lain, tidak mau mencoba suatu hal yang baru, merasa tidak dicintai dan diinginkan, mempunyai kecenderungan melempar kesalahan pada orang lain, memiliki emosi yang kaku dan disembunyikan, mudah mengalami rasa frustrasi dan tertekan, meremehkan bakat dan kemampuannya sendiri, serta mudah terpengaruh oleh orang lain.³³

Eko Sugiarto dalam Inge Pudjiastuti Adywibowo juga mengatakan bahwa individu yang kurang percaya diri cenderung menunjukkan sikap pemalu atau rendah diri yang dapat diamati adalah sering menghindari kontak mata atau merunduk serta membuang pandangan ke arah lain, sering mengamuk untuk melepaskan kecemasan, tidak banyak bicara atau sering menjawab secukupnya bila ditanya, seperti “ya” atau “tidak”, bahkan hanya mengangguk atau menggelengkan kepala, tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan di kelas maupun di luar kelas atau pasif, tidak mau meminta pertolongan atau bertanya pada orang yang belum dikenal dengan baik, mengalami demam panggung disaat-saat tertentu, misalnya saat diminta maju ke depan kelas, sulit berbaur dengan lingkungan atau situasi baru dan butuh waktu yang lama untuk menyesuaikan diri.³⁴

³³ *Ibid.*, 40.

³⁴ Inge Pudjiastuti Adywibowo, *Memperkuat Kepercayaan Diri*, hlm. 40.

Sedangkan menurut Mukhsinul Mubarak individu yang percaya diri indikatornya dapat dilihat dari ada tidaknya ciri-ciri sebagai berikut,³⁵ yaitu:

1. Memiliki emosi yang relatif stabil dan merasa mampu melakukan sesuatu. Oleh karena itu orang yang percaya diri tidak mudah putus asa karena sedikit hambatan.
2. Mampu menjadi diri sendiri dan berani untuk berbeda dari orang lain. Oleh karena itu, dirinya mampu menghargai perbedaan dengan orang lain.
3. Memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha sendiri. Orang yang percaya diri tidak menyalahkan orang lain, dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan.
4. Mampu mengekspresikan pikirannya sendiri. Individu juga mampu menjadi diri sendiri dan tidak mengubah pendapat atau pilihan hanya karena mengikuti pendapat orang banyak.
5. Merasa memiliki kemampuan untuk melakukan atau menghadapi sesuatu berdasarkan pengalamannya terdahulu. Oleh karena itu orang yang percaya diri tidak akan ragu melakukan sesuatu yang dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya.
6. Memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya.

³⁵ Mukhsinul Mubarak, *50 Tips Sukses! Untuk Pengembangan Kepribadian*, (Yogyakarta: Paramitra, 2012), hlm. 18-19.

7. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, yang akan membuatnya mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi walau harapannya tidak terwujud.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa indikator kepercayaan diri pada individu dapat dilihat dari adanya karakteristik kepercayaan diri yang ada pada dirinya, sekaligus tidak adanya karakteristik rendah diri.

2. Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri
 - a. Pengertian Bimbingan dan konseling

Bimbingan merupakan proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimum kepada sekolah (dalam hal ini termasuk madrasah), keluarga, dan masyarakat.³⁶ Adapun Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.³⁷ Dapat disimpulkan upaya bimbingan dan konseling sebagai usaha yang dilakukan guru BK dalam membantu siswi mengatasi masalahnya dan mengembangkan dirinya

³⁶Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), hlm. 16-7.

³⁷Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (studi & karir)*, (Yogyakarta: Andi Offset 2005), hlm. 7.

sehingga siswi dapat memahami, dan mengarahkan dirinya secara optimal.

Menurut Prayitno dan Erman Amti bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada individu atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.³⁸ Sedangkan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli yang disebut konselor kepada individu yang sedang mengalami masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapinya.³⁹

Bimbingan dan konseling adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, agar individu tersebut dapat memahami dirinya sendiri, memperoleh konsep diri, dan mendapatkan kepercayaan diri sendiri, untuk dimanfaatkan oleh individu dalam memperbaiki tingkah lakunya pada masa yang akan datang. Dalam pembentukan konsep diri ini berarti individu memperoleh konsep yang sewajarnya mengenai; (1) dirinya

³⁸Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2004), hlm. 99.

³⁹*Ibid.*, hlm. 105.

sendiri, (2) orang lain, (3) pendapat orang lain tentang dirinya, (4) tujuan-tujuan yang hendak dicapainya, dan (5) kepercayaannya.⁴⁰

Berdasarkan pengertian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan suatu proses bantuan yang diberikan kepada seseorang dengan tujuan agar orang yang dibimbing mampu menyelesaikan permasalahan hidupnya sehingga mampu mengembangkan dan menentukan langkah dan sikapnya sendiri tanpa bantuan orang lain.

b. Fungsi dan Tujuan Bimbingan dan Konseling

Pelayanan Bimbingan dan Konseling mengemban sejumlah fungsi yang harus dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling. Menurut Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E. Nila Kusmawati, fungsi-fungsi bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut:⁴¹

- 1). Fungsi pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan siswi, pemahaman ini meliputi; (a) pemahaman tentang diri siswi terutama oleh siswi sendiri, orangtua, guru pada umumnya, dan guru pembimbing (konselor), (b) pemahaman tentang lingkungan siswi (termasuk dalam lingkungan keluarga dan sekolah), (c) pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas (termasuk di

⁴⁰ Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 1.

⁴¹ *Ibid.*, hlm, 7-9.

dalamnya informasi pendidikan, informasi jabatan atau pekerjaan, informasi sosial dan budaya).

- 2). Fungsi pencegahan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya siswi dari permasalahan yang mungkin timbul, yang akan mengganggu, menghambat, ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya.
- 3). Fungsi pengentasan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terentasnya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh siswi.
- 4). Fungsi pemeliharaan dan pengembangan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpelihara dan terkembangkannya berbagai potensi dan kondisi positif siswi dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.

Fungsi-fungsi tersebut diwujudkan melalui diselenggarakannya berbagai jenis layanan bimbingan dan konseling untuk mencapai hasil sebagaimana terkandung di dalam masing-masing fungsi itu. Setiap pelayanan dan kegiatan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan harus secara langsung mengacu kepada satu atau lebih fungsi-fungsi tersebut agar hasil-hasil yang hendak dicapainya secara jelas dapat diidentifikasi dan dievaluasi.

Sedangkan, tujuan bimbingan dan konseling menurut Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E. Nila Kusmawati⁴² adalah mengembangkan apa yang terdapat pada tiap-tiap individu secara optimal agar setiap individu bisa berguna bagi dirinya sendiri, lingkungannya dan masyarakat pada umumnya.

c. Metode Bimbingan dan Konseling Secara Umum

Prof. DR. Singgih D. Gunarsa⁴³ menjelaskan metode bimbingan dan konseling, dengan istilah pendekatan (*approach*). Pendekatan tersebut terbagi dalam dua kategori yaitu pendekatan langsung dan tidak langsung, untuk lebih jelasnya sebagai berikut:

1). Pendekatan langsung (*Directive Approach*)

Pendekatan langsung juga disebut sebagai pendekatan yang terpusat pada konselor “*counselor centered approach*” untuk menunjukkan bahwa dalam interaksi ini, konselor lebih banyak berperan untuk menentukan sesuatu. Pendekatan langsung dilakukan secara sederhana dan diarahkan langsung terhadap masalahnya yaitu dengan cara mengarahkan, membimbing, mempengaruhi, atau memberikan hal-hal yang diperlukan konseli agar bisa mengikuti proses konseling.

⁴² Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan*, hlm. 9.

⁴³ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 2009), hlm. 107

2). Pendekatan tidak langsung (*Nondirective Approach*)

Pendekatan tidak langsung menitikberatkan penerimaan pada konseli, pembentukan suasana yang positif dan netral, percaya pada kebijaksanaan konseli, sikap membolehkan dan mempergunakan penjelasan-penjelasan dari dunia konseli sebagai teknik utama. Secara lebih singkatnya pada pendekatan tidak langsung peran konselor sebagai pendengar dan memberikan dorongan.

Hal serupa juga dikemukakan oleh Ainur Rahim Faqih bahwa metode bimbingan dan konseling dibagi menjadi dua bagian yaitu metode langsung dan metode tidak langsung:⁴⁴

1). Metode Langsung

Metode langsung adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci lagi menjadi:

a). Metode individual

Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya.

Hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik:

- 1.1. Percakapan pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dibimbing.
- 1.2. Kunjungan ke rumah (*home visit*), yakni pembimbing mengadakan dialog dengan konseli tetapi dilaksanakan

⁴⁴ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm. 54-55.

dirumah konseli sekaligus untuk mengamati keadaan rumah konseli dan lingkungannya.

- 1.3. Kunjungan dan observasi kerja, yakni pembimbing melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja konseli dan lingkungannya.

b). Metode kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan konseli dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik:

- 2.1. Diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi bersama kelompok konseli yang mempunyai masalah yang sama.

- 2.2. Karyawisata, yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karyawisata sebagai forumnya.

- 2.3. Sosiodrama, yakni bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah.

- 2.4. *Group teaching*, yakni pemberian bimbingan dan konseling dengan memberikan materi bimbingan dan konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.

2). Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung adalah metode bimbingan dan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi massa. Hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok, bahkan massal.

- a). Metode individual, metode ini dapat dilakukan melalui surat menyurat maupun telepon, dan lain sebagainya.
- b). Metode kelompok atau massal, metode ini dapat dilaksanakan melalui papan bimbingan, surat kabar, majalah, brosur, radio atau media audio, serta televisi.

Berdasarkan uraian kedua ahli tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa metode yang digunakan dalam Bimbingan dan Konseling adalah metode langsung dan metode tidak langsung baik secara individu maupun secara kelompok.

d. Metode BK secara khusus dalam meningkatkan kepercayaan diri

Bimbingan di sekolah bertujuan agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.⁴⁵ Sedangkan

⁴⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2004), hlm. 99.

konseling di tujukan agar individu dapat memecahkan masalah dalam kehidupannya.⁴⁶

Hal ini dapat dipahami bahwa bimbingan dan konseling merupakan suatu proses bantuan yang diberikan kepada seseorang dengan tujuan agar orang yang dibimbing mampu menyelesaikan permasalahan hidupnya, termasuk masalah kepercayaan diri. Maka dari itu agar siswi di sekolah terbebas dari masalah kepercayaan diri, perlu diberi bantuan bimbingan dan konseling.

Bimbingan dan konseling sebagai bentuk bantuan bagi siswi di sekolah juga memiliki upaya-upaya yang dapat membantau siswi meningkatkan kepercayaan dirinya. Upaya atau usaha meningkatkan kepercayaan diri bagi siswi, menurut Hurlock dalam jurnal psikologika yang ditulis oleh Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah menyebutkan bahwa individu yang mengalami masalah kurang percaya diri memerlukan bantuan dengan program peningkatan kepercayaan diri dengan cara konseling.⁴⁷ Selanjutnya Egan dalam Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah menyatakan dengan konseling individu dapat membantu untuk memperoleh kepercayaan diri karena di dalam

⁴⁶ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (studi & karir)*, (Yogyakarta: Andi Offset 2005), hlm. 7.

⁴⁷ Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, Jurusan Psikologi UGM, Nomor 6 Tahun III 1998, hlm. 67.

konseling individu akan memperoleh umpan balik yang saling berarti dan berguna untuk meningkatkan penampilannya.⁴⁸

Menurut Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah bentuk konseling yang lebih tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah melalui konseling kelompok. Melalui konseling kelompok akan terjadi proses interaksi antara individu satu dengan yang lainnya. Dalam interaksi tersebut akan diperoleh umpan balik seperti proses belajar dan berlatih perilaku baru, belajar mengekspresikan perasaan, saling memberikan perhatian dan bantuan serta memberikan kesempatan mempelajari keterampilan sosial.⁴⁹

Selain melalui konseling, upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswi, juga dapat dilakukan dengan belajar dan berlatih mengembangkan bakat dan potensi yang telah dimilikinya.⁵⁰ Di samping itu menurut Mukhsinul Mubarak individu atau siswi tersebut hendaknya menampilkan sikap dan perilaku sebagai berikut:⁵¹

1. Bertanggung jawab untuk diri sendiri, menyadari bahwa kita memiliki kekuatan untuk menerapkan perubahan dalam hidup.

⁴⁸ *Ibid.*, hlm. 67-68.

⁴⁹ Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martaniah, *Peningkatan Kepercayaan Diri*, hlm. 68.

⁵⁰ Peter Lautser, *Tes Kepribadian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1994), hlm. 14.

⁵¹ Mukhsinul Mubarak, *50 Tips Sukses! Untuk Pengembangan Kepribadian*, (Yogyakarta: Paramitra, 2012), hlm. 15.

2. Tuliskanlah keinginan atau impian, berusahalah untuk meraihnya, jika kita terus bergerak menuju tujuan, rasa percaya diri akan meningkat karena kita sadar bahwa kita membuat langkah menuju tujuan bahkan jika itu hanya mendidik diri sendiri.
3. Bertindak seolah-olah kita percaya diri, bahkan jika terasa dipaksakan. Lebih banyak tersenyum dan bertindak seolah-olah kita percaya diri, angkat kepala kita tinggi, lakukan kontak mata dan tersenyum, dengan begitu akan membuat kita tampil lebih percaya diri.
4. Tampilkan sikap positif. Berhenti mengeluh, jadilah positif dan puji orang lain. Sikap positif terhadap orang lain akan memberikan kembali umpan balik positif sehingga dalam proses rasa percaya diri kita akan tumbuh.

Sofyan S. Willis⁵² mengemukakan bahwa tahap-tahap konseling konseling terbagi menjadi tiga bagian, sebagai berikut:

1. Tahap awal konseling

Tahap awal ini berisikan definisi masalah, tujuannya adalah agar pembimbing dan konseli mampu mendefinisikan masalah konseli. Teknik-teknik yang ada pada tahap awal konseling adalah *attending*, empati primer dan *advance*, refleksi perasaan, eksplorasi perasaan, eksplorasi pengalaman, eksplorasi ide, bertanya terbuka, dan mendefinisikan masalah bersama konseli.

⁵² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 239-240.

2. Tahap pertengahan konseling

Pada tahap pertengahan teknik-teknik konseling yang dibutuhkan adalah memimpin, memfokuskan, konfrontasi, mendorong, menginformasikan, memberi nasehat, menyimpulkan sementara, bertanya terbuka, dan teknik-teknik awal tetap digunakan.

3. Tahap akhir konseling

Tahap akhir konseling teknik-teknik yang dibutuhkan adalah menyimpulkan, memimpin, merencanakan, dan mengevaluasi.

Jadi dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap konseling terbagi menjadi tiga bagian yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan konseling, dan tahap akhir konseling.

Menurut Ainur Rahim Faqih⁵³ meningkatkan kepercayaan diri siswi dapat dilakukan dengan pemberian layanan konseling individu dan pemberian layanan bimbingan kelompok. Dalam pemberian layanan konseling individu ini, melalui percakapan secara individu terkait permasalahan yang dialami konseli, serta pemberian motivasi maupun alternatif-alternatif pemecahan masalah atau teknik-teknik lain yang dapat digunakan sebagai peningkatan kepercayaan diri, kemudian melalui bimbingan kelompok, dengan melakukan diskusi kelompok, serta pemberian materi terkait cirri-ciri orang percaya diri dan rendah diri, termasuk juga cara-cara meningkatkan kepercayaan diri,

⁵³ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm. 54-55.

dilengkapi juga dengan pemutaran video tentang motivasi atau video-video kepercayaan diri.

Jadi dapat disimpulkan bahwa upaya bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri dapat melakukan konseling itu sendiri serta menanamkan sikap dan perilaku percaya diri serta berlatih dan belajar mengembangkan potensi dan bakat yang dimilikinya.

e. Struktur Bimbingan dan Konseling Komprehensif

Menurut Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan⁵⁴, bahwa struktur bimbingan dan konseling komprehensif diklasifikasikan ke dalam empat jenis layanan yaitu; (1) layanan dasar bimbingan, (2) layana responsif, (3) layanan perencanaan individual, dan (4) dukungan sistem. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat di bawah ini:

1) Layanan dasar bimbingan

Layanan dasar bimbingan merupakan layanan bantuan bagi siswi melalui kegiatan-kegiatan kelas atau luar kelas, yang disajikan secara sistematis, dalam rangka membantu siswi mengembangkan potensinya secara optimal.

Tujuan layanan dasar bimbingan dapat dirumuskan sebagai upaya membantu siswi agar; (a) memiliki kesadaran pemahaman tentang diri dan lingkungan pendidikan, pekerjaan, sosial budaya, dan agama, (b) mampu mengembangkan keterampilan untuk mengidentifikasi tanggung jawab atau seperangkat tingkah laku yang

⁵⁴ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), hlm. 26-31.

tepat bagi penyesuaian diri dengan lingkungannya, (c) mampu menangani atau memenuhi kebutuhan dan masalahnya, serta mengembangkan dirinya dalam rangka mencapai tujuan hidupnya.

2) Layanan responsif

Layanan responsif merupakan layanan bantuan bagi para siswi yang memiliki kebutuhan atau masalah yang memerlukan bantuan atau pertolongan dengan segera. Layanan ini bertujuan untuk membantu siswi memenuhi kebutuhannya yang dirasakan pada saat ini, atau siswi yang dipandang mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya.

Layanan ini lebih bersifat kuratif. Strategi yang digunakan adalah konseling individual, konseling kelompok, dan konsultasi. Isi layanan responsif ini adalah bidang pendidikan, belajar, sosial, pribadi, karir, tata tertib di sekolah.

3) Layanan Perencanaan individual

Layanan perencanaan individual dapat diartikan sebagai layanan kepada semua siswi agar mampu membuat dan melaksanakan pelaksanaan masa depannya, berdasarkan pemahaman akan kekuatan dan kelemahan dirinya. Layanan ini bertujuan untuk membimbing seluruh siswi agar (a) memiliki kemampuan untuk merumuskan tujuan, perencanaan, atau pengelolaan, terhadap pengembangan dirinya, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir, (b) dapat belajar memantau dan memahami

perkembangan dirinya, dan (c) dapat melakukan kegiatan atau tindakan berdasarkan pemahamannya atau tujuan yang telah dirumuskan secara proaktif, teknik bimbingannya adalah konsultasi dan konseling.

4) Dukungan sistem

Dukungan sistem adalah kegiatan-kegiatan manajemen, yang bertujuan memantapkan, memelihara, dan meningkatkan program bimbingan secara menyeluruh melalui pengembangan profesional. Program ini memberikan dukungan kepada guru pembimbing dalam rangka memperlancar penyelenggaraan ke tiga program layanan di atas. Dukungan sistem ini meliputi dua aspek yaitu pemberian layanan dan kegiatan manajemen.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian dengan judul “Upaya Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswi di MTs Mu’allimaat Muhammadiyah Yogyakarta” ini adalah jenis penelitian lapangan (*field research*), yang bersifat deskriptif, yaitu mengumpulkan dan menyusun data, kemudian menganalisis dan menginterpretasikan data⁵⁵. Dikatakan penelitian lapangan karena penelitian ini dilakukan di MTs Mu’allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

⁵⁵ Winarno Surakhmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah: Dasar, Metode, Teknik*, (Bandung: Tarsito, 1998), hlm. 139.

2. Subjek Penelitian

Metode penentuan subjek adalah sumber yang dapat memberi data yang diperlukan dalam penelitian. Subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti.⁵⁶ Adapun subjek dalam penelitian ini adalah:

a. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK yang menjadi subjek penelitian adalah Dian Malahayati, S.Psi selaku Koordinator Bimbingan dan Konseling serta guru bimbingan dan konseling kelas IX, Dwi Susilawati, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling kelas VII, dan Amin Hasanah, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling kelas VIII.

b. Siswi MTs Mu'allimaat Muhammadiyah

Siswi MTs Mu'allimaat Muhammadiyah yang menjadi subjek dalam penelitian ini berjumlah 8 siswi. 4 siswi kelas VII dan 4 siswi kelas VIII, untuk siswi kelas IX tidak menjadi subjek dalam penelitian ini dikarenakan tengah persiapan untuk pelaksanaan Ujian Nasional. Teknik pengambilan sampel berdasarkan *purposive sampling*, yakni berdasarkan kriteria tertentu.⁵⁷ Adapun kriteria siswi yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswi yang pernah mendapatkan layanan bimbingan konseling terkait kepercayaan diri atau mengalami

⁵⁶Suharsimi Arikunto, *Prosedur penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 22.

⁵⁷Noeng Muhadjir, *Metodelogi Penelitian Kualitaif*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1998), hlm. 27.

rendah diri. berdasarkan hasil seleksi, dari sekian siswi yang memenuhi kriteria, terpilih 8 orang secara acak. Penelitian kualitatif umumnya mengambil sampel yang lebih kecil dan pada dasarnya karena alasan efisiensi.⁵⁸. Untuk lebih jelasnya berikut daftar siswi yang menjadi subjek dalam penelitian ini:

Tabel 1
Daftar Subjek Penelitian

No	Nama (inisial)	Kelas	Usia	Alamat
1	S.AA	VII	12	Bengkulu
2	I.O.W	VII	12	Sidoarjo
3	Y.N.Z	VII	12	Wonosobo
4	Z.H.S	VII	12	Temanggung
5	V.I	VIII	13	Gresik
6	S.S	VIII	13	Bandung
7	R.M	VIII	13	Semarang
8	F.T.M	VIII	13	Yogyakarta

Jadi keseluruhan subjek yang menjadi subjek dalam penelitian ini berjumlah 11 orang.

3. Objek Penelitian

Dalam penelitian ini objeknya adalah layanan bimbingan dan konseling yang digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

4. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara-cara yang ditempuh oleh peneliti untuk mendapatkan data-data dan fakta-fakta yang terjadi dan terdapat pada objek maupun subjek penelitian. Adapun metode yang penulis gunakan adalah sebagai berikut:

⁵⁸ Ibid., hlm. 28.

a. Observasi

Observasi berasal dari kata “*observation*” yang berarti pengamatan. Sumber primer yang menghasilkan deskripsi yang khusus tentang apa yang terjadi dari peristiwa-peristiwa atau hasil peristiwa.⁵⁹ Jadi dapat disimpulkan bahwa observasi adalah pengamatan kepada objek secara langsung dan mengadakan pencatatan mengenai hasil pengamatan secara sistematis dalam rangka memperoleh data.

Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi berperanserta (*participant observation*), suatu bentuk observasi yang terdapat keseimbangan antara peneliti menjadi orang dalam dan orang luar, artinya dalam melakukan pengumpulan data peneliti ikut terlibat secara partisipan dalam beberapa kegiatan, tetapi tidak semuanya.⁶⁰

Adapun objek pengamatan dalam penelitian ini adalah cara-cara guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi. Observasi ini dilakukan pada saat pemberian layanan di kelas atau bimbingan kelompok serta pada saat pemberian layanan konseling individu.

b. Wawancara

Wawancara adalah alat untuk pengumpulan data dengan cara mengajukan pertanyaan secara lisan dan untuk dijawab secara lisan

⁵⁹ Komaruddin, *Kamus Istilah Skripsi dan Tesiss*, (Bandung: Aksara & Anggota IKAPI Jabar, Cet IX, 1974), hlm. 65.

⁶⁰ Sugiyono, *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 204.

pula, yaitu kontak langsung dengan tatap muka antara pencari informasi (*interviewer*) dengan sumber informasi (*interviewee*).⁶¹ Metode ini digunakan untuk mendapatkan informasi, keterangan atau penjelasan seputar permasalahan serta untuk mengetahui berbagai hal secara lebih mendalam tentang *interviewee* sebagai sumber informasi, dalam menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi, di mana hal ini tidak ditemukan dalam observasi.

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara bebas terpimpin, yaitu wawancara berdasarkan pertanyaan yang telah dipersiapkan tetapi diserahkan kepada kebijakan *interviewer* (pewawancara).⁶² Bentuk pertanyaan yang diajukan dalam wawancara ini adalah wawancara terbuka, tetapi tema dan alur pembicaraan dibatasi agar pembicaraan tidak melebar ke arah yang tidak perlu.⁶³

Wawancara dilakukan kepada koordinator bimbingan dan konseling, guru bimbingan dan konseling, empat siswi kelas VII dan empat siswi kelas VIII. Wawancara ini dilakukan dalam rangka mendapatkan data berupa gambaran umum tentang upaya-upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi, serta faktor-faktor yang menghambat dan

⁶¹ Muhammad Ali, *Penelitian Kependidikan*, (Bandung: PT. Angkasa, 1987), hlm. 91.

⁶² Sutrisno Hadi, *Metodelogi Research, Jilid II*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2002), hlm. 193.

⁶³ Lexy J. Moleang, *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 187.

mendukung pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data-data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, agenda notulen dan sebagainya yang berkaitan atau relevan dengan tujuan penelitian.⁶⁴ Dokumen-dokumen tersebut dapat digunakan sebagai alat pembuktian dan bahan untuk mendukung suatu keterangan, penjelasan atau argumen.⁶⁵

Dokumen-dokumen yang dikumpulkan antara lain; buku profil MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, brosur penerimaan siswi baru Tahun Pelajaran 20013/2014, sarana dan prasarana di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, struktur bimbingan dan konseling di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, arsip MTs terkait data demografis guru, tenaga pendidik atau karyawan dan profil siswi serta alumni di MTs Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta.

5. Metode Pemeriksaan Keabsahan Data

Agar diperoleh data yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, maka seluruh data yang terkumpul terlebih dahulu dilakukan pemeriksaan keabsahannya. Metode pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan metode triangulasi, yaitu suatu teknik

⁶⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, hlm. 200.

⁶⁵ Komaruddin, *Kamus Istilah Skripsi dan Tesiss*, (Bandung: Aksara & Anggota IKAPI Jabar, Cet IX, 1974), hlm. 33.

pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu, untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut. Dalam penelitian ini digunakan bentuk triangulasi sumber yaitu memanfaatkan sesuatu yang lain dengan membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi hasil data yang diperoleh.⁶⁶

Adapun data yang dicek keabsahannya adalah hasil observasi, dokumentasi, dan wawancara dari guru bimbingan dan konseling serta wawancara dari beberapa siswi.

6. Metode Analisis Data

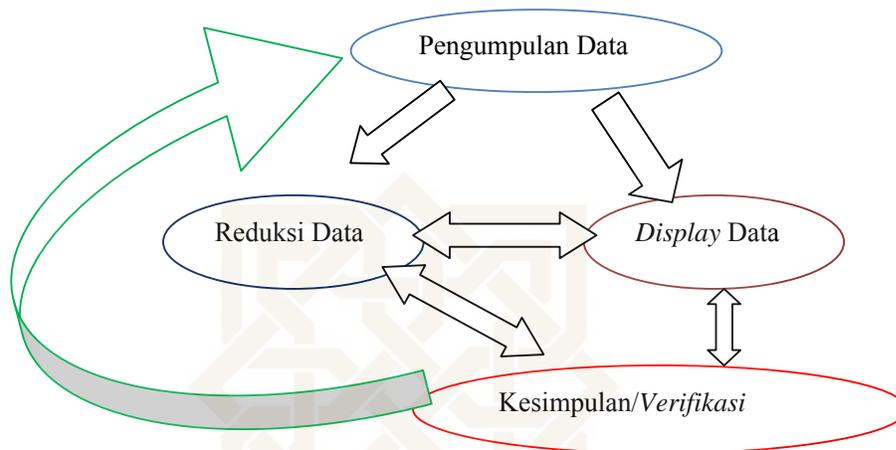
Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesa kerja seperti yang telah disarankan oleh data.⁶⁷ Proses analisis data dilakukan dengan menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Metode analisis data pada penelitian ini mengacu pada analisis data model Miles and Huberman. berikut merupakan gambar tahapan-tahapan beserta teknik analisis data dengan model interaktif yang dikemukakan oleh Miles and Huberman :

⁶⁶ Lexy J. Moleang, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 330.

⁶⁷ *Ibid.*, hlm. 103.

Gambar 1. Komponen-komponen Analisis Data Model Interaktif Miles And Huberman
 (Dikutip dari Sugiyono, hlm. 247)



Teknik analisis data model interaktif menurut Miles and Huberman dalam Sugiyono terdiri atas empat tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, *display* data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.⁶⁸

a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah mengumpulkan data yang berkaitan dengan tujuan dari penelitian yaitu upaya bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi serta faktor penghambat dan faktor pendukung upaya bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi. Pengumpulan data dilakukan sebelum penelitian, pada saat penelitian, dan di akhir penelitian.

b. Data *reduction* (reduksi data)

Reduksi data yaitu merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya dan

⁶⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 247.

membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksikan akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan. Dalam hal ini data yang direduksi adalah data yang diperoleh dari dokumentasi dan wawancara yang telah dilakukan.

c. *Display data* (Penyajian Data)

Penyajian data yaitu dengan melakukan penyajian dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori dan sejenisnya. Dalam penelitian ini berdasarkan data yang terkumpul dan setelah dianalisis, selanjutnya dikategorikan berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun sehingga akan diperoleh kategori data yang jelas.

d. *Conclusion Drawing/ verification*

Merupakan usaha melakukan penarikan kesimpulan berdasarkan data yang disajikan dari penyajian data. Dalam penelitian ini semua data lapangan diolah untuk memunculkan deskripsi tentang upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi. Serta faktor penghambat dan faktor pendukung upaya guru BK.

I. Sistematika Pembahasan

Untuk memberikan kemudahan mengenai gambaran umum skripsi, peneliti perlu mengemukakan sistematika penulisan skripsi, maka akan dibuat sistematikanya sebagai berikut:

Bab pertama merupakan pendahuluan yang meliputi penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan, kegunaan penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab ke dua berisi tentang gambaran umum sekolah yang meliputi letak geografis, sejarah perkembangan, visi, misi dan tujuan MTs, program pengembangan pendidikan MTs, program asrama, data demografis guru dan karyawan, profil siswi dan alumni di MTs, sarana dan prasarana pendidikan, model bimbingan dan konseling.

Bab ke tiga berisi tentang peningkatan kepercayaan diri melalui layanan BK, pola penanganan BK, dan proses penanganan bk terhadap delapan siswi kurang percaya diri

Bab ke empat yaitu penutup yang berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan serta saran dan penutup. Pada bagian akhir terdapat daftar pustaka dan lampiran-lampiran terkait dengan penelitian tersebut.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian tentang upaya bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswi di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa:

Pola penanganan BK terbagi menjadi dua. Yang pertama pola penanganan BK terhadap semua masalah siswi, dengan menggunakan pemberian bimbingan klasikal pada setiap kelas mencakup permasalahan pribadi, belajar, sosial, dan karir. Yang ke dua adalah pola penanganan BK secara khusus untuk siswi yang mengalami rendah diri atau kurang percaya diri melalui empat upaya. Yang didasarkan pada fungsi bimbingan dan konseling yakni fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan. Yang pertama, upaya pemahaman yaitu dengan menanamkan sikap positif kepada siswi agar siswi memiliki cara pandang yang positif terhadap dirinya sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya. Yang ke dua, upaya pencegahan yaitu dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dilengkapi dengan pemberian motivasi dan pemutaran video. Yang ke tiga, upaya pengentasan yaitu dengan pemberian layanan konseling individu pada siswi yang memiliki permasalahan terkait percaya diri, serta pendampingan teman sebaya, dan yang ke empat upaya pemeliharaan dan pengembangan yaitu dengan menyalurkan bakat dan minat

siswi pada kegiatan ekstrakurikuler yang ada di madrasah, dan mengikuti kegiatan *outbond* serta pelatihan keterampilan, bakat dan minat siswi.

Pola khusus yang diberikan kepada delapan siswi yang memiliki permasalahan rendah diri, upaya awal yang dilakukan guru BK melalui pengisian IKMS dan buku pribadi siswi dengan tujuan mengidentifikasi masalah yang dihadapi siswi khususnya masalah pribadi terkait kepercayaan diri siswi. Dari kedelapan siswi yang mengalami permasalahan yang sama yaitu kurang percaya diri, namun penyelesaiannya berbeda seperti menggunakan konseling *realita*, konseling *behavioral*, konseling *rational emotif behavioral*, konseling *trait & factor* dan pemberian motivasi, dari kedelapan siswi yang diberi layanan bimbingan dan konseling mendapatkan hasil yang memuaskan bahwa rasa percaya diri siswi mulai tumbuh terbukti dengan perlombaan-perlombaan yang diikutinya dan dari prestasi yang diraihinya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta ini, ada beberapa saran yang penulis anggap perlu diperhatikan, yaitu:

1. Kepada siswi, siswi hendaknya meningkatkan kepercayaan dirinya, sehingga dalam menjalankan kegiatan sehari-hari tidak mengalami suatu hambatan, serta mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, serta mengikuti kegiatan konseling individu, sebagai usaha peningkatan kepercayaan diri.

2. Kepada guru bimbingan dan konseling, konselor madrasah atau sekolah hendaknya berperan secara aktif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, penempatan kegiatan ekstrakurikuler, pelatihan serta layanan konseling individu.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri, diharapkan agar dapat mengungkap teknik-teknik lain tentang bimbingan dan konseling dan agar mencari subjek penelitian lebih banyak dari penelitian ini.

C. Penutup

Alhamdulillah penyusun panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan KaruniaNya, sehingga penyusun dapat menyelesaikan skripsi ini. Penyusun menyadari bahwa isi dan uraian-uraian masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu masukan, saran, dan kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak sangat penyusun harapkan demi semakin baiknya skripsi ini.

Akhirnya penyusun berharap, mudah-mudahan skripsi ini memberikan manfaat dan kontribusi keilmuan bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai upaya bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri. Terimakasih tidak lupa penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu memberikan informasi maupun membantu dalam penyusunan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelis, Barbara De, *Confidence, Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Agus, Maimun, & Agus Zaenul Fitri, *Madrasah Unggulan Lembaga Pendidikan di Era Kompetitif*, Malang: UIN Malang Press, 2010.
- Arief, Subhan, *Lembaga Pendidikan Islam Indonesia Abad ke-20 Pergumulan antara Modernisasi dan Identitas*, Jakarta: Kencana, 2012.
- Ahmad, Warson Munawir, *Al-Munawir Kamus Arab-Indonesia*, Surabaya: Al- Munawir.
- Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2001.
- Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2011.
- Bimo, Walgito, *Bimbingan dan Konseling (studi & karir)*, Yogyakarta: Andi Offset 2005.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya For Women*, Bogor: Sygma Examedia Arkanleena.
- Dewa, Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*, Surabaya: Usaha Nasional, 1983.
- _____, *Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Bandung: Alfabeta.
- Dewa Ketut Sukardi dan Desak P.E Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Faishol Amir, "Konsep Percaya Diri", <http://konsep-percaya-diri.html>, di akses 9 Februari 2013, Pkl. 15.00 WIB.
- Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling*, Jakarta: Rajawali. 2001.
- Inge, Pudjiastuti Adywibowo, *Memperkuat Kepercayaan Diri Anak Melalui Percakapan Referensial*, Jurnal Pendidikan Penabur - No.15/Tahun ke-9/Desember 2010.
- J. Lexy Moeleang, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996.

- Jurnal Psikologi, “Pengertian Kepercayaan Diri”, [Http:// arti-percaya-diri.html](http://arti-percaya-diri.html), di akses 8 Januari 2013, Pkl. 20.00 WIB.
- Komaruddin, *Kamus Istilah Skripsi dan Tesis*, Bandung: Aksara & Anggota IKKAPI Jabar, Cet IX.
- Lautser, Peter, *Tes Kepribadian*, Jakarta: Bumi Aksara, 1994.
- Muhammad, Ali, *Penelitian Kependidikan*, Bandung: PT. Angkasa, 1987.
- Miklotof Blog, “Aspek-Aspek Percaya Diri” [http://: /Aspek Aspek Percaya Diri_ Miklotof Blog.htm](http://AspekAspekPercayaDiri_MiklotofBlog.htm), di akses 8 Februari 2013, Pkl. 16.00 WIB.
- Mukhsinul, Mubarak, *50 Tips Sukses! Untuk Pengembangan Kepribadian*, Yogyakarta: Paramitra, 2012.
- Noeng, Muhadjir, *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Rake Sarasin, 1998.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2004.
- Prayitno, *Mengatasi Krisis Identitas Profesi Konselor ttt, ttp*, 2008.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pusat Bahasa, 2008.
- Pusat Kurikulum, Balitbang Depdiknas, “Model Pembangan Diri”, [http://Model_Pengembangan_diri.Pdf-Adobe Reader](http://Model_Pengembangan_diri.Pdf-AdobeReader), di akses 8 Februari 2013, Pkl. 16.00 WIB.
- Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 2009.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- Sugiyono, *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitaif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- Suharsimi, Arikunto, *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Sutrisno, Hadi, *Metodelogi Research, Jilid II*, Yogyakarta: Andi Offset, 2002.
- Tina Afiatin & Sri Mulyani Mmartaniah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, Jurusan Psikologi UGM, Nomor 6 Tahun III 1998.

Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali Pres, 2009.

W.J.S, Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1976.

Winarno, Surakhmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah: Dasar, Metode, Teknik*, Bandung: Tarsito, 1998.

WS, Winkel, & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Jakarta: Gramedia, 1987.

Yusuf, Mansur, *Buat Apa Susah ? Segarkan Hidup dengan Percaya*, Bandung: Salamadani, 2008.

