

Konseling Individual Dengan Pendekatan Realita Dalam Mengembangkan Sikap Percaya Diri Siswa SMP Negeri 8 Denpasar

Irfan Ramdhoni , Putu Agus Semara Putra Giri

Universitas PGRI Mahadewa Indonesia

Alamat: Jl. Seroja No. 57, Denpasar, Bali

Korespondensi penulis: bangirfan221199@gmail.com

Abstract. *The aim of this research is to find out that Individual Counseling with a Reality Approach can Develop Self-Confidence in Students at SMP Negeri 8 Denpasar. This research was planned for 2 cycles, each cycle with 1 meeting. This research uses a cyclical classroom action research design. This effort is made to foster students' courage and enthusiasm because essentially a feeling of lack of self-confidence is born because of feelings of fear, whether it is fear of failure or because they are not confident in their abilities and all of this is the influence of the wrong mindset. The results of the research show that the results of services for students at SMP Negeri 8 Denpasar in cycle I to increase self-confidence using the Behavior Contract obtained an average score for cycle I of 68.0 with the highest score being 90, there were 4 people and the lowest score was 70, there were 11 people. Meanwhile, in cycle II, the average score for cycle II was 79.0, with the highest score being 90, there were 7 people and the lowest score was 70, there were 8 people. Students who did not complete both in cycle I and cycle II were the same students, this was because these students basically had no intention of learning. Based on data on student learning outcomes from cycle I and cycle II, it showed that there was an increase in student learning outcomes at SMP Negeri 8 Denpasar shows the results of increasing compliance with self-confidence using Behavioral Contracts. Individual Counseling with a Reality Approach can Increase the Self-Confidence of Students at SMP Negeri 8 Denpasar.*

Keywords: *Individual Counseling, Self-Confidence, SMP Negeri 8 Denpasar.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui Konseling Individual dengan Pendekatan Realita dapat Mengembangkan Sikap Percaya Diri Siswa SMP Negeri 8 Denpasar. Penelitian ini direncanakan sebanyak 2 siklus masing – masing siklus 1 kali pertemuan. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas dengan Siklus. Upaya ini dilakukan guna memupuk keberanian dan semangat peserta didik karena pada hakikatnya rasa tidak percaya diri lahir karena adanya perasaan takut baik itu takut karena kegagalan atau karena tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki dan kesemuanya itu merupakan pengaruh dari pola pikir yang salah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil layanan siswa SMP Negeri 8 Denpasar pada siklus 1 untuk meningkatkan kepercayaan diri menggunakan Kontrak Perilaku diperoleh nilai rata – rata siklus 1 sebesar 68,0 dengan nilai tertinggi adalah 90 terdapat 4 orang dan nilai terendah adalah 70 terdapat 11 orang. Sedangkan pada siklus II untuk diperoleh nilai rata – rata siklus II sebesar 79,0 dengan nilai tertinggi adalah 90 terdapat 7 orang dan nilai terendah adalah 70 terdapat 8 orang. Siswa yang tidak tuntas baik pada siklus I maupun pada siklus II adalah siswa yang sama, ini disebabkan siswa tersebut pada dasarnya tidak ada niat untuk belajar. Berdasarkan data hasil belajar siswa dari siklus I dan siklus II menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa SMP Negeri 8 Denpasar menunjukkan hasil meningkatkan ketaatan terhadap kepercayaan diri menggunakan Kontrak Perilaku. Konseling Individual dengan Pendekatan Realita dapat Meningkatkan Sikap Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri 8 Denpasar.

Kata Kunci: Konseling Individual, Percaya Diri, SMP Negeri 8 Denpasar.

LATAR BELAKANG

Pendidikan sejatinya diselenggarakan dengan tujuan untuk membentuk sikap dan kepribadian seseorang. Salah satu sikap yang dibentuk dan diharapkan dapat dikembangkan oleh siswa adalah sikap percaya diri. Dalam proses kegiatan pembelajaran sikap percaya diri

perlu ditumbuhkan dalam setiap pribadi siswa. Hal ini karena rasa percaya diri akan dapat menjadikan setiap individu menjadi pribadi yang tangguh, komunikatif dan aktif bersosialisasi di tengah-tengah masyarakat (Mulyadi, 2010:123).

Percaya diri menjadi sikap positif yang perlu dimiliki seseorang yang dapat digunakan untuk mengembangkan penilaian baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sekitar. Rasa percaya diri juga menjadi kunci bagi seseorang untuk dapat meraih kesuksesan. Ini karena kepribadian dan kemampuan kita dalam bersosialisasi juga tidak lepas dari pengaruh rasa percaya itu sendiri.

Begitupun sebaliknya, anak yang memiliki rasa ketidakpercayaan diri dalam dirinya justru akan terhambat perkembangan juga kemampuannya dalam mengeksplorasi diri sehingga berpengaruh pada tumbuh kembangnya yang kurang optimal. Beberapa ciri-ciri yang sering dialami peserta didik terkait rasa tidak percaya diri antara lain susah bicara, gagap, gugup dan introvert yang sering berpengaruh pada kecemasan dan pola pikir mereka (Ahmad, 2008:91). Ketidakpercayaan tersebut di latar belakang oleh berbagai faktor bisa karena faktor internal seperti cara pengajaran yang kurang tepat pada peserta didik atau bisa dari faktor internal dalam diri peserta didik tersebut.

Inilah fungsinya konseling individual yang bertujuan membantu seseorang memecahkan masalah pribadinya baik sosial maupun emosional yang dialaminya. Konseling juga memberikan bantuan kepada individu untuk dapat mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap dan tingkah laku. Konseling menjadi sarana penting dalam proses bimbingan dan menjadi teknik standar serta tugas pokok seorang konselor dalam lingkup pendidikan (Achmad, 2012:11). Dalam ranah pendidikan, layanan konseling individual ini sangat diperlukan agar siswa-siswi dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan maksimal.

Dengan layanan konseling individual tersebut diharapkan semua siswa- siswi memperoleh hak dan kesempatan yang sama untuk dapat mengembangkan potensi dalam diri mereka dan tumbuh menjadi pribadi yang baik. Selain itu program konseling individual ini juga menjadi sarana bagi seseorang untuk dapat menyatukan kemampuan dengan apa yang diharapkannya (Hallen, 2002:39).

SMP Negeri 8 Denpasar adalah salah satu lembaga pendidikan yang menerapkan layanan bimbingan konseling salah satu unsur penting di sekolah guna mencapai tujuan pendidikan nasional sehingga siswa yang dapat mengembangkan kepribadiannya secara baik dan optimal.

Meskipun telah terdapat guru bimbingan konseling yang bertugas mengontrol dan memecahkan masalah yang dihadapi para siswa, akan tetapi persoalan pada masalah sikap percaya diri tersebut belum sepenuhnya bisa teratasi dengan baik, hal tersebut justru berdampak pada aktivitas belajar siswa. Selama melakukan pengamatan, peneliti menemukan 5 orang siswa saat proses belajar berlangsung ia terlihat kurang aktif dan kurang percaya diri. Hal ini tentu dapat menghambat perkembangan proses belajarnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Konseling Individual Dengan Pendekatan Realita Dalam Mengembangkan Sikap Percaya Diri Siswa SMP Negeri 8 Denpasar”**

KAJIAN TEORITIS

A. Konseling Individual

Konseling individual yaitu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif (Willis, 2004: 35). Adapun tujuan dari konseling individual adalah untuk menumbuhkan, mengembangkan, dan membantu individu yang membutuhkannya (Willis, 2004:2). Dengan adanya tujuan konseling dapat menumbuhkan, mengembangkan, dan membantu individu diharapkan individu dapat menyelesaikan semua masalah yang dihadapi.

a. Konsep Dasar

Terapi Realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada konseli, yang dapat dilakukan oleh guru atau konselor di sekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian/kesehatan mental konseli secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada konseli yang bersangkutan. Terapi Realitas lebih menekankan masa kini, maka dalam memberikan bantuan tidak perlu melacak sejauh mungkin pada masa lalunya, sehingga yang paling dipentingkan adalah bagaimana konseli dapat memperoleh kesuksesan pada masa yang akan datang. Pandangan manusia menurut Latipun (2006: 154 – 155) yaitu:

- (1) Perilaku manusia didorong oleh usaha untuk menemukan kebutuhan dasarnya baik fisiologis maupun psikologis.
- (2) Jika individu frustrasi karena gagal memperoleh kepuasan atas tidak terpenuhi kebutuhan-kebutuhannya dia akan mengembangkan identitas kegagalan. Sebaliknya jika berhasil

memperoleh kepuasan dalam memenuhi kebutuhannya maka akan mengembangkan identitas keberhasilan.

(3) Individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengubah identitasnya dari identitas kegagalan ke identitas keberhasilan. Individu yang bersangkutan adalah pihak yang mampu mengubah dirinya sendiri.

(4) Faktor tanggung jawab adalah sangat penting pada manusia. Orang yang berusaha memperoleh kepuasan mencapai sukses identity menunjukkan perilaku yang bertanggung jawab.

(5) Faktor penilaian individu tentang dirinya sangat penting untuk menentukan apakah dirinya termasuk memiliki identitas keberhasilan atau kegagalan.

Keberhasilan individu dalam memenuhi kebutuhan dasarnya memberikan identitas berhasil pada dirinya, sedangkan kegagalan akan pemenuhan kebutuhan dasar menyebabkan individu mengembangkan identitas gagal.

b. Teknik-teknik dalam Konseling Realita

Teknik-teknik dalam konseling Realita menurut Corey (2007: 277- 278) adalah sebagai berikut:

1) Menggunakan role playing dengan konseli Klien melakukan peran sebagai seseorang yang berbeda dengan kenyataan pada dirinya, misalnya klien berperan sebagai seorang guru yang sedang membimbing muridnya.

2) Menggunakan humor yang mendorong suasana yang segar dan relaks Konselor dalam melakukan konseling memasukkan perkataan maupun cerita-cerita yang humoris yang dapat menyegarkan suasana pada saat melakukan treatment dengan klien.

3) Mengkonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun. Tidak menjanjikan kepada konseli maaf apapun, karena terlebih dahulu diadakan perjanjian untuk melakukan perilaku tertentu yang sesuai dengan keberadaan klien.

4) Membantu klien dalam merumuskan rencanarencana yang spesifik bagi tindakan. Konselor membantu klien dalam membuat rencana dan bentuk-bentuk perilaku yang akan dilakukannya sebagai bagian dari treatment.

5) Membuat model-model peranan terapis sebagai guru yang lebih bersifat mendidik. Konselor membantu klien dengan membuat model peranan sebagai guru yang bersifat mendidik.

6) Membuat batas-batas yang tegas dari struktur dan situasi terapinya Batas-batas ini diberikan oleh konselor dapat berupa jadwal, bentuk kegiatan konseling, kapan waktu dan situasi yang tepat dalam mengadakan pertemuan dengan klien.

7) Menggunakan terapi kejutan verbal atau ejekan yang pantas untuk mengkonfrontasikan konseli dengan perilakunya yang tak pantas. Konselor dapat menegur klien dengan menggunakan kalimat penekanan yang agak kasar dan bersifat stressing agar klien memahami dan sadar terhadap sikap dan perilakunya yang kurang realistis.

8) Ikut terlibat mencari hidup yang lebih efektif. Konselor membantu klien dengan cara ikut merencanakan model belajar maupun bentuk sikap dan perilaku yang tepat yang akan digunakan sebagai treatment untuk mengatasi masalah klien.

9) Menolong konseli untuk merumuskan perilaku tertentu yang akan dilakukannya.

B. Percaya Diri

Percaya diri berasal dari kata *self confident* yang memiliki arti percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian yang ada pada diri sendiri. sederhananya percaya diri merupakan bentuk keyakinan seseorang pada segala hal baik itu kelebihan yang dimiliki oleh orang tersebut dan keyakinan yang membuatnya merasa mampu untuk mencapai suatu tujuan hidup.

Kepercayaan seseorang pada dirinya sendiri ataupun kepercayaan yang didapat dari orang lain sangat berguna bagi perkembangan kepribadian seseorang (Lina & Klara : 2010). Seseorang yang percaya diri dapat bertindak tegas dan tidak takut gagal. Kegagalan dianggap sebagai sebuah pengalaman yang berguna untuk menunjang masa depannya dan memiliki sikap optimis, kreatif dan memiliki harga diri (Metia : 2011).

Percaya diri dinilai sebagai kemampuan diri yang memadai dan menyadari kemampuan tersebut serta menggunakannya dengan tepat (Agung : 2004). Percaya diri menjadi sikap positif untuk mengembangkan penilaian yang baik terhadap diri seseorang maupun lingkungan sekitar. Meski demikian, hal ini tidak berarti seseorang tersebut dapat berkompeten di semua bidang, tetapi rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya mengacu pada adanya faktor dari kehidupan individu tersebut yang mana ia merasa berkompeten karena didukung oleh pengalaman, potensi, prestasi dan harapan yang realistis pada dirinya. Percaya diri menjadi aspek kepribadian yang penting bagi seseorang. Mereka yang percaya diri memiliki harapan yang realistis dan berfikir positif atas segala konsekuensi yang mungkin terjadi (Triyono : 2014).

Dari penjelasan di atas maka dapat kita simpulkan bahwa pengembangan sikap percaya diri adalah proses mengembangkan kemampuan seseorang agar dapat mewujudkan tujuan hidupnya. Percaya diri pada peserta didik adalah membentuk karakter percaya diri dalam diri mereka agar memiliki rasa yakin dan percaya bahwa mereka dapat melakukan suatu hal dan mencapai apa yang mereka ingin capai dalam hidup mereka.

C. Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Rendah melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Realitas

Konseling individual merupakan salah satu layanan yang dapat membantu siswa dalam mengarahkan dirinya dalam melaksanakan tugas tugas perkembangannya dan permasalahan yang muncul dalam kehidupannya dan yang sering muncul dalam kegiatan belajarnya yaitu siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri. Kurangnya kepercayaan diri menunjukkan adanya kepribadian menyimpang yang ditunjukkan pada siswa yang mengalami kesulitan belajar maupun menentukan karirnya. Kepercayaan diri merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri sangatlah diperlukan siswa dalam mencapai tujuan belajar diantaranya yaitu untuk memperoleh prestasi belajar atau hasil belajar yang memenuhi tujuan dari belajar kedepannya.

Sikap Kepercayaan diri yang rendah dapat muncul karena adanya faktor internal dari dalam diri siswa sendiri maupun faktor yang berasal dari luar. Adanya gejala kurangnya kepercayaan siswa antara lain, malas dalam menerima pelajaran di kelas, malas mencatat materi dari guru, kurang konsentrasi apabila guru menjelaskan materi, kurang memperhatikan penjelasan guru, melamun, bercanda sendiri dengan temannya apabila guru sedang menyampaikan pelajaran, maka akan membawa dampak bagi perkembangan belajar berikutnya. Dengan adanya kepercayaan diri yang rendah, siswa akan mengalami hambatan untuk mencapai perkembangan dirinya secara optimal dalam mencapai tujuan utama belajar maupun karir. Apabila kondisi tersebut dibiarkan terus menerus, dimungkinkan akan dapat mengganggu perkembangan kepribadian, sikap dan perilaku siswa itu sendiri.

Melalui kegiatan konseling realita yang menggunakan tiga prinsip dasar yaitu right, responsibility dan reality serta adanya berbagai teknik yang mendukung kegiatan konseling maka dimungkinkan akan dapat membantu masalah siswa yang berkaitan dengan kepercayaan diri yang kurang. Dalam konseling realitas, bentuk perilaku yang muncul dapatlah dijadikan pelampiasan siswa dalam menghadapi masalah yang dialami. Melalui kegiatan konseling

realitas ini diharapkan siswa akan mampu untuk dapat memahami dan menentukan berbagai kebutuhan dasar yang harus mereka penuhi sesuai dengan tingkat perkembangan yang ada pada dirinya sendiri secara nyata dan realistis sesuai dengan tiga prinsip dasar.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang dipilih oleh peneliti adalah Penelitian Tindakan Kelas. Peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif persentase, dalam penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok serta pemilihan sampel dipilih secara acak (Sugiyono, 2010). Bentuk *pre-experimental design* yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest*. Desain penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui perbandingan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan tertentu pada kelompok sampel yang sama. Pada awal penelitian, dilakukan pengukuran kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa sebagai subjek penelitian berupa konseling Individual. Kemudian akan diberikan perlakuan atau *treatment* dan dilakukan pengukuran kembali mengenai kebiasaan siswa dengan menggunakan alat ukur yang sama.

Populasi dan Sampel

Populasi dapat diartikan sebagai subjek penelitian yang dilihat secara keseluruhan. Bungin dalam Fredik & Dewi (2018) menjelaskan bahwa populasi merupakan sasaran dalam penelitian, dapat diartikan pula dengan serumpunan atau kelompok objek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah 23 Siswa SMPN 8 Denpasar kelas 9. Sampel adalah jumlah responden yang diambil dari bagian populasi Sugiyono (2016). Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *nonprobability* sampling. Menurut Sugiyono (2013:122) “*nonprobability* sampling adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel.”

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur suatu fenomena yang sedang terjadi baik fenomena alam maupun sosial (Sugiyono, 2014). Penelitian ini dilaksanakan selama 2 bulan yaitu pada bulan April sampai dengan Mei 2024. Penelitian ini pada materi Materi Mengenal Diri Sendiri dan Minat Bakat. Penelitian ini direncanakan

sebanyak 2 siklus masing – masing siklus 1 kali pertemuan. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas dengan Siklus.

Pengumpulan dan Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentase untuk mengetahui gambaran tingkat sikap percaya diri siswa sebelum (test) dan sesudah (post test) diberi perlakuan berupa Konseling Individual dengan Pendekatan Realita simbolik.

Tabel 1.1 Kriteria Penilaian Tingkat sikap kepercayaan diri

Interval	Kriteria
85% - 100 %	Sangat Tinggi
70% - 85%	Tinggi
55% - 70%	Sedang
40% - 55%	Rendah
25% - 40%	Sangat rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang dilakukan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian yang diperlukan untuk mencapai tujuan, kegunaan dan menjawab masalah yang diteliti. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK) atau Class Action Research (CAR).

Penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang dilakukan oleh guru untuk memperbaiki proses pembelajaran di kelas dengan jalan merefleksikan hasil pengamatan yang didapatkan selama penelitian ke dalam bentuk tindakan. Aqib (2006: 13) menyatakan bahwa “Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas.”

Sajian Data

1. Kondisi Awal

a. Persiapan

Berdasarkan pada tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kondisi sikap percaya diri siswa sebelum diberi Konseling Individual dengan Pendekatan Realita, maka diberikan test kepada siswa sebelum pemberian treatment.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan dilaksanakan pada hari Kamis 01 Mei 2024 dari pukul 07.00-09.00 WITA. Kegiatan layanan yang dilakukan terdiri dari tiga tahap yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Waktu yang dialokasikan untuk kegiatan pendahuluan adalah 10 menit, sedangkan alokasi waktu untuk kegiatan inti adalah 90 menit dan alokasi kegiatan penutup sebesar 20 menit.

Pada kegiatan pendahuluan, guru melakukan tiga kegiatan, yaitu (1) menyapa dan mengecek kehadiran siswa, (2) melakukan ice breaking berupa menyanyi, (3) menggali pengetahuan siswa dan mengaitkan dengan materi pelajaran yang akan diajarkan selanjutnya. Kegiatan ice breaking yang dilakukan guru. Dari hasil test diperoleh gambaran secara keseluruhan tingkat sikap kepercayaan diri siswa disekolah berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 66,25%.

Nilai 66,25% jika ditinjau dari tabel kriteria tingkat Kepercayaan Diri yang disebutkan pada bab III masuk ke dalam kategori sedang. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa yang ditinjau dari aspek pemahaman tentang peraturan yang berlaku, sikap mental yang baik, serta kesungguhan berada dalam kondisi yang cukup baik.

c. Refleksi

Sebelum diberikan Konseling Individual dengan Pendekatan Realita simbolik dari 23 siswa kelas IX SMPN 8 Denpasar terdapat 4 siswa (17,4%) memiliki kategori tinggi dan 19 siswa (82,6%) memiliki kategori sedang dalam hal Kepercayaan Diri. Tidak ditemukan adanya siswa yang memiliki tingkat Kepercayaan Diri dalam kategori sangat tinggi, rendah dan sangat rendah.

2. Deskripsi Siklus I

a. Persiapan

Berdasarkan pada tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kondisi sikap kepercayaan diri siswa sebelum diberi Konseling Individual dengan Pendekatan Realita, maka diberikan test kepada siswa sebelum pemberian treatment.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan dilaksanakan pada hari Kamis 02 Mei 2024 dari pukul 07.00-09.00 WIB. Kegiatan layanan yang dilakukan terdiri dari tiga tahap yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Waktu yang dialokasikan untuk kegiatan pendahuluan adalah 10 menit, sedangkan alokasi waktu untuk kegiatan inti adalah 90 menit dan alokasi kegiatan penutup sebesar 20 menit.

Pada kegiatan pendahuluan, guru melakukan tiga kegiatan, yaitu (1) menyapa dan mengecek kehadiran siswa, (2) melakukan icebreaking berupa menyanyi, (3) menggali pengetahuan siswa dan mengaitkan dengan materi pelajaran yang akan diajarkan selanjutnya. Kegiatan icebreaking yang dilakukan guru. Dari hasil test diperoleh gambaran secara keseluruhan sikap kepercayaan diri siswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 66,25%. Nilai 66,25% jika ditinjau dari tabel kriteria sikap kepercayaan diri yang disebutkan masuk ke dalam kategori sedang. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa yang ditinjau dari aspek pemahaman tentang peraturan yang berlaku, sikap mental yang baik, serta kesungguhan berada dalam kondisi yang cukup baik.

c. Refleksi

Sebelum diberikan Konseling Individual dengan Pendekatan Realita simbolik dari 23 siswa kelas IX SMP Negeri 8 Denpasar terdapat 4 siswa (17,4%) memiliki kategori Sangat tinggi dan 6 siswa (26,1%) memiliki kategori Tinggi serta 13 siswa (56,5%) sedang dalam hal kepercayaan diri. Tidak ditemukan adanya siswa yang memiliki tingkat Kepercayaan diri dalam kategori rendah dan sangat rendah.

3. Deskripsi Siklus II

a. Persiapan

Berdasarkan hasil siklus I, pada tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kondisi kepercayaan diri siswa sebelum diberi Konseling Individual dengan Pendekatan Realita, maka diberikan test kepada siswa sebelum pemberian treatment.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan dilaksanakan pada hari Kamis 07 Mei 2024 dari pukul 07.00-09.00 WIB. Kegiatan layanan yang dilakukan terdiri dari tiga tahap yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Waktu yang dialokasikan untuk kegiatan pendahuluan adalah 10 menit, sedangkan alokasi waktu untuk kegiatan inti adalah 90 menit dan alokasi kegiatan penutup sebesar 20 menit.

Pada kegiatan pendahuluan, guru melakukan tiga kegiatan, yaitu (1) menyapa dan mengecek kehadiran siswa, (2) melakukan icebreaking berupa menyanyi, (3) menggali pengetahuan siswa dan mengaitkan dengan materi pelajaran yang akan diajarkan selanjutnya. Kegiatan icebreaking yang dilakukan guru. Dari hasil test diperoleh gambaran secara keseluruhan sikap kepercayaan diri siswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 76,5%. Nilai 76,5% jika ditinjau dari tabel kriteria kepercayaan diri yang disebutkan masuk ke dalam kategori sedang. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa yang ditinjau dari aspek pemahaman tentang peraturan yang berlaku, sikap mental yang baik, serta kesungguhan berada dalam kondisi yang cukup baik.

c. Refleksi

Sebelum diberikan Konseling Individual dengan Pendekatan Realita simbolik dari 23 siswa kelas IX SMP Negeri 8 Denpasar terdapat 7 siswa (30,4%) memiliki kategori Sangat tinggi dan 7 siswa (30,4%) memiliki kategori Tinggi serta 9 siswa (39,2%) sedang dalam hal kepercayaan diri. Tidak ditemukan adanya siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori rendah dan sangat rendah.

Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil Layanan evaluasi kondisi awal siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Denpasar untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan pengamatan awal diperoleh nilai rata – rata kondisi awal sebesar 67,0 dengan nilai tertinggi adalah 80 terdapat 4 orang dan nilai terendah adalah 60 terdapat 11 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil Layanan siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Denpasar pada siklus 1 untuk meningkatkan kepercayaan diri menggunakan Kontrak Perilaku diperoleh nilai rata – rata siklus 1 sebesar 68,0 dengan nilai tertinggi adalah 90 terdapat 4 orang dan nilai terendah adalah 70 terdapat 11 orang.

Sedangkan pada siklus II untuk diperoleh nilai rata – rata siklus II sebesar 79,0 dengan nilai tertinggi adalah 90 terdapat 7 orang dan nilai terendah adalah 70 terdapat 8 orang. Siswa yang tidak tuntas baik pada siklus I maupun pada siklus II adalah siswa yang sama, ini disebabkan siswa tersebut pada dasarnya tidak ada niat untuk belajar.

Berdasarkan data hasil belajar siswa dari siklus I dan siklus II menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Denpasar menunjukkan hasil meningkatkan ketaatan terhadap kepercayaan diri menggunakan Kontrak Perilaku.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan menerapkan Konseling Individual dengan Pendekatan Realita, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil Layanan siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Denpasar pada siklus 1 untuk meningkatkan kepercayaan diri menggunakan Kontrak Perilaku diperoleh nilai rata – rata siklus 1 sebesar 68,0 dengan nilai tertinggi adalah 90 terdapat 4 orang dan nilai terendah adalah 70 terdapat 11 orang.

Sedangkan pada siklus II untuk diperoleh nilai rata – rata siklus II sebesar 79,0 dengan nilai tertinggi adalah 90 terdapat 7 orang dan nilai terendah adalah 70 terdapat 8 orang. Siswa yang tidak tuntas baik pada siklus I maupun pada siklus II adalah siswa yang sama, ini disebabkan siswa tersebut pada dasarnya tidak ada niat untuk belajar. Konseling Individual dengan Pendekatan Realita dapat Meningkatkan Sikap Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri 8 Denpasar.

Saran dan masukan berkaitan dengan penelitian Konseling Individual dalam Mengembangkan Sikap Percaya Diri Siswa yaitu:

- 1) Lebih mendukung dan memfasilitasi kegiatan konseling bagi peserta didik guna perkembangan diri anak-anak didik yang lebih baik di masa mendatang.
- 2) Selalu memberikan motivasi dan semangat peserta didik dan membuat konseling yang efektif dalam menyelesaikan permasalahan peserta didik.
- 3) Menambah lagi guru bimbingan konseling untuk menunjang kebutuhan konseling peserta didik.

- 4) Bekerja sama mendukung bimbingan konseling individu yang ada di Sekolah tersebut agar terjalin integrasi yang baik untuk perkembangan peserta didik.
- 5) Semangat dan terus berupaya meningkatkan kepercayaan diri serta yakin akan tekad dalam diri untuk perkembangan yang lebih baik.

DAFTAR REFERENSI

- Achmad Juantika Nurihsan, (2012). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama.
- Corey, Gerald. (2007) *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Cut Metia, (2011). *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: Cipta Pustaka Media Perintis.
- Derry Agung, (2004). *Suatu Hari menjadi Lebih Percaya Diri*, (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Fauzan, Lutfi. (2004) *Pendekatan-pendekatan Konseling Individual*. Malang: Elang Mas.
- Hakim dan Thursan, (2005). *Mengatasi rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara.
- Hallen A, (2002). *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Jakarta: Ciputat Pers.
- Latipun, (2006). *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press.
- Lina & Klara Sr, (2010). *Panduan menjadi Remaja Percaya Diri*, (Jakarta: Penerbit Nobel Edumedia.
- Mastuti dan Indari, (2008). *50 Kiat Percaya Diri*, Jakarta: Hi-Fest Publishing.
- Mulyadi, (2010). *Diagnosis Kesulitan Belajar*, Yogyakarta: Nuha Litera.
- Pongky Setiawan, (2014) *Siapa Takut Tampil Percaya Diri?*, Yogyakarta: Parasmu.
- Sofyan S. Willis, (2006) *Konseling Individual; Teori dan Praktek*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Triyono, dkk., (2014) *Materi Layanan Klasik Bimbingan dan Konseling Bidang Bimbingan dan Konseling Pribadi*, Sleman: Paramitra Publishing.