

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian kali ini ditujukan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Pongkok. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif eksperimen yang memiliki tujuan melihat pengaruh dari layanan bimbingan kelompok dengan memberikan perlakuan pada kelompok eksperimen sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Saat akan melakukan penelitian, ada beberapa prosedur yang dilewati. Yang pertama adalah meminta izin kepada Kepala Sekolah beserta guru yang ada di SMAN 1 Pongkok bahwa akan melakukan penelitian di sekolah tersebut apakah diizinkan atau tidak. Setelah berdiskusi dengan guru Bimbingan Konseling di sekolah, akhirnya peneliti dapat menggunakan jam pelajaran BK untuk melakukan perlakuan. Sebelum penelitian dimulai, peneliti menyerahkan surat ijin penelitian dari kampus IAIN Tulungagung sampai diizinkan oleh pihak sekolah. Setelah mendapat izin penelitian, kemudian memberikan angket *pretest* untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa, dari 37 siswa sebanyak 20 siswa memiliki hasil kepercayaan diri sedang dan rendah, sehingga dari 20 siswa tersebut dipilih dan dibagi menjadi 10 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 10 siswa sebagai kelompok kontrol. Kemudian penelitian dilakukan dengan koordinasi guru BK terkait dengan waktu serta materi yang diberikan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Penelitian dilakukan pada tanggal 17 Februari sampai tanggal 25 Juli. Penelitian dimulai dengan memberikan angket *pretest* untuk mengetahui siswa yang memiliki tingkat kesiapan mental rendah, kemudian memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen berupa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan menggunakan pedoman bimbingan kelompok.

### **a. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi**

#### 1) Tahap pertama (pembentukan)

Sebelum layanan dilakukan, siswa kelas X IPA 1 diberi pretest yaitu 37 siswa. Tahap ini memberikan penjelasan tujuan dan rangkaian dari kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi. Kemudian memberikan intruksi cara pengisian instrument angket yang telah tersedia. Pengisian ini dilaksanakan di kelas pada jam Bimbingan Konseling.

Setelah pretest, hasilnya dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat kepercayaan diri siswa. Untuk menentukan subjek penelitian dipilih 20 remaja yang memiliki nilai kepercayaan diri rendah. Pelaksanaan pretest berjalan lancar, siswa bisa mengisinya dengan santai dan tidak terpaksa. Kegiatan ini dilakukan dalam waktu sehari.

#### 2) Tahap kedua (peralihan)

Pada tahap ini peneliti menetapkan 20 siswa yang akan dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Siswa dengan tingkat 10 terendah akan masuk dalam kelompok eksperimen, sedangkan 10 lagi akan masuk kelompok kontrol. Peneliti hanya memberikan treatment kepada kelompok eksperimen dan menggunakan kelompok kontrol sebagai perbandingan.

Peneliti menjelaskan bagaimana layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan kepercayaan diri kepada anggota kelompok. Layanan kali ini dilakukan secara online melalui aplikasi Google Meet dengan link <https://meet.google.com/fzr-mwmx-rud> karena sedang mengalami masa pandemic Covid-19 yang tidak membolehkan untuk berkumpul. Tahap ini mampu berjalan lancar karena anggota sudah bisa memahami tujuan dari layanan, akan tetapi masih ada beberapa anggota yang canggung karena masih pertama kali melakukannya.

### 3) Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan. Anggota akan mulai nyaman dan terbuka pada anggota lain. Di sini anggota mulai berani untuk mengemukakan pendapat, berkomunikasi dengan baik, menanggapi temannya, dan berdiskusi dengan baik. Pada tahap ini pemimpin kelompok atau peneliti memberikan materi kepada anggota yaitu :

- a. Keyakinan Diri dan Optimis
- b. Toleransi dan Ambisi Normal
- c. Mandiri dan Rasa Aman
- d. Tanggung Jawab dan Mudah Penyesuaian

Pada tahap ini anggota kelompok mengungkapkan apa saja hambatan yang membuatnya merasa kurang percaya diri apalagi saat berada di kelas dan diantara teman-temannya. Dalam layanan bimbingan kelompok, mengutamakan membahas beberapa aspek yang bisa meningkatkan kepercayaan diri, diantaranya :

- a. Keyakinan terhadap diri sendiridan Optimis, beberapa siswa awalnya enggan dalam mengungkapkan sebuah pendapat, namun dengan berjalannya waktu siswa mampu membuka diri dan berani untuk menyatakan pendapatnya. Dimana saat ingin berpendapat, siswa takut bahwa pendapatnya nanti akan disalahkan dan tidak diterima oleh anggota. Setiap anggota diminta untuk mmemberikan pendapat optimis itu yang seperti apa dan bagaimana cara menumbuhkan sikap tersebut. Diskusi dilakukan untuk mencari tahu apa yang menjadi penyebab sehingga dapat diperbaiki dalam upaya meningkatka kepercayaan diri.
- b. Toleransi terhadap lingkungannya dan ambisi

Tahap ini bertujuan memberi pemahaman tentang pentingnya toleransi dan ambisi aman terhadap lingkungannya. Anggota diminta untuk menyatakan pendapat mereka tentang apa itu toleransi dan

hubungannya dengan kepercayaan diri. Dari pembahasan ini siswa sudah berani berpendapat bahkan mempraktikkan langsung bagaimana itu toleransi. Seperti siswa diam dan mendengarkan saat anggota lain sedang mengemukakan pendapatnya.

c. Tanggung jawab dengan perbuatannya dan penyesuaian diri

Tahap ini berusaha memberi pengertian tentang bagaimana kita bertanggung jawab dengan apa yang kita perbuat dan bagaimana menyesuaikan diri pada lingkungan baru. Dalam topik ini, beberapa anggota mengungkapkan bahwa sering lalai dengan tanggung jawabnya dan susah menyesuaikan diri pada lingkungan baru. Di sini anggota kelompok belajar bagaimana bertanggung jawab dengan apa yang diucapkan serta dilakukan. Dengan mencontohkan tidak boleh menyalahkan orang lain, berani menerima resiko ketika sudah melakukan kesalahan. Beberapa mengakui bahwa sering acuh terhadap tanggung jawab karena takut. Anggota juga merasa penyesuaian diri dengan lingkungan baru lebih mudah dilakukan daripada rasa tanggung jawab.

Pemimpin kelompok mengajak anggota untuk mendiskusikan bersama bagaimana cara agar kita memberanikan diri bertanggung jawab. Tidak menyalahkan atau melemparkan masalah atau kesalahan pada orang lain. Mereka mulai mengerti dan menyadari.

d. Memahami tentang mandiri dan rasa aman

Tahap ini anggota mendiskusikan apa yang dimaksud dengan mandiri dan rasa aman. Para anggota mencontohkan dengan perilaku yang sering dilakukan yaitu mencontek, itu merupakan bentuk dari tidak percaya pada diri sendiri dan bergantung pada orang lain (tidak

mandiri). Anggota berdiskusi mengenai ini dan mereka mengakui bahwa ketidakpercayaan diri lah yang membuat mereka melakukan mencontek pada teman. Karena mereka tidak percaya bahwa dari diri mereka bisa mengerjakan tugas atau soal yang diberi guru. Sehingga bergantung pada teman yang menurut mereka lebih bisa diandalkan.

Pemimpin kelompok mendiskusikan apakah hal tersebut baik atau buruk untuk dilakukan. Pemimpin kelompok membiarkan mereka untuk mendiskusikan faktor-faktor apa saja yang membuat mereka tidak percaya diri. Di sini anggota diarahkan agar memahami apa dampaknya jika individu tidak memiliki kepercayaan diri yang baik. Sehingga anggota mampu mengoreksi dan mengevaluasi diri masing-masing.

#### 4) Tahap Pengakhiran

Bimbingan Kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri ini diharapkan dapat membantu siswa SMAN 1 Ponggok khususnya kelas X MIPA 1 dalam meningkatkan kepercayaan dirinya. Diharapkan setelah melakukan layanan ini siswa bisa menegrti bagaimana ciri-ciri kepercayaan diri rendah dan bisa mengatasi masalah kepercayaan diri yang dihadapinya kelak. Di tahap ini terdapat dua kegiatan, evaluasi dan follow up. Tahap ini adalah tahap penutup dari kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan sudah tercapainya penyelesaian masalah oleh anggota kelompok.

Pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada setiap anggota untuk menyampaikan pendapat beserta saran untuk layanan bimbingan kelompok. Selang dua minggu kemudian peneliti memberikan angket *postest*

untuk melihat apakah bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

## 2. Hasil Uji Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMAN 1 Ponggok

Efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa bisa dilihat dari hasil *N-Gain Score* pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilihat dari *post test* dan *pre test*.

Dalam penelitian ini peneliti memberikan hipotesis sebagai berikut :

$H_0$  = Bimbingan Kelompok teknik Diskusi tidak efektif atau berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Ponggok

$H_a$  = Bimbingan kelompok teknik diskusi efektif atau berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 1 Ponggok.

### a. Hasil Pengujian Hipotesis

**Tabel 4.1**  
hasil pengujian hipotesis

Group Statistics					
	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai Postest	Kelompok Eksperimen	10	209.80	17.894	5.658
	Kelompok Kontrol	10	180.80	8.892	2.812

Berdasarkan tabel di atas. Diketahui jumlah dari kelompok eksperimen sebanyak 10 siswa dan kelompok kontrol 10 siswa. Nilai rata-rata hasil bimbingan kelompok teknik diskusi untuk kelompok eksperimen adalah 209,80 sementara untuk kelompok kontrol adalah 180,80. Dengan demikian dapat disimpulkan adanya perbedaan dari rata-rata hasil dari *post-test* kepercayaan diri siswa.

### b. Uji T

Dari hasil uji T *Independnet t Test* untuk kelompok eksperimen terhadap kepercayaan diri siswa SMAN 1 Ponggok mendapat hasil sebagai berikut :

**Tabel 4.2**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai Posttest	Kelompok Eksperimen	10	209.80	17.894	5.658
	Kelompok Kontrol	10	180.80	8.892	2.812

Hasil dari data di atas dari kedua kelompok, eksperimen dan kontrol. Untuk nilai kelompok eksperimen rata-rata sebesar 209,80 dan kelompok kontrol 180,80. Dengan jumlah sampel 20 siswa. Secara deskriptif ada perbedaan antara kelompok eksperimen yang telah diberi layanan dan kelompok kontrol yang tidak diberi layanan.

**. Tabel 4.3  
Independent Sample Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Nilai Posttest	3.151	.093	4.590	18	.000	29.000	6.319	15.725	42.275	
Posttest			4.590	13.190	.000	29.000	6.319	15.369	42.631	

Berdasarkan analisa uji-t terhadap layanan bimbingan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri. Dilihat dari hasil tabel analisis di atas diketahui bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $4,590 > t_{tabel}$  sebesar 3,151 dengan signifikan 0,00. Nilai signifikan menunjukkan  $0,00 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak. Diketahui bahwa nilai mean dari kelompok eksperimen sebesar 209,80 lebih besar dari pada kelas kontrol yaitu 180,80 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh layanan bimbingan

kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 1 Ponggok.

**c. Uji N Gain**

Berdasarkan hasil penelitian di atas  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Hal tersebut membuktikan bahwa adanya pengaruh terhadap siswa yang diberikan perlakuan bimbingan kelompok teknik diskusi. Hal tersebut dapat diketahui melalui nilai hasil rata-rata *post test* untuk kelompok eksperimen 209,80 sementara kelompok kontrol memiliki nilai rata-rata sebesar 180,80 maka dapat disimpulkan bahwa metode bimbingan kelompok berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Ponggok.

**Tabel 4.4**

**Descriptives**

	Kelas	Statistic	Std. Error
NGain_Persen	Mean	154.1111	1311.15910
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	-2811.9368	
	Upper Bound	3120.1591	
	5% Trimmed Mean	465.6790	
	Median	780.5556	
	Variance	17191381.975	
	Std. Deviation	4146.24915	
	Minimum	-10400.00	
	Maximum	5100.00	
	Range	15500.00	
	Interquartile Range	3268.75	
	Skewness	-1.972	.687
	Kurtosis	5.357	1.334
Kontrol	Mean	8.8966	1.84423
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	4.7247	
	Upper Bound	13.0686	
	5% Trimmed Mean	8.7260	
	Median	7.9917	
	Variance	34.012	
	Std. Deviation	5.83198	
	Minimum	2.04	

Maximum	18.82	
Range	16.78	
Interquartile Range	11.42	
Skewness	.487	.687
Kurtosis	-.952	1.334

**Tabel 4.5**  
**Hasil Perhitungan Uji N-gain Score**

No	Kelompok Eksperimen	No	Kelompok Kontrol
	N-Gain Score		N-Gain Score
1	370,00	1	2,67
2	10400,00	2	6,17
3	5100,00	3	8,54
4	950,00	4	18,82
5	2575,00	5	10,23
6	400,00	6	16,13
7	800,00	7	13,83
8	3200,00	8	7,45
9	1225,00	9	3.09
10	761,11	10	2,04
Rata-rata	154,111	Rata-rata	8,8966
Minimal	104,00	Minimal	2.04
Maksimal	5100,00	Maksimal	18,82

Dari hasil perhitungan uji *N-Gain Score* di atas diketahui bahwa nilai *N-Gain Score* untuk kelompok eksperimen 154% masuk dalam kategori efektif. Nilai *N-Gain Score* minimal 104% dan maksimal 5100%.

## **B. Pembahasan**

### **1. Gambaran Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMAN 1 Ponggok**

Pada usia remaja pada umumnya siswa sedang mencari jati diri, mencari lingkungan yang cocok dengannya, mencari teman yang satu frekuensi, karena remaja merupakan usia transisi dari anak-anak ke dewasa membuat mereka harus mampu mempersepsikan diri untuk menyesuaikan dengan tuntutan di lingkungannya kelak hal ini merupakan penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti menimbulkan motivasi dalam diri untuk lebih bisa menghargai dirinya. Keyakinan individu terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan dari hidupnya. Kepercayaan diri adalah faktor sangat penting bagi siswa, karena sikap percaya diri membuat individu merasa optimis dan bisa untuk melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya. Seperti yang dikatakan oleh Lauster, kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan kemampuan diri sendiri hingga dalam tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dengan orang lain. Dalam pengamatan peneliti, siswa SMAN 1 Ponggok kelas X yang tidak memahami dan memiliki kepercayaan diri rendah lebih memilih untuk berdiam di kelas dan cenderung menjadi tidak aktif serta meragukan akan kemampuan yang dia miliki. Siswa merasa takut untuk mengemukakan pendapat dan ragu semisal yang dia yakini atau pahami berbeda dengan orang lain.

Maka dari itu peneliti memberikan treatment layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan mengambil sampel 20 siswa, 10 siswa terendah akan dimasukkan dalam kelompok eksperimen dan 10 siswa lainnya akan dimasukkan dalam kelompok kontrol. Dari kebutuhan siswa dalam skala kepercayaan diri, peneliti atau pemimpin kelompok memberikan informasi dan motivasi kepada anggota kelompok agar memberanikan diri memberi pendapat maupun tanggapan dalam layanan

bimbingan kelompok. Diawali dengan bimbingan kelompok siswa akan bisa mempraktikkan tindakan yang membuatnya percaya diri. Seperti berpendapat, memberi tanggapan, bertanya, menerima pendapat orang lain. Menurut Prayitno, Bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Dengan demikian bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok agar bisa mencapai tujuan tertentu (Rahmat Dede, 2014).

## **2. Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMAN 1 Ponggok**

Bimbingan kelompok teknik diskusi merupakan layanan bantuan kepada siswa atau konseli yang mengalami masalah mengenai kepercayaan diri yang rendah. Hal ini sangat sesuai dengan tujuan dari penelitian yang menggunakan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sehingga mampu berkembang dalam lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat.

Berdasarkan hasil dari uji *Independent Test* pada intensitas kepercayaan diri kelompok eksperimen dan kontrol didapatkan nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $4,590 > t_{tabel}$  sebesar  $3,151$  dengan signifikan  $0,00$ . Nilai sig menunjukkan  $0,00 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak. Dan diketahui bahwa nilai mean dari kelompok eksperimen sebesar  $209,80$  lebih besar dari pada kelas kontrol yaitu  $180,80$  sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 1 Ponggok.

Dengan dilakukan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kepada kelompok eksperimen diharapkan mampu mencaai tujuan dari bimbingan kelompok teknik diskusi yaitu membantu anggota untuk dapat mengetahui apa itu kepercayaan diri dan bagaimana cara meningkatkannya.

Dalam pegamatan peneliti, remaja yang tidak memahami dan memiliki kepercayaan diri rendah lebih memilih untuk berdiam di kelas

dan cenderung menjadi tidak aktif serta meragukan akan kemampuan yang dia miliki. Maka dari itu peneliti memberikan treatment layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan mengambil sampel 20 siswa, 10 siswa terendah akan dimasukkan dalam kelompok eksperimen dan 10 siswa lainnya akan dimasukkan dalam kelompok kontrol.

Pemberian layanan ini membantu individu mencapai perilaku positif. Di sini peneliti atau pemimpin kelompok memberi kebebasan kepada masing-masing anggota untuk merencanakan perilaku baru yang akan dilakukan setelah melalui layanan. Dengan begitu anggota dapat mempraktikkan dan menambah pandangan mereka mengenai pentingnya percaya diri, anggota mampu bertanggung jawab dengan apa yang sudah dipilihnya, percaya bahwa dirinya mampu dan bisa.

Untuk melihat perkembangan anggota kelompok setelah mendapatkan layanan, peneliti melakukan review terhadap layanan yang sudah dilakukan. Review dilakukan untuk melihat apa yang sudah dibahas dan diperoleh dari layanan. Anggota kelompok dapat menyadari bila mereka bisa meningkatkan kepercayaan diri mereka seperti, berani menjawab saat ditanya guru, berani mengemukakan pendapat, mengerjakan tugas atau ujian sendiri tidak mencontek dll itu akan membuat mereka menjadi pribadi yang positif dan mampu mempersiapkan di lingkungan berikutnya.

Bimbingan kelompok teknik diskusi yang dilakukan peneliti mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa merupakan suatu hidayah dari Allah SWT kepada manusia melalui penlis dan teersebut. Dan sudah pernah ditegaskan dalam Al Qur'an tentang percaya diri

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ

إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Artinya : Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang yang beriman (Ali Imran:139)*

Dari ayat di atas bisa dilihat bahwa orang yang percaya diri dalam Al Qur'an disebut orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang istiqomah.

Dapat disimpulkan dari hasil di atas, bahwa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi ini efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri, teknik diskusi diperlukan oleh siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri dalam melalui kejadian ataupun masalah. Siswa atau individu yang mempunyai kepercayaan diri tinggi, lebih bisa mempercayai kemampuannya dan tidak takut dalam menghadapi masalah. Siswa yang berani mengungkapkan pendapat pada saat di kelas maupun saat bertugas bisa dibidang mempunyai kepercayaan diri yang lebih tinggi dari lainnya. Hal ini disebabkan karena dirinya yang mampu mempercayai diri dan kemampuannya.

### **C. Keterbatasan Peneliti**

Dalam pelaksanaan penelitian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dan hasil dari olah data di atas, dapat disimpulkan efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Ponggok. Tentunya peneliti berupaya agar hasil dari penelitian ini dapat maksimal dan sesuai dengan prosedur penelitian yang ada. Pasti masih ada beberapa keterbatasan hingga ada hal yang tidak bisa tercapai dalam penelitian ini, antara lain:

1. Dalam penelitian ini, peneliti memiliki kesulitan karena terjadinya wabah COVID-19, sehingga kegiatan belajar mengajar diberhentikan sementara sampai batas yang belum ditentukan.
2. Saat diberlakukannya layanan secara daring, siswa sedikit kesulitan dalam jaringan karena sering terputus-putus.
3. Keterbatasan peneliti saat menggunakan angket yang mungkin bisa jadi jawaban dari responden tidak menunjukkan keadaan yang sesungguhnya.