

**Penerapan Bimbingan Kelompok terhadap Kepercayaan Diri
Remaja di Desa Timbang Lawan, Bahorok**

**Nurussakinah Daulay¹, Siti Rahmadanti Siregar², Siti Hamidah³,
Nurmiah Hasibuan⁴, Febri Dwi Widodo⁵**

^{1,2,3,4,5} Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

nurusakinahd@gmail.com¹

ABSTRACT

This study aims to see how the application of group guidance to adolescent self-confidence in Timbang Lawan village, Bahorok Langkat. In the implementation of this research, it was applied to 8 teenagers with an age range of 12-15 years. Data obtained from observations and interviews. The results of observations and interviews were analyzed using descriptive analysis techniques. Based on the results of research and discussion, it is known that there is a problem of low self-confidence in adolescents in the village due to not optimal potential abilities in solving problems or their formal conditions, such as: lack of ability in competition, and intelligence. Based on this, group guidance services were applied so that the results obtained that group guidance services had a positive effect on adolescents in Timbang Lawan Village, Bahorok.

Keywords : guidance group, confidence, teenager

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat penerapan bimbingan kelompok terhadap kepercayaan diri remaja di desa Timbang Lawan, Bahorok Langkat. Dalam pelaksanaan penelitian ini diterapkan kepada 8 orang remaja dengan rentang usia 12-15 tahun. Data diperoleh dari hasil observasi dan wawancara, dengan teknik analisis data berupa analisis deksriptif. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diketahui bahwa terdapat permasalahan rendahnya kepercayaan diri pada remaja di Desa tersebut dikarenakan tidak optimalnya kemampuan potensi dalam menyelesaikan masalah ataupun kondisi formal yang dimilikinya, seperti: kurangnya kemampuan dalam persaingan dan intelegensi. Berdasar hal tersebut diterapkan lah layanan bimbingan kelompok sehingga diperoleh hasil bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh positif terhadap remaja di Desa Timbang Lawan, Bahorok.

Keywords : bimbingan kelompok, kepercayaan diri, remaja

PENDAHULUAN

Rasa percaya diri dapat menjadikan seseorang untuk mengaktualisasikan dirinya dengan baik, seseorang baik untuk belajar mengatasi permasalahan sederhana, memiliki keberanian untuk tampil di depan umum, berani bertanya dan menjawab pertanyaan sederhana, berani untuk mengungkapkan pendapat, dan selalu berusaha untuk melakukan suatu pekerjaan dan tidak mudah menyerah. Tanpa ada rasa percaya diri, anak akan mengalami hambatan dan masalah dalam kehidupannya terutama dalam bersosialisasi dengan kawan bermain, atau ketika memulai proses sosialisasi dengan lingkungan Anak juga membutuhkan rasa percaya diri saat mereka didepan umum ketika mereka

melakukan suatu kegiatan. Sebaiknya orang tua dan pendidik saling bekerjasama untuk meningkatkan rasa percaya diri anak, karena pendidik memiliki cukup banyak ilmu untuk mendidik anak.

Menurut Papalia dan Olds (dalam Riyanti dan Darwis, 2020) yang mendefinisikan pengertian remaja secara eksplisit melalui pengertian masa remaja, masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluh tahun. Sedangkan Anna Freud (dalam Riyanti dan Darwis, 2020) berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, masa remaja merupakan suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, psikologis dan sosial sehingga menimbulkan banyak persoalan dan tantangan. Salah satu permasalahan yang banyak dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurang percaya diri Rizkiyah, 2005 (dalam Fitri, E., Zola, N & Ifdil, I, 2018).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab Ghufroon dan Risnawari, 2010 (dalam Riyanti & Darwis, 2020). Menurut Mardatillah, 2010 (dalam Riyanti dan Darwis, 2020), seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri, yakni (1) mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya; (2) membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai; (3) tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri; (4) mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang menghinggapinya; (5) mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya; (6) tenang dalam menjalankan dan menghadapin segala sesuatunya; (7) berpikir positif; dan (8) maju terus tanpa harus menoleh ke belakang.

Disisi lain, remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku seperti, tidak bisa berbuat banyak, selalu ragu dalam menjalankan tugas, tidak berani berbicara jika tidak mendapatkan dukungan, menutup diri, cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi, menarik diri dari lingkungan, seikit melibatkan diri dalam kegiatan atau kelompok, menjadi agresif, bersikap bertahan dan membalas dendam perlakuan yang dianggap tidak adil (Triningtyas, 2015; Rakhmat, 2005; Gunarsa, 2004; Hurlock, 1991 dalam Fitri, Zola, & Ifdil, 2018).

Proses pembentukan kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkembang sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan

kelebihan-kelebihan, pemahaman kelebihan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri yang kuat pula untuk menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya. (Fitri, Zola, & Ifdil, 2018). Permasalahan tidak percaya diri akan menghambat perkembangannya dalam bersosialisasi, mengembangkan potensi yang ia miliki, mengenal dirinya sendiri, dan tugas perkembangan lainnya. Permasalahan tidak percaya diri ini diketahui merupakan akibat dari adanya pikiran-pikiran negatif (distorsi kognitif) yang berdampak pada perilaku remaja. (Riyanti & Darwis, 2020)

Berdasarkan fenomena di Desa Timbang Lawan, Bahorok yang diperoleh dari penelitian terhadap 8 orang remaja di Desa tersebut terdapat fenomena yang mengindikasikan sebagian remaja yang menjadi subjek penelitian tersebut kurang percaya diri di antaranya, tidak percaya dengan kemampuan dirinya sehingga sulit untuk berani tampil dalam mengikuti perlombaan, kurang optimis dan tidak berani mencoba melakukan suatu hal yang baru.. Berbagai masalah yang dihadapinya tidak mampu diatasi. Ketidakmampuan tersebut dikarenakan tidak optimalnya kemampuan potensi dalam menyelesaikan masalah ataupun kondisi formal yang dimilikinya, seperti: kurangnya kemampuan dalam persaingan dan intelegensi.

Salah satu upaya untuk mengatasi kepercayaan diri remaja ini melalui layanan bimbingan kelompok. Layanan Bimbingan kelompok dapat didefinisikan sebagai memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai topik-topik yang sedang terjadi saat sekarang/sedang hangat diperbincangkan yang berguna bagi pengembangan diri siswa/klien. Tujuannya adalah mencegah berkembang masalah-masalah pada diri anggota kelompok. Bagi peserta kelompok yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, memiliki manfaat seperti mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan dirinya, memperoleh informasi dan wawasan baru serta pemahaman nilai dan sikap bagi dirinya. (Harahap, 2021).

Berdasarkan paparan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Penerapan Bimbingan Kelompok terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Desa Timbang Lawan, Bahorok".

METODE PENELITIAN

Kajian penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan subjek penelitian adalah remaja di Desa Timbang Lawan, Bahorok yang berjumlah 8 orang dengan rentang usia 12-15 tahun. Jenis data yang dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian berupa observasi dan wawancara secara langsung dengan subjek penelitian tersebut. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskripsi kualitatif sehingga data yang muncul dari penelitian kualitatif ini berbentuk penjabaran dengan kata-kata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan observasi dan wawancara langsung dengan 8 remaja di Desa Timbang Lawan dengan rentang usia 12-15 tahun didapatkan hasil bahwa sebagian dari remaja yang menjadi subjek penelitian tersebut memiliki permasalahan kepercayaan diri yang rendah dan sebagian lainnya tidak memiliki permasalahan tersebut.

Diperoleh kesimpulan dari hasil wawancara, terdapat 4 subjek remaja yang memiliki permasalahan kepercayaan diri yang hampir serupa mengenai partisipasi mereka terhadap lomba yang diadakan oleh Mahasiswa/i di Desa tersebut.

"Aku malu mau ikut lombanya, kawan yang lain pasti jago-jago. Sementara aku biasa aja malu gak sehebat kawan yang lain. Aku grogi juga nampil didepan banyak orang, kalau aku bikin salah gimana?"

Sementara diperoleh kesimpulan hasil wawancara yang berbeda dari 4 subjek penelitian lainnya, mereka merasa yakin dan tidak memiliki permasalahan terhadap kepercayaan diri mereka mengenai partisipasi mereka terhadap lomba yang diadakan oleh Mahasiswa/i di Desa tersebut.

"Aku mau dan sukak ikut lomba, Bismillah aku bisa, aku sukak tampil dihadapan banyak orang, aku mau ikut lomba yang diadakan kakak-kakak mahasiswa PEMA".

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berasumsi bahwa kepercayaan diri remaja di Desa Timbang Lawan ini masih tergolong rendah. Beberapa remaja masih terindikasi memiliki permasalahan keyakinan akan kemampuannya, kurang optimis dan tidak memiliki keberanian untuk mencoba sesuatu hal yang baru. Dalam penelitian ini layanan yang diterapkan adalah layanan bimbingan kelompok dimana permasalahan yang dibahas dalam kelompok nantinya ditentukan oleh peneliti selaku pemimpin kelompok. Dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok ini, arti dan isi kegiatannya tidak ditentukan oleh para anggota melainkan diartikan kepada penyelesaian suatu topik atau tugas. Pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik atau tugas untuk selanjutnya dibahas dan diselenggarakan oleh anggota kelompok yang didalamnya akan membahas mengenai optimisme dan kepercayaan diri pada remaja.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan remaja di Desa Timbang Lawan ini dapat dikategorikan rendah. Karena dari 8 subjek penelitian, 4 diantaranya memiliki permasalahan terhadap kepercayaan diri. Hal itu terindikasi dari sikap yang ditunjukkan yaitu tidak percaya dengan kemampuan dirinya sehingga sulit untuk berani tampil dalam mengikuti perlombaan, kurang optimis dan tidak memiliki keberanian untuk mencoba sesuatu hal yang baru. Hal ini selaras dengan penelitian dari (Ghufron, 2012) bahwa individu dapat dikatakan percaya diri apabila memiliki beberapa aspek, yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional dan merasa dapat diterima oleh lingkungan.

Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa yang menjadi faktor rendahnya kepercayaan diri remaja di Desa Timbang Lawan, Bahorok ini adalah dikarenakan tidak optimalnya kemampuan potensi dalam menyelesaikan masalah ataupun kondisi formal yang dimilikinya, seperti: kurangnya kemampuan dalam persaingan, dan intelegensi. Hal ini senada dengan penelitian dari (Amri, 2018) bahwa Individu yang memiliki latar belakang yang mendukung akan memperoleh tingkat percaya diri yang tinggi sehingga mampu bersosialisasi dengan baik. Percaya diri atau self confidence adalah aspek kepribadian yang penting pada diri seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri maka akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, karena dengan adanya kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi yang ada di dalam dirinya. Sifat percaya diri ini juga dapat dipengaruhi oleh kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Mahasiswa yang memiliki sifat percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan mahasiswa lainnya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir positif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi mahasiswa yang lain.

Dalam penerapan bimbingan kelompok ini diketahui memiliki dampak pada remaja di Desa Timbang Lawan ini. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan setelah proses penerapan layanan bimbingan kelompok bahwa remaja yang menjadi anggota kelompok merasa sangat senang dan terbantu dengan adanya layanan bimbingan kelompok ini. Mereka memiliki sebuah pengalaman dan pengetahuan baru yang menjadi sarana untuk lebih memperhatikan dan mengembangkan rasa percaya diri yang mereka miliki. Hal ini selaras dengan pernyataan dari penelitian sebelumnya bahwa keuntungan Diskusi Kelompok merupakan salah satu pengalaman belajar yang memberikan keuntungan bagi para siswa sebagai berikut :

Siswa dapat berbagi informasi dalam menjalani gagasan baru atau memecahkan masalah.

1. Dapat meningkatkan pemahaman atas masalah-masalah penting.
2. Dapat mengembangkan kemampuan untuk berfikir dan berkomunikasi.
3. Dapat meningkatkan ketertiban dalam perencanaan dan pengambilan keputusan.
4. Dapat membina semangat kerja dan tanggung jawab. (Sayondari, Antari, & Dantes, 2014)

KESIMPULAN

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok dapat didefinisikan sebagai memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai topik-topik yang sedang terjadi saat sekarang/sedang hangat diperbincangkan yang

berguna bagi pengembangan diri siswa/klien. Tujuannya adalah mencegah berkembang masalah-masalah pada diri anggota kelompok. Bagi peserta kelompok yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, memiliki manfaat seperti mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan dirinya, memperoleh informasi dan wawasan baru serta pemahaman nilai dan sikap bagi dirinya. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar kepercayaan diri remaja di Desa Timbang Lawan, bahorok ini dapat dikategorikan rendah. Dalam penerapan bimbingan kelompok ini diketahui memiliki dampak pada remaja di Desa Timbang Lawan ini. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan setelah proses penerapan layanan bimbingan kelompok bahwa remaja yang menjadi anggota kelompok merasa sangat senang dan terbantu dengan adanya layanan bimbingan kelompok ini. Mereka memiliki sebuah pengalaman dan pengetahuan baru yang menjadi sarana untuk lebih memperhatikan dan mengembangkan rasa percaya diri yang mereka miliki. Hal ini selaras dengan pernyataan dari penelitian sebelumnya bahwa keuntungan Bimbingan Kelompok merupakan salah satu pengalaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, Syaipul. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Convidence*) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*. Vol. 03 No 02
- Fitri, E., Zola, N & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. Vol. 4 No 01
- Ghufron, M Nur dan Rini Rismawati. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media
- Harahap, A.C.P, (2021). *Prosedur Kelompok dalam Konseling*. Yogyakarta: Mirra Buana Media
- Riyanti, C., Darwis, R.S. (2020). Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Remaja dengan Metode *Cognitive Restructuring*. *Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JJPM)*. Vol. 1 No. 1
- Sayondari, P.N, Antari, N.N.M, Dantes, Nyoman. (2014). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VIII E SMP NEGERI 3 SINGARAJA Tahun Pelajaran 2013/2014. *Journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*. 2 (1)