



# EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK BERBANTUAN MEDIA FILM UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMAN 2 MEJAYAN KABUPATEN MADIUN

**Chaterina Yeni Susilaningsih**

Dosen Universitas Katolik Widya Mandala Madiun

Email: [susilaningsihchaterina@yahoo.co.id](mailto:susilaningsihchaterina@yahoo.co.id)

## Abstract

*Every human being in his life, naturally carries two developmental tasks as individual and social beings. As individual creatures every human being has the autonomy to develop themselves as optimally as possible, in accordance with their respective potential. One of the problems facing students in school is related to confidence. Confidence is doing with confidence. Whatever the challenges it faces and under any circumstances will be able to achieve its goals. Confidence is a force that encourages one to move forward and develop and always improve. Confidence is a good trait to have. Individuals with this trait know they can survive the problems they face today. As for individuals with low self-esteem, fear is usually the most possessed trait, indirectly this trait can hinder the development of his soul in completing the tasks that must be done to be successful. The purpose of this study is to determine the effectiveness of counseling guided group of film media to improve students' self-confidence. The subjects were 10 students who had low self confidence scores. The sampling technique used is Purposive Sampling. Data analysis shows that arithmetic of 1.854, while t table of 0.703/ts 5%. So t arithmetic > t table. The conclusion of the study is that there is a difference of confidence between before and after being given guidance of media-aided film group.*

**Keywords:** *Counseling Service, Film Media, Student Self Confidence*

## PENDAHULUAN

Setiap manusia dalam hidupnya, secara kodrati mengemban dua tugas perkembangan yaitu sebagai makhluk individu dan sosial. Sebagai makhluk individu setiap manusia memiliki otonomi untuk mengembangkan diri seoptimal mungkin, sesuai dengan potensinya masing-masing. Sebagai makhluk sosial setiap manusia dalam rangka pengembangan diri secara optimal tersebut memerlukan kehadiran orang lain, termasuk konselor sekolah.

Tugas utama konselor sekolah adalah membantu individu (siswa) untuk mengentaskan dan menuntaskan masalah yang dihadapi, sehingga siswa yang dibantu dapat mengatasi masalahnya sendiri. Salah satu masalah yang dihadapi siswa di sekolah berkaitan dengan kepercayaan diri. Menurut Elfiky (2014: 54) percaya diri adalah berbuat dengan penuh keyakinan. Apapun tantangan yang dihadapi dan dalam kondisi apapun akan dapat mencapai cita-citanya. Rasa



percaya diri adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk maju dan berkembang serta selalu memperbaiki diri. Percaya diri adalah sifat yang baik untuk dimiliki. Individu yang memiliki sifat ini tahu bahwa mereka dapat bertahan hidup menghadapi masalah yang mereka hadapi saat ini. Sedangkan bagi individu dengan percaya diri rendah, takut biasanya menjadi sifat yang paling banyak dimiliki, secara tidak langsung sifat ini dapat menghambat perkembangan jiwanya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang harus dilakukan untuk menjadi sukses. Kepercayaan diri siswa erat kaitannya dengan kepuasan ketika berhasil melakukan kegiatan yang mencerminkan kemampuan diri dalam hidupnya.

Layanan Bimbingan kelompok merupakan bagian dari pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sejumlah konseli dalam sebuah kelompok, atau layanan yang diberikan dalam suasana kelompok dan dipimpin oleh konselor. Tohirin (2018) mengemukakan bahwa “bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun

rencana dan membuat keputusan yang tepat.”

Melalui film diyakini anggota kelompok dapat mengembangkan sikap percaya diri dengan cara mengeksplorasi perasaan dan sikap serta hubungan antar manusia. Cara yang dapat dikembangkan adalah melalui diskusi kelompok setelah penayangan film yang bertemakan kepercayaan diri. Dalam proses diskusi kelompok peneliti bekerjasama dengan guru BK di sekolah yang berperan sebagai observer dan mencatat fenomena yang terjadi dalam diskusi kelompok.

Salah satu media yang dapat digunakan adalah film. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, film dapat diartikan sebagai lakon hidup atau gambar gerak yang biasanya juga disimpan dalam media seluloid tipis dalam bentuk gambar negatif.

Dan selanjutnya dengan menggunakan media film yang bertemakan kepercayaan diri, permasalahan yang dihadapi siswa dapat diminimalisir. Dengan media film dapat memberikan pengertian dan konsep yang sebenarnya secara realistis, siswa memperoleh pengalaman yang lebih luas mengenai sikap percaya diri

yang ditayangkan dalam film, sehingga siswa dapat menemukan hal-hal yang positif dari sikap percaya diri tersebut. Media film juga dapat memberikan pengaruh psikologis terhadap siswa, khususnya yang berhubungan dengan kepercayaan diri siswa.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berpandangan bahwa untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat dilakukan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok berbantuan media film.

### **1. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah seperti di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana kondisi umum kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 2 Mejayan Kabupaten Madiun?
- b. Apakah terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok berbantuan media film?
- c. Apakah layanan bimbingan kelompok berbantuan media film efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa?

### **2. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Kondisi umum kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 2 Mejayan Kabupaten Madiun
- b. Gambaran peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok berbantuan media film
- c. Efektifitas layanan bimbingan kelompok berbantuan media film untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

### **3. Tinjauan Pustaka**

#### **a. Percaya Diri**

Yeung (2014: 21), berpendapat bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan untuk mengambil tindakan yang tepat dan efisien, walaupun akan terlihat sulit pada saat tersebut. Kepercayaan diri adalah apa yang perlu anda lakukan dalam waktu jangka pendek untuk meraih tujuan jangka panjang, walaupun apa yang perlu anda harus lakukan dalam waktu jangka pendek terkadang mungkin membuat merasa tidak nyaman. Mastuti (2008:13) menjelaskan “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”. Individu yang memiliki sikap positif seperti yang dikemukakan oleh mastuti tersebut nantinya akan mempunyai rasa optimis di dalam melakukan segala hal, serta mempunyai harapan yang realistik terhadap diri sendiri. Rasa percaya diri merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa.

Ciri-ciri orang yang mempunyai percaya diri yang proporsional, antara lain:

- 1) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat dari orang lain
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, dalam hal ini berani menjadi diri sendiri
- 4) Mempunyai sikap pengendalian diri yang baik
- 5) Memiliki internal *locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung pada usaha

diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan, serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan dari orang lain)

- 6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi di luar dirinya
- 7) Memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dari dirinya dan situasi yang terjadi.

Beberapa aspek rasa percaya diri menurut Pranoto (2016) antara lain:

- 1) Kurang bisa untuk bersosialisasi dan tidak yakin pada diri sendiri, sehingga mengabaikan kehidupan sosialnya.
- 2) Seringkali tampak murung dan depresi.
- 3) Punya masalah dalam kebiasaan makan misalnya anorexia yang mengarah pada obesitas, yang membahayakan bagi tubuhnya.
- 4) Mereka suka berpikir negatif dan gagal untuk mengenali potensi yang dimilikinya.
- 5) Takut dikritik dan merespon pujian dengan negatif.
- 6) Takut untuk mengambil tanggung jawab.
- 7) Takut untuk membentuk opininya sendiri.
- 8) Hidup dalam keadaan pesimis.

#### **b. Bimbingan Kelompok**

Pranoto (2018), mengartikan bimbingan kelompok adalah layanan

yang dilaksanakan dalam susasana kelompok membahas tentang permasalahan umum dan di dalamnya terdapat topik tugas dan topik bebas.

Tujuan Bimbingan Kelompok adalah untuk memberi informasi dan data untuk mempermudah pembuatan keputusan dan tingkah laku. Selain itu, tujuan yang ingin dicapai dalam layanan bimbingan kelompok adalah pengembangan pribadi, pembahasan topik-topik atau masalah-masalah umum secara luas dan mendalam yang bermanfaat bagi anggota kelompok sehingga terhindar dari permasalahan yang berkaitan dengan topik atau masalah yang dibahas (Wibowo, 2005:18).

Tohirin (2008: 67) menyatakan bahwa manfaat bimbingan kelompok pada dasarnya adalah sebagai berikut:

- a) Memberi kesempatan yang luas kepada siswa untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya,
- b) Siswa memiliki pemahaman yang objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan,
- c) Menimbulkan sikap positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok,
- d) Siswa dapat

menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik, e)

Siswa mampu melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula.

Tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok menurut Pranoto (2016) ada empat tahap yang umumnya diterapkan dalam pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Tahapan tersebut diuraikan sebagai berikut:

**Tahap 1: tahap pembentukkan kelompok** (*forming the group*).

Pembentukan kelompok terdiri dari perincian organisasional sebelum kelompok dimulai. Rincian kegiatannya meliputi tahap pengenalan, penyampaian tujuan kelompok, harapan-harapan yang ingin dicapai oleh masing-masing sebagian atau seluruh anggota kelompok, dan frekuensi lamanya pertemuan. **Tahap 2: tahap peralihan**, yaitu tahap transisi untuk menjelaskan kegiatan yang ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan



keikutsertaan anggota, dan kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama atau tahap pembentukan.

**Tahap 3: tahap kegiatan** yaitu tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok.

Pemimpin mendorong perilaku anggota kelompok, dengan membiarkan mereka mengetahui apa yang diharapkan, melalui kemampuan komunikasi dan pemutaran film. Pada tahap inilah pembahasan masalah secara tuntas dengan melibatkan seluruh kemampuan berpikir dan pengendalian, pengelolaan emosional diri sendiri, pemahaman emosi orang lain, motivasi, empati dan keterampilan sosial setiap anggota dapat diamati. **Tahap 4: tahap pengakhiran.**

Pada saat ini pemimpin kelompok mengantarkan anggota mereka kepada kerangka rujukan behavioral, yang langsung mengontrol tingkah laku anggota kelompok. Tahap ini merupakan tahap penutup, suatu model untuk perubahan. Pada bagian ini anggota kelompok menjadi lebih spesifik atas upaya-upaya yang mereka lakukan. Pemimpin kelompok dapat memberikan penguatan (*reinforcement*), memotivasi pengulangan perilaku (*behavioral rehearsal*), pelatihan perilaku yang diubah (*coaching*), memberikan penilaian proses dan

penilaian hasil kegiatan. Seperti halnya dalam Pranoto (2017) tahapan dalam bimbingan kelompok yaitu: 1) tahap pembentukan, 2) tahap peralihan, 3) tahap kegiatan, dan 4) tahap akhir/penutup.

### c. Media Film

Menurut Musfiqon (2012: 106), film pada hakekatnya merupakan penemuan baru dalam interaksi belajar mengajar yang dikombinasikan dua macam indera pada saat yang sama. Film adalah serangkaian gambar yang diproyeksikan ke layar pada kecepatan tertentu sehingga menjadikan urutan tingkatan yang berjalan terus, sehingga menggambarkan pergerakan yang nampak normal.

Di dalam pembuatan film juga memuat tujuan tertentu yang diharapkan oleh si pembuat film tersebut, misalnya tujuan afektif dimana si pembuat film mengharapkan adanya perubahan sikap dari subyek yang diteliti setelah dilakukan penayangan film tersebut, Nursalim (2010).

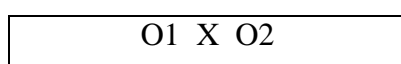
Dengan hasil pembelajaran, penggunaan media film dapat mengembangkan afeksi siswa dalam belajar, yang ditandai adanya sikap siswa yang menerima, mendengar dan memperhatikan guru saat menjelaskan

pembelajaran di kelas. Penelitian ini menggunakan media film sebagai penunjang dalam penyampaian materi, dan penekanannya adalah ingin melihat keefektifan bimbingan kelompok berbantuan media film untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

## METODE PENELITIAN

### 1. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*, dengan cara membandingkan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberi bimbingan kelompok menggunakan media film (before-after). Model eksperimen pertama dan kedua dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan: O1 : data sebelum  
diberi bimbingan  
kelompok

X : tindakan  
bimbingan  
kelompok  
menggunakan  
media film

O2 : data posttest  
setelah diberi  
bimbingan

kelompok  
menggunakan  
media film  
(Sugiyono, 2012:  
415).

Berdasarkan bagan di atas dapat dijelaskan sebagai berikut: Eksperimen dilakukan dengan membandingkan hasil skor angket sebelum (O1) dengan sesudah diberi bimbingan kelompok (O2).

### 2. Tahapan Penelitian

Efektifitas layanan bimbingan kelompok berbantuan media film untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa diujikan pada siswa kelas X di SMA Negeri 2 Mejayan, berdasarkan data awal diperoleh 34 siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. Namun karena dalam penelitian ini menerapkan layanan bimbingan kelompok, maka dari 34 siswa tersebut ditetapkan sebanyak sepuluh (10) siswa yang mempunyai masalah kepercayaan diri sangat rendah. Dengan demikian 10 siswa yang memiliki masalah kepercayaan diri sangat rendah tersebut ditetapkan sebagai anggota bimbingan kelompok. Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan berbantuan film tersebut dilaksanakan



sebanyak dua kali pertemuan, dengan alokasi waktu 60 menit/pertemuan.

Desain uji coba penelitian ini meliputi tahap persiapan dan tahap pelaksanaan dengan menggunakan empat tahapan, antara lain: a) Tahap Pembentukan, b) Tahap peralihan, c) Tahap kegiatan, d) Tahap Pengakhiran.

### **3. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan konseling berbantuan media film. Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri. Pada hakikatnya variabel bebas atau *independent variable* adalah variabel yang diprediksi mempengaruhi variabel bebas. Variabel terikat disebut juga *dependent variable* adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

Secara khusus indikator variabel kepercayaan diri adalah meliputi hal-hal sebagai berikut: a) Keyakinan akan kemampuan diri, b) Berperilaku obyektif, c) Tanggung jawab, d) Tidak bergantung kepada orang lain, dan e) Optimis dalam berperilaku.

### **4. Sampel, dan Teknik Sampling Penelitian**

Menurut Sugiyono (2012: 118) sampel adalah bagian dari jumlah daampel penelitian ditetapkan sebanyak 10 siswa, yaitu yang memiliki masalah kepercayaan diri sangat rendah, sedangkan teknik sampling penelitian yang digunakan adalah sampling jenuh.

### **5. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Angket penelitian disusun dalam bentuk obyektif, bersifat tertutup. Banyaknya item angket dalam penelitian ini disediakan 25 butir, yang dibedakan menjadi pernyataan positif dan pernyataan negatif. Angket penelitian disusun atas dasar kisi-kisi angket, yang disusun atas dasar indikator yang kemudian dijabarkan ke dalam deskriptor.

Mengingat bahwa analisis data penelitian menggunakan statistik maka data yang bersifat kualitatif diubah menjadi data yang bersifat kuantitatif. Skala yang digunakan untuk pengukuran percaya diri yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Likert.

### **6. Instrumen Pengumpulan Data**

Instrumen Pengumpulan Data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis, lebih menekankan pada



pengukuran sikap yaitu kepercayaan diri siswa.

### 7. Uji Coba Alat Ukur

Pengujian alat ukur dilakukan dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas. Untuk uji validitas instrument dipergunakan teknik Product Moment. Sedangkan untuk mencari internal konsistensi atau reliabilitas

digunakan teknik pengujian Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) dengan pertimbangan dapat digunakan pada angket yang jawabannya lebih dari dua pilihan.

### 8. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistic dengan rumus bangun t-test.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut hasil statistik dari hasil dan pembahasan penelitian tentang layanan bimbingan kelompok dalam

meningkatkan kepercayaan diri hasil pre-test dan post-test pada tabel 1 di bawah ini:

**Tabel 1.** Persiapan Menghitung Perbedaan Kepercayaan Diri antara Sebelum dan Sesudah Diberi Bimbingan Kelompok

I	Xi	f	fX	fX <sup>2</sup>	Yi	f	fY	fY <sup>2</sup>
81-85	83	0	0	0	83	1	83	6889
76-80	78	0	0	0	78	1	78	6084
71-75	73	0	0	0	73	5	365	26645
66-70	68	2	136	9248	68	1	68	4624
61-65	63	4	252	15876	63	2	126	7938
56-60	58	4	232	13456	58	0	0	0
Jml	--		620	38580		10	720	52180

## PERHITUNGAN

$$M_x = fX/N = 620 : 10 = 62$$

$$SD_x^2 = (\sum fX_x^2 : N) - M_x^2 = (38580 : 10) - (62)^2 = 3.858 - 3.844 = 14$$

$$SD_{M_x}^2 = \sum fX^2 : (N - 1) = 14 : 9 = 1,56$$

$$M_y = fY/N = 720 : 10 = 72$$

$$SD_y^2 = (\sum fY^2 : N) - M_y^2 = (52180 : 10) - (72)^2 = 5.218 - 5.184 = 34$$

$$SD_{M_y}^2 = \sum fY^2 : (N - 1) = 34 : 9 = 3,78$$



$$SD_{bM} = \sqrt{SD_{Mx}^2 + SD_{My}^2} = \sqrt{1,56 + 34} = \sqrt{35,56} = 5,963$$

$$t = \frac{(Mx - My)}{SD_{bM}} = \frac{72 - 62}{5,395} = \frac{10}{5,395} = 1,854$$

Harga t-hitung = 5,395 dan harga t-tabel untuk d.b (N - 1) 10 - 1 = 9 adalah 0,703/TS= 5% .  
Kelompok.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut: Terdapat efektifitas layanan bimbingan kelompok berbantuan media film untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Mejayan Kabupaten Madiun tahun pelajaran 2015-2016 sebesar 16,14%.

### DAFTAR PUSTAKA

- Elfiky, Ibrahim. (2014). *Terapi Berpikir Positif*. Zaman Transforming Lives: Jakarta.
- Mastuti, Indari. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Hi-Fest Publishing: Jakarta.
- Musfiqon. (2012). *Pengembangan Media dan Sumber Belajar*. Prestasi Pustaka: Jakarta.
- Pranoto, H. (2016). Group Guidance Services With Self Regulation Techniques For Students.

Simpulan t-hitung > t-tabel (Signifikan):  
“Ada perbedaan kepercayaan diri antara sebelum dan sesudah diberi bimbingan

*GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 180-189.

- Pranoto, H. (2016). UPAYA MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DI SMA NEGERI 1 SUNGKAI UTARA LAMPUNG UTARA. *JURNAL LENTERA PENDIDIKAN PUSAT PENELITIAN LPPM UM METRO*, 1(1), 100-111.
- Pranoto, H., Atieka, N., Wihardjo, S. D., Wibowo, A., & Nurlaila, S. (2016). Group guidance services with self-regulation technique to improve student learning motivation in Junior High School (JHS). *Educational Research and Reviews*, 11(24), 2146-2154.
- Pranoto, H., Wibowo, A., & Atieka, N. (2017). LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MAHASISWA PRODI BK MENGGUNAKAN MEDIA ICT (INFORMATION AND COMMUNICATIONS TECHNOLOGY) BASIS

- SOCIAL MEDIA. *MIKROTIK: Jurnal Manajemen Informatika*, 7(2), 14-24.
- Pranoto, H., Atieka, N., Fajarwati, R., & Septora, R. (2018). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Regulation Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 87-112.
- Nursalim, Mochamad. (2010). *Media Bimbingan dan Konseling*. Unesa University Press: Surabaya.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta: Bandung.
- Tohirin. (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. PT Raja Grafindo Persada: Jakarta.