

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *MODELLING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA SMP NEGERI 1 PELAIHARI

Laelatul Anisah¹ Eka Sri Handayani²

^{1,2}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin
laelatulanisah89@gmail.com, nanda.handayani.nh@gmail.com

ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek yang bisa mengantarkan siswa sukses dalam proses pembelajaran. Dengan rasa percaya diri yang tinggi, siswa mampu mengembangkan segala potensi yang dimilikinya. Mengingat kepercayaan diri sangat penting bagi seorang siswa, maka guru bimbingan dan konseling atau konselor di sekolah menyediakan berbagai layanan bimbingan dan konseling agar dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri, salah satu layanan yang dapat diberikan adalah bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

Penelitian ini mempunyai tujuan antara lain: (1) mengetahui gambaran kepercayaan diri di SMP Negeri 1 Pelaihari, (2) mengetahui gambaran kepercayaan diri sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* pada siswa SMP Negeri 1 Pelaihari, (3) mengetahui kepercayaan diri siswa SMP Negeri 1 Pelaihari dapat diatasi melalui bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimental (non parametris). Penelitian ini termasuk jenis *quasi-eksperimental design*, dengan menggunakan *one group pretest and posttest design*. Dengan metode *one group pretest and posttest design* berarti sampel diberikan tes sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu, sehingga subyek dikenakan dua kali pengukuran.

Hasil penelitian ini adalah (1) Kepercayaan diri siswa sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* sebesar 101 termasuk dalam kategori rendah dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* sebesar 197 termasuk dalam kategori tinggi, (2) Peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan setelah mendapatkan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* sebesar 96, (3) Hasil perhitungan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa $t \text{ hitung} (18,569) > t \text{ tabel} (0,703)$, jadi H_0 (Hipotesis N_0 ditolak) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Teknik *Modelling*.

ABSTRACT

Confidence is one aspect that can deliver successful students in the learning process. With a high confidence, students are able to develop all the potential they have. Given that confidence is very important for a student, counseling and counseling teachers or school counselors provide a variety of counseling and counseling services to help students improve self-confidence, one of the services that can be provided is group guidance with modeling techniques.

The purpose of this research are: (1) to know the description of self confidence in SMP Negeri 1 Pelaihari, (2) to know the description of confidence before and after following group guidance with modeling technique for students of SMP Negeri 1 Pelaihari, (3) SMP Negeri 1 Pelaihari can be overcome through group guidance with modeling techniques.

This research is experimental research (non parametric). This study includes a quasi-experimental design, using one group pretest and posttest design. By conducting this method means the sample is given test before and after getting a certain treatment, so that subjected to two measurements.

The results of this study were (1) Students's self-confidence before joining group counseling service with 101 modeling technique included in high category, (2) Improvement of student self-confidence before and after get treatment in the form of group guidance service with modeling technique equal to 96, (3) The result of calculation in table above, can be know that $t \text{ count} (18,569) > t \text{ table} (0,703)$, so H_0 (Null Hypothesis rejected) so it can be concluded that there is difference student confidence between before and after implemented group guidance with modeling technique.

Keywords: Self-Confidence, Group Guidance, Modeling Technique.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa, di mana terjadi pacu tumbuh, timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapainya fertilitas, dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif. Tercapainya tumbuh kembang yang optimal tergantung pada potensi biologik. Remaja mulai berfikir mengenai keinginan mereka sendiri, berfikir mengenai ciri-ciri ideal bagi mereka sendiri dan orang lain membandingkan diri mereka dengan orang lain, serta mau berfikir tentang bagaimana memecahkan masalah dan menguji pemecahan masalah secara sistematis (Monks, 2005). Perubahan pada masa remaja memiliki implikasi untuk memahami berbagai resiko kesehatan yang biasa dialami para remaja, tingkah laku beresiko yang mereka jalani, dan berbagai kesempatan peningkatan kesehatan yang ada dalam masyarakat (Wong, 2008). Pada usia remaja awal (usia SMP) remaja putri mengalami pubertas yakni perubahan fisik yang terkadang belum mencapai taraf proporsional. Hal ini menyebabkan mereka kurang percaya diri terhadap penampilannya cara berpakaian, dan berdandan mempunyai faktor besar pada kepercayaan diri mereka. Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan modal utama seseorang, khususnya remaja untuk mencapai kesuksesan. Orang yang mempunyai kepercayaan diri berarti orang tersebut sanggup, mampu, dan meyakini dirinya dapat mencapai prestasi maksimal.

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat karena dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua secara individual maupun kelompok (Gufon & Risnawita, 2010). Wijayanti (2009) yang meneliti tentang hubungan komunikasi orang tua dan anak dengan rasa percaya diri remaja putri awal menemukan bahwa ciri-ciri individu yang mempunyai kepercayaan diri adalah memiliki suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal yang disukai, mampu berinteraksi dengan orang lain, mampu mempunyai dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Dampak dari seseorang yang memiliki kepercayaan diri adalah rendah diri. Orang yang kurang percaya diri ini akan merasa kecil, tidak berharga, tidak ada artinya, dan tidak berdaya menghadapi tindakan orang lain. Orang seperti ini

biasanya takut melakukan kesalahan dan juga takut ditertawakan orang lain.

Percaya Diri (*Self Confidence*) adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (*judgement*) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Sedangkan kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

Menurut Lauster (2012:4) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Hakim, 2002:6). Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri. Dalam praktek, sikap dan kepercayaan diri ini merupakan sikap dan keyakinan untuk memulai, melakukan, dan menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang dihadapi. Oleh sebab itu, kepercayaan diri memiliki nilai keyakinan, optimisme, individualitas, dan ketidaktergantungan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri cenderung memiliki keyakinan akan kemampuan untuk mencapai keberhasilan (Zimmerer, 1996:6).

Berdasarkan itu semua, maka dapat kesimpulan bahwa kepercayaan diri itu adalah efek dari bagaimana kita merasa, meyakini, dan mengetahui. Orang yang punya kepercayaan diri rendah atau kehilangan kepercayaan diri memiliki perasaan negatif terhadap

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

dirinya, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan punya pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya. Ketika ini dikaitkan dengan praktek hidup sehari-hari, orang yang memiliki kepercayaan rendah atau telah kehilangan kepercayaan, cenderung merasa bersikap sebagai berikut: (1) tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh, (2) mudah frustrasi atau *give-up* ketika menghadapi masalah atau kesulitan, (3) Kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah, (4) sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal), (5) canggung dalam menghadapi orang, (6) tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan, (7) sering memiliki harapan yang tidak realistis, (8) terlalu perfeksionis, (9) terlalu sensitif. Sebaliknya, orang yang kepercayaan diri bagus, mereka memiliki perasaan positif terhadap dirinya, memiliki keyakinan yang kuat atas dirinya dan pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimiliki. Orang dengan kepercayaan diri bagus bukanlah orang yang hanya merasa mampu (tetapi sebetulnya tidak mampu) melainkan adalah orang yang mengetahui bahwa dirinya mampu berdasarkan pengalaman dan perhitungannya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimental (non parametris). Sugiyono (2012:107) menyatakan bahwa “penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”. Alasan peneliti menggunakan pola eksperimen ini adalah untuk melihat akibat dari suatu perlakuan (bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*) terhadap variabel yang lain (kepercayaan diri).

Desain penelitian adalah semua proses yang

diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Penelitian ini termasuk jenis *quasi-experimental design*, dengan menggunakan *one group pretest and posttest design*. Dengan desain ini maka ditentukan tidak ada kelompok kontrol. Dengan metode *one group pretest and posttest design* ini berarti sampel diberikan tes sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu, sehingga subyek dikenakan dua kali pengukuran.

Tempat penelitian berada di SMP Negeri 1 Pelaihari. Adapun data yang peniti kumpulkan antara lain data yang berasal dari Wali Kelas, Guru Mata Pelajaran, Guru Bimbingan dan Konseling di SMP N 1 Pelaihari berkenaan dengan kepercayaan diri siswa. Subjek Penelitian adalah subjek yang dituju atau diteliti oleh peneliti. Arikunto, (2006: 145). Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang mempunyai latar belakang kepercayaan dirinya rendah di SMP Negeri 1 Pelaihari. Instrumen Pengumpul Data: (1) Observasi, (2) Wawancara, (3) Skala Kepercayaan Diri. Dalam instrumen pengumpul data peneliti perlu mempertimbangkan sesuatu yang tidak ada hubungannya sehingga menggambarkan realitas sesungguhnya (Sutoyo, 2012). Teknik Analisis Data: analisis kuantitatif dengan menggunakan statistik *uji-t independent* untuk menguji perbandingan sebelum mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* dan setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*. Analisis kualitatif menurut Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2012: 334) dilakukan melalui tahapan : (1) Pengumpulan Data, (2) Reduksi Data, (3) Sajian Data, (4) Penarikan, (5) Kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut ini adalah perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling*

Tabel 1.
Perbandingan Pre Test dan Post Test

INISIAL	NILAI		PERUBAHAN	PROSENTASE
	PRETEST	POSTEST		
K1	97	190	93	48
K2	88	196	108	55
K3	110	197	87	44
K4	104	208	104	50
K5	102	190	88	44
K6	89	198	89	46
K7	108	199	91	46
K8	110	198	88	44

Dipublikasikan Oleh :

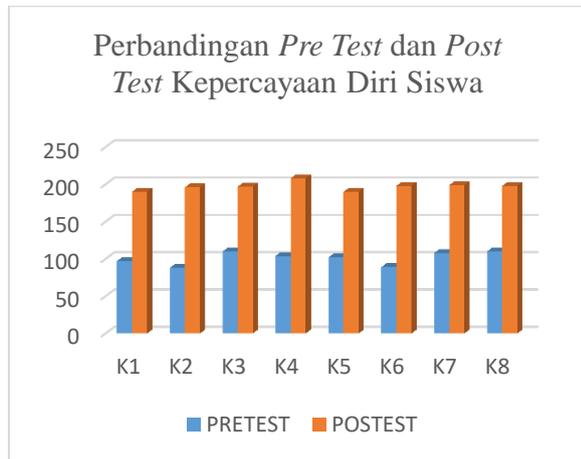
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

RATARATA	101	197	94	47
-----------------	------------	------------	-----------	-----------

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat hasil analisis kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* mengalami kenaikan. Dari hasil analisis skala kepercayaan diri skor rata-rata *pre test* sebesar 101 dalam kategori rendah dan skor rata-rata *post test* sebesar 197 dalam kategori tinggi sehingga mengalami peningkatan skor rata-rata sebesar 94 dengan rata-rata persentase sebesar 47%. Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa dari hasil analisis skala kepercayaan diri ada peningkatan perilaku percaya diri siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

Untuk lebih jelasnya hasil analisis skala psikologi dapat digambarkan dalam bentuk grafik sebagai berikut.



Grafik 1
Perbandingan Pre Test dan Post Test

Uji keefektifas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan teknik *modelling* menggunakan *statistic non parametric* melalui uji *paired samples T-Test*. Adapun perhitungan menggunakan SPSS 16, hasil perhitungan dapat ditunjukkan seperti tabel dibawah ini:

Tabel 2.
Hasil Perhitungan Paired Sample T-Test
Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Sebelum Perlakuan	101.00	8	8.182	3.062

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Sebelum Perlakuan	101.00	8	8.182	3.062
Setelah Perlakuan	197.00	8	9.092	2.252

Tabel 3.
Paired Samples Test

	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower				Upper
Pair 1 Sebelum Perlakuan - Setelah Perlakuan	93.500	10.529	3.342	85.680	104.249	18.569	8	.000

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa t hitung (18,569) > t tabel (0,703), jadi H_0 (Hipotesis Nol ditolak) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan skala psikologi antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*. Dari nilai mean dapat diketahui bahwa rata-rata nilai mean sesudah bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* lebih tinggi dari pada sebelum mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* dengan ini dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik *modelling* dapat meningkatkan percaya diri siswa.

Berdasarkan signifikansi, dapat diketahui bahwa signifikansi dari tabel sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak. Kesimpulannya bahwa ada perbedaan skala psikologi antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*, sehingga teknik *modelling* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Pembahasan

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* di dilakukan 4 kali pertemuan. Hal ini dilakukan sesuai dengan indikator dari kepercayaan diri itu sendiri yang akan ditingkatkan. Topik bimbingan kelompok lebih bersifat khusus berdasarkan tujuan dari setiap pertemuannya. Praktikan sebagai pemimpin kelompok berusaha untuk menumbuhkan dinamika kelompok yaitu dengan menggunakan permainan (*ice breaking*), yang dilakukan pada tahap pembentukan dan dinamika kelompok terbentuk. Apabila ada anggota kelompok yang pasif dan diam, maka praktikan sebagai pemimpin kelompok berusaha untuk mengajak aktif dengan menanyakan mengenai pokok bahasannya. Anggota kelompok sudah cukup aktif dan masing-masing dari mereka sudah sangat antusias dan terbuka dalam mengemukakan ide dan pendapatnya sehingga pemimpin kelompok sebagai seorang pemimpin aktif dalam memberikan respon balik dan memandu jalannya kegiatan memberikan perhatian dengan terus berusaha menjaga kontak mata kepada anggota kelompok, tetap tertuju kepada semua anggota kelompok.

Dalam menentukan topik yang akan dibahas, pemimpin kelompok mengemukakan contoh-contoh topik yang sedang *trend* dan banyak diperbincangkan. Kemudian pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas, topik tugas berasal langsung dari pemimpin kelompok. Tetapi pemimpin kelompok tetap memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk melakukan tanya jawab terkait dengan topik yang dibahas yang meliputi pentingnya topik tersebut dibahas, sub-sub topik apa saja yang perlu dibahas untuk membahas topik tersebut. Jadi meskipun topik berasal dari pemimpin kelompok tetapi sub-sub yang dibahas dan pembahasan tiap sub topik tetap dilakukan oleh anggota agar anggota berusaha mengajukan pendapat dan mengarahkan anggota untuk aktif dan berkembang didalam bimbingan kelompok tersebut.

Komunikasi dalam bimbingan kelompok berjalan dengan baik bahkan lebih baik setiap pertemuan dan tetap terjaga. Sarana dan prasarana yang disediakan pemimpin kelompok, meliputi: Kamera untuk dokumentasi, Daftar hadir anggota, Laiseg (layanan segera). Semua anggota merasakan kesan yang baik dengan adanya kegiatan konseling kelompok. Anggota juga menginginkan kegiatan ini dilakukan secara rutin, menyesuaikan dengan jadwal masing-masing. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan topik tugas maupun bebas ini berjalan cukup baik. Dalam mengikuti bimbingan kelompok ini, anggota kelompok terlihat aktif dalam memberikan respon terhadap topik yang dibahas. Meski terkadang ada anggota kelompok yang asyik dengan aktivitasnya sendiri, namun tetap mereka memperhatikan apa yang

disampaikan oleh pemimpin kelompok maupun anggota kelompok lainnya. Kegiatan bimbingan kelompok ini diakhiri dengan kesepakatan mengenai bahasan topik serta alternatif pemecahan masalah yang dihadapi mengenai topik tersebut. Serta anggota mengerti dan dapat menentukan sendiri, mana alternatif yang paling tepat dan sesuai dengan diri anggota.

Dalam pelaksanaan konseling kelompok yang dilakukan, adapun penilaian yang dilakukan dengan menggunakan UCA (*Understanding, Comfortable, Action*) agar mengetahui seberapa perubahan yang terjadi pasca mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Hasil UCA (*Understanding, Comfortable, Action*) yang diperoleh dari bimbingan kelompok yang dilaksanakan pada:

Tabel 4.
UCA Konseling Kelompok dengan Teknik *Modeling*

No.	Topik	Aspek Penilaian Segera (Laiseg)		
		Pemahaman (<i>Understanding</i>)	Perasaan (<i>Comfortable</i>)	Tindakan yang akan dilakukan (<i>Action</i>)
1.	Memiliki harapan yang positif	Mengetahui penting nya harapan untuk menumbuhkan motivasi.	Semakin menyadari semangat dalam diri sangat diperlukan.	Berusaha untuk mewujudkan harapan menjadi kenyataan dengan semaksimal mungkin.
2.	Tidak mudah putus asa	Memambah wawasan akan sifat tidak mudah putus asa.	Menjadi sangat senang dan kita bisa sharing-sharing dengan anggota kelompok yang lain.	Bisa termotivasi diri sendiri menjadi pribadi yang lebih positif.
3.	Memiliki sikap mandiri	Mengetahui manajemen diri agar mampu dalam	Perasaan menjadi lebih senang dan tenang karena dapat	Membuat rancangan kegiatan dan mengambil keputusan akan

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

		mengambil keputusan.	mengetahui pentingnya kemandirian dalam diri.	konsekuensi keputusan yang akan diambil.
4.	Mampu berkomunikasi dengan baik	Menjadi tahu bagaimana komunikasi yang baik.	Merasa senang karena tidak hanya mendapat pengetahuan tetapi pengalaman yang baru.	Mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari agar dapat menjadi pribadi yang lebih baik.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data dapat dirumuskan beberapa simpulan, yaitu sebagai berikut:

1. Kepercayaan diri siswa sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* sebesar 101 termasuk dalam kategori rendah. Kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* sebesar 197 termasuk dalam kategori tinggi.
2. Peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan setelah mendapatkan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* sebesar 96.
3. Hasil perhitungan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa $t_{hitung} (18,569) > t_{tabel} (0,703)$, jadi H_0 (Hipotesis Nol ditolak) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan skala kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diberikan beberapa saran antara lain:

1. Untuk konselor di sekolah, diharapkan dapat meningkatkan kompetensi dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik yang sesuai untuk menangani masalah siswa.
2. Untuk pihak sekolah, diharapkan agar memberikan kesempatan kepada konselor sekolah untuk mengikuti seminar dan pelatihan bimbingan dan konseling, khususnya bimbingan kelompok karena efektif mengatasi perilaku kepercayaan diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsini. (2006). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2006). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bieling, P., McCabe, R., & Antony, M. (2006). *Cognitive Behavioral Therapy In Groups*. New York London: The Guilford Press.
- Corey, Gerald. (2003). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Rafika Aditama.
- Gibson, Robert, Mitchell M. (2011). *Bimbingan & Konseling*. Cetakan I. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gladding, S. (2012). *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*. Cetakan I. Edisi Ke Enam. Jakarta: Indeks.
- Jacobs, Masson, & Harvill, (2012). *Group Counseling Strategies And Skills*. Seventh Edition. West Virginia University. America: Brooks/Cole
- Jones, Richard Nelson. (2011). *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*. Fourth Edition. Cetakan I. Yogyakarta :Pustaka Pelajar.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni Dan Karsih. (2011). *Teori Dan Teknik Konseling Jakarta: PT Indeks*.
- Natawidjaja, R. (2009). *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan*. Cetakan I. Bandung: Rizqi Press.
- Nursalim, M. (2013). *Strategi & Intervensi Konseling*. Cetakan I. Akademia Permata. Jakarta: Indeks
- Purwanto, Edy. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Fakultas Ilmu Pendidikan. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sutoyo, Anwar. (20112). *Pemahaman Individu*. Observasi, Cheklist, Interviu, Kuesioner, Sosiometri. Edisi Revisi. Cetakan I. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wibowo, Mungin Eddy. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Jakarta: UPT. Unnes Press
- Winkel dan Sri Hastuti. (2012). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi
- Woolfolk, Anita. (2009). *Educational Psychology Active Learning Edition*. Tenth Edition. Cetakan I. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin