

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN  
KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA FISIKA  
FKIP UNIVERSITAS RIAU**

**Rosmawati**

Program Studi Bimbingan Konseling

FKIP Universitas Riau

Email : rosmawati869@yahoo.co.id

**ABSTRAK.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1) gambaran kepercayaan diri mahasiswa sebelum diberikan bimbingan kelompok, 2) gambaran kepercayaan diri mahasiswa setelah diberikan bimbingan kelompok, 3) perbedaan tingkat kepercayaan diri mahasiswa antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dan 4) seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Pelaksanaan bimbingan kelompok dilakukan dalam empat tahap, yaitu : tahap 1) pembentukan, 2) peralihan, 3) kegiatan, 4) pengakhiran. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri mahasiswa jika dibandingkan antara sebelum dengan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok. Sebelum bimbingan kelompok kategori kepercayaan diri mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang 90% dan rendah 10% namun setelah diberikan bimbingan kelompok sebagian besar berada pada kategori sedang 72,2% dan tinggi 27,8%. Terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri mahasiswa antara sebelum dengan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok. Sumbangan pengaruh bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa sebanyak 25%.

**Kata kunci :** Pengaruh, Bimbingan kelompok, Kepercayaan diri, mahasiswa fisika

**ABSTRACT :** This research was aims to know : 1) Description the students confidence before giving a group conseling, 2) Description the students confidence after giving a group conseling, 3) The differences the level of students confidence before and after giving a group conseling, 4) How much the influnce of group conseling in improving students confidence. This study has four stages : 1). Formation, 2). Transition, 3). Action, and 4). Temination. The result of this research showed that there was the differences level of students confidence before and after giving the group consling. Before giving the goup conseling, the students confidence mostly in the middle category, 90% and the lowest was 10%. But after giving the conseling the middle level was 72.2% and the highest was 27.8%. there was the differences before and after giving the group conseling. The presentation of the influence of group conseling to improve the students confidence was 25%.

**Keywords :** Influence, Group conseling, Confidence, Physics student

## **PENDAHULUAN**

Hasil pendidikan yang berkualitas sangat didambakan untuk meningkatkan taraf kehidupan masyarakat. Lebih-lebih lagi di era globalisasi ini kualitas tersebut sangat menentukan apakah

seseorang akan berhasil dalam persaingan merebut kesempatan untuk dapat eksis baik pada tingkat nasional maupun internasional. Sumber daya manusia yang berkualitas akan diperoleh dari hasil proses pembelajaran yang berkualitas

pula, hal ini tidak dapat dipungkiri karena kedua komponen tersebut merupakan hubungan kausalitet. Akhir-akhir ini model pembelajaran konvensional yang menerapkan keaktifan guru dibandingkan siswa sudah mulai ditinggalkan. Para pendidik telah mulai menerapkan sistem pembelajaran yang melibatkan peserta didik aktif, baik aktif secara fisik maupun mental. Keberadaan peserta didik baik ditinjau dari segi pengetahuan, sikap dan ketrampilan yang mencakup komponen fisik dan psikis jika diberdayakan sangat membantu pencapaian kualitas, karena mereka memiliki potensi untuk itu. Potensi-potensi tersebut kadang-kadang tetap tidak kelihatan wujudnya, kalau tidak dirangsang untuk dapat diaktualisasikannya. Salahsatu strategi untuk memberdayakan potensi peserta didik, guru maupun dosen menggunakan strategi pembelajaran (perkuliahan) diskusi maupun presentasi. Namun dalam melaksanakan diskusi tersebut sangat disayangkan tidak seluruh mahasiswa yang ikut terlibat secara aktif dalam proses perkuliahan tersebut. Terlibat secara aktif yang dimaksud di sini adalah tidak menggunakan kesempatan untuk bertanya, menjawab atau menanggapi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh dosen maupun temannya. Mahasiswa yang aktif bertanya maupun menanggapi pertanyaan hanya berkisar 5% dan setiap perkuliahan mahasiswa yang aktif hanya tetap mahasiswa yang sama. Bagaimana yang 95%? Mereka diam, mendengar, mencatat tanpa mau berinteraksi dengan kegiatan perkuliahan. Kalau begitu kenyataannya tentu proses perkuliahan tidak hidup, bergairah dan menantang dan selanjutnya berakhir dengan kebosanan. Ada segenggam harapan yang penulis dapatkan dari hasil wawancara secara acak. Mereka menyatakan bahwa sebetulnya mereka mau bertanya atau menjawab dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan, namun mereka merasa takut salah, takut ditertawakan temandan lain-lain akhirnya mereka pasif. Berdasarkan data yang diperoleh dapat dianalisis bahwa penyebab

mereka tidak aktif adalah akibat tidak memiliki kepercayaan diri. 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 (Thursam, 2005 : 6). Sejalan dengan pendapat tersebut Barbara De Angelis seperti dikemukakan Triguna Priyadharna (2001:18) menyatakan bahwa yang disebut percaya diri itu adalah sesuatu yang harus mampu menyalurkan segala yang kita ketahui dan segala yang kita kerjakan. Kepercayaan diri perlu dimiliki oleh setiap mahasiswa agar mereka dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Untuk menumbuhkan kepercayaan diri dalam hal ini kepercayaan diri dalam berbicara untuk mengutarakan ide-ide dapat dilakukan dengan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan jenis layanan dalam bimbingan konseling yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah, baik masalah yang menyangkut perihal pribadi maupun sosial. Berdasarkan hasil studi pendahuluan muncul beberapa pertanyaan, 1) Bagaimanakah gambaran kepercayaan diri mahasiswa Fisikasebelum dilaksanakan bimbingan kelompok? 2) Bagaimanakah gambaran kepercayaan diri mahasiswa Fisika setelah dilaksanakan bimbingan kelompok? 3) Apakah terdapat perbedaan kepercayaan diri mahasiswa Fisika sebelum dan sesudah dilakanakan bimbingan kelompok? 4) Seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa Fisikasetelah diberikan bimbingan kelompok? Tujuan penelitian ini adalah, 1) Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri mahasiswa Fisika sebelum dilaksanakan bimbingan kelompok. 2) Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri mahasiswa Fisikasetelah dilaksanakan bimbingan kelompok. 3) Untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri mahasiswa Fisika sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok. 4) Untuk

mengetahui berapa besar kontribusi bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa Fisika.

### **TINJAUAN TEORITIS**

Menurut Thantawy (2005:87) percaya diri dapat dikatakan sebagai kondisi mental atau psikologis seseorang yang dapat memberikan keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Hampir bersamaan pendapat Barbara de Angelis (2003:10) menjelaskan bahwa percaya diri berawal dari tekad pada diri sendiri, untuk melakukan segalanya yang kita inginkan dan butuhkan dalam kehidupan. Percaya diri terbina dari keyakinan diri sendiri, sehingga kita mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu sebenarnya adalah penghargaan akan kemampuan, potensi, bakat, kekuatan, prestasi yang diwujudkan dalam bentuk perilaku nyata yang menghasilkan karya-karya tertentu sesuai profesinya dan memberi manfaat dalam upaya membentuk kemandirian dan aktualisasi diri. Ada keterkaitan kepercayaan diri dengan peningkatan kualitas diri (I. Nyoman Surna : 1986:160-172), keterkaitan tersebut adalah :

- 1) orang yang percaya pada dirinya akan berusaha mengenali potensi yang ada pada dirinya dan berusaha untuk mengembangkannya,
- 2) orang yang percaya diri mengakui kelemahan dirinya,
- 3) orang yang percaya diri akan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya,
- 4) orang yang percaya diri tidak akan melakukan pembelaan terhadap kegagalan, ketidakmampuannya dengan mencari-cari alasan pembenaran,
- 5) orang yang percaya diri tidak akan menimpakan kesalahannya pada orang lain,
- 6) orang yang percaya diri akan mampu mengadakan identifikasi,
- 7) orang yang percaya diri akan mampu mengadakan substitusi secara benar,
- 8) orang yang percaya diri akan mampu mengatasi perasaan tertekan,
- 9) orang yang percaya diri

akan mampu mengatasi pertentangan batin, 10) orang yang percaya diri akan mampu mengatasi kecemasan dalam dirinya, 11) orang yang percaya diri kelihatan tenang dalam menghadapi pekerjaannya. Jika ditinjau dari faktor-faktor yang dapat menumbuhkan percaya diri, menurut Thursan Hakim (2002: 122) bahwa kepercayaan diri itu bisa dibangun melalui :

- 1) Pendidikan keluarga, seperti menerapkan pola pendidikan yang demokratis, melatih anak berani berbicara tentang banyak hal, menumbuhkan sikap mandiri pada anak, memperluas lingkungan pergaulan anak, jangan terlalu sering memberi kemudahan kepada anak, hindari sikap terlalu melindungi, tumbuhkan harga diri anak. Tumbuhkan sikap bertanggungjawab anak dan setiap permintaan anak jangan terlalui dituruti,
- 2) Pendidikan sekolah dengan cara : 1) memupuk keberanian untuk bertanya, melatih diskusi dan berdebat, mengerjakan soal di depan kelas, bersaing dalam mencapai prestasi belajar, belajar berpidato, mengikuti ekstrakurikuler, penerapan disiplin yang konsisten, ikut serta dalam organisasi sekolah, menjadi ketua kelas, pemimpin upacara, ikut kegiatan pencinta alam, memperluas pergaulan yang sehat
- 3) Pendidikan non formal : mengikuti kursus bahasa asing, jurnalistik, bermain musik, seni vokal, ketrampilan dunia kerja dan mengikuti pendidikan keagamaan.

Selanjutnya bimbingan kelompok adalah suatu strategi untuk memberikan bantuan kepada individu melalui kegiatan kelompok. Menurut pakar lain bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri (Winkel & Sri Hastuti, 2004:565). Menurut Mungin Eddy Wibowo (2005:17) menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok di mana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan

mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Tujuan layanan bimbingan kelompok adalah menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan. Menurut Prayitno (2004:35) komponen-komponen yang ada dalam bimbingan kelompok adalah 1) pemimpin kelompok, 2) anggota kelompok, 3) dinamika kelompok sedangkan tahap-tahap bimbingan kelompok adalah ; 1) tahap pembentukan dengan cara menerima kelompok secara terbuka dan menjelaskan tentang bimbingan kelompok, 2) tahap peralihan, dengan cara menjelaskan tentang kegiatan kelompok dan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan, 3) tahap kegiatan, pemimpin kelompok mengemukakan topik-topik yang akan dibahas, 4) tahap pengakhiran, pemimpin menjelaskan bahwa kegiatan kelompok akan berakhir dan anggota diminta untuk mengemukakan kesan dan pesan

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa pendidikan Fiska Universitas Riau tahun akademis 2012-2013. Hipotesis yang diajukan adalah “Terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa fisika. Sampel diambil secara purposive sampling. Penentuan sampel mempertimbangkan mahasiswa yang memperoleh skor percaya diri yang rendah sebanyak 18 mahasiswa. Instrumen yang digunakan adalah angket kepercayaan diri Peter Lauster yang dimodifikasi yang terdiri 40 item dengan alternative jawaban ya diberi skor 1 dan tidak diberi skor 0. Metode yang digunakan adalah metode Quasi-Eksperimen Research One-Group pretest-posttest Design (01 X 02). Bimbingan

kelompok dilakukan dengan mengikuti tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (1995:40-59). Tahap tersebut adalah tahap : pembentukan, peralihan, kegiatan dan tahap pengakhiran. Untuk mengetahui persentase kepercayaan diri digunakan rumus persentase Anas Sudijono (2004:43), 2) dan untuk mengetahui gambaran tingkat kepercayaan diri digunakan rumus Kurva Normal Phophan Sirotnit (dalam R. Arlizon, 1995:102), sedangkan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri digunakan rumus Product Moment Sugiyono (2010:356)

### **HASIL PENELITIAN**

Gambaran tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fisika sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 1 : Gambaran Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

NO	KATEGORI	RENTANG SKOR	SEBELUM(%)	SESUDAH(%)
1	Tinggi	24-40	0	27,8
2	Sedang	13-27	90	72,2
3	Rendah	0-12	10	0

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok tingkat kepercayaan diri mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang yakni 90% dan rendah 10%, namun setelah pelaksanaan bimbingan kelompok tingkat kepercayaan diri mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang yakni 72,2% dan tinggi 27,8%. Dengan demikian pelaksanaan bimbingan kelompok dapat meningkatkan tingkat kepercayaan diri mahasiswa. Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan Prayitno (2001:87) bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan pemahaman, mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap

yang menunjang tingkahlaku yang lebih efektif. Selanjutnya Tohirin (2007:182) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi baik secara verbal maupun nonverbal.

Gambaran perbedaan tingkat kepercayaan diri mahasiswa sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok digunakan analisis statistik menggunakan t-test. Hasil olahan diperoleh seperti tertera pada tabel berikut :

Tabel 2. Gambaran Perbedaan Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.

Kegiatan	Sebelum	Sesudah	r	Interpretasi nilai r	t hitung
Bimbingan Kelompok	5,79	22,73	0,504	Kategori sedang	-7,89

Berpedoman pada  $dk = 18 + 18 - 2 = 34$  pada taraf signifikansi 5% adalah 2,021, maka dapat dilihat t hitung lebih besar dari t tabel ( $-7,89 > 2,021$ ) dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan kepercayaan diri mahasiswa sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan sesudah diberikan bimbingan kelompok.

Gambaran besar pengaruh bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa dapat dilihat dari hasil perhitungan berikut :

$$r = 0,504$$

$$r = 0,25$$

$$0,25 \times 100\% = 25\%$$

Dari perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa sumbangan kegiatan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa sebanyak 25%

## PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data diperoleh kesimpulan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat kepercayaan diri mahasiswa antara sebelum

dengan sesudah diberikan pelaksanaan bimbingan kelompok. Hal ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok memiliki pengaruh untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, karena dalam kegiatan tersebut pemimpin kelompok memotivasi anggota kelompok untuk berani mengajukan pertanyaan, menjawab dan menanggapi jawaban dari anggota kelompok yang lain. Selain itu interaksi yang positif dalam dinamikan kelompok mendorong mereka untuk berani berbicara. Latihan-latihan untuk memberanikan diri tersebut membuat anggota kelompok memiliki kepercayaan diri untuk mengungkapkan buah pikiran dan perasaannya. Hal ini dipertegas oleh Prayitno (1995:23) bahwa bimbingan kelompok merupakan wahana memperoleh informasi, tanggapan, dan berbagai reaksi anggota kelompok lain untuk kepentingan pengembangan diri anggota kelompok, dan dari segi lain, kesempatan untuk mengemukakan pendapat, tanggapan dan lain-lain.

## SIMPULAN

Pelaksanaan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Hal ini dapat dibuktikan sebelum dilaksanakan bimbingan kelompok keberadaan kepercayaan diri mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang dan sangat sedikit pada kategori rendah namun setelah dilaksanakan bimbingan kelompok kepercayaan diri mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang dan sebagian kecil pada kategori tinggi. Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswa antara sebelum dengan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok memberi sumbangan 25% untuk peningkatan kepercayaan diri mahasiswa.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono (2011). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- David W. Johnson dan Frank. P. Johnson (2012). *Dinamika Kelompok*. Jakarta : PT Indeks
- Donald H. Blicher & Donald A. Biggs (1983). *Counseling psychology In Community Settings*. New York : Springer Publishing Company.
- I Nyoman Surna (1999). *Pengembangan Diri*. Jakarta : ASMI.
- Mc Donald, *Educational Psychology*. California : Wadsworth publishing Co, INC.
- Mungin. Eddy Wibowo (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : UPT UNNES Press.
- Prayitno dan Erman Amti (1999). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Prayitno (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Slamet Santosa (1999). *Dinamika Kelompok*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sugiyono (2010). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Thursan Hakim, (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Tohirin, (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Winkel dan Sri Hastuti (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi.