

Urgensi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di Sekolah MAN 1 Kota Sungai Penuh

Tetti Seprina, Nurhalis
Madrasah Aliya Negeri 1 Sungai Penuh
Email : tettiseprina@gmail.com

Abstrak

Artikel ini mengangkat judul "Urgensi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di Sekolah Madrasah Negeri 1 (MAN 1) Kota Sungai Penuh". Berdasarkan hasil pemantauan penulis di MAN 1 Sungai Penuh menunjukkan bahwa sebagian siswa memiliki penilaian yang berbeda-beda dalam menilai dirinya sendiri. Sebagian siswa menunjukkan sikap mudah tersinggung, merasa rendah diri, apatis dalam pergaulan, dan suka menutup diri. Dalam pembelajaranpun, siswa-siswa itu merasa kemampuan dirinya dalam belajar sangat rendah jika dibandingkan dengan siswa-siswa lainnya. Siswa-siswa ini diindikasikan memiliki keyakinan diri yang rendah terhadap kemampuan belajarnya, sehingga cenderung kurang memiliki minat, motivasi, dan gairah yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran sehari-hari, sehingga terkesan acuh tak acuh dalam mengikuti pembelajaran. Jika permasalahan ini dibiarkan berlarut-larut, maka akan mengakibatkan efek yang negatif bagi perkembangan prestasi belajar mereka selama mengikuti kegiatan pendidikan di madrasah ini. Untuk memperjelas pokok permasalahan dan agar tetap fokus pada permasalahan yang diteliti, penulis membatasi masalah sebagai berikut: Fokus masalah adalah pada efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa MAN 1 Sungai Penuh.

Kata Kunci : Urgensi, Layanan, Bimbingan, Kepercayaan, Diri Siswa.

Abstract

This article addresses the issue of "The Urgency of Group Guidance Services in Enhancing Students' Self-Confidence at State Islamic Senior High School 1 (MAN 1) Sungai Penuh." Based on the author's observations at MAN 1 Sungai Penuh, it is evident that some students have varying self-assessments. Some students display sensitivity, low self-esteem, apathy in social interactions, and a tendency to isolate themselves. In their academic pursuits, these students perceive their learning abilities to be significantly lower compared to their peers. Consequently, they exhibit low self-confidence in their academic capabilities, resulting in reduced interest, motivation, and enthusiasm in their daily learning activities, leading to a lack of engagement in the learning process. If this issue persists, it may negatively impact their academic achievements throughout their education at this madrasah. To clarify the main problem and maintain focus on the research issue, the author limits the problem as follows: The main focus is on the effectiveness of implementing group guidance services using problem-solving techniques to enhance students' self-confidence at MAN 1 Sungai Penuh.

Keywords: Urgency, Services, Guidance, Confidence, Students.

Pendahuluan

Sekolah merupakan lembaga tempat anak terutama diberi pendidikan intelektual, yakni mempersiapkan anak untuk sekolah yang lebih lanjut. Oleh sebab itu cukup penting dan berat, maka perhatian sekolah sebagian besar ditujukan kepada aspek intelektual dan kepribadian anak didik.(Nasution, 1999). Salah satu kegiatan pendidikan di sekolah yang penting dalam mengembangkan aspek kepribadian anak didik adalah layanan bimbingan dan konseling.

Dengan adanya pelayanan bimbingan konseling, siswa dapat memperoleh keuntungan. Tindakan tersebut menyebabkan orang yang belum dewasa menjadi dewasa dengan memiliki nilai-nilai kemanusiaan, dan hidup menurut nilai-nilai tersebut. Salah satu aspek pendidikan yang perlu mendapat perhatian adalah kemampuan siswa mengenal dan menilai dirinya sendiri, dan memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri. Bimbingan dan konseling berperan dalam mendampingi siswa dalam beberapa hal, yaitu dalam perkembangan belajar di sekolah, mengenal diri sendiri dan mengerti kemungkinan-kemungkinan yang terbuka bagi mereka, menentukan cita-cita dan tujuan dalam hidupnya serta menyusun rencana tujuan – tujuan tersebut,serta mengatasi masalah pribadi yang mengganggu belajar di sekolah.(Hartono dan Boy Sumardji, 2009). Seperti halnya pada pelayanan bimbingan konseling, konselor dalam hal ini guru bimbingan dan konseling berperan dalam upaya pemberian bantuan terhadap siswa agar bisa berkembang secara mandiri dan dapat menyelesaikan permasalahannya yang sedang dihadapi. Tindakan tersebut menyebabkan orang yang belum dewasa menjadi dewasa dengan memiliki nilai-nilai kemanusiaan, dan hidup menurut nilai-nilai tersebut

Salah satu upaya yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam rangka membantu konseli/siswa menghadapi masalahnya adalah dengan memberikan pelayanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok; masalah yang dibahas itu adalah masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok.(Hilalan Ramadhan, 2002). Layanan bimbingan kelompok

mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan, pribadi dan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok; masalah yang dibahas itu adalah masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok.(Hallen. A, 2008). Dalam bimbingan kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Topik masalah pribadi itu dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota di bawah bimbingan pimpinan kelompok (Konselor).(Prayitno, 2004). Salah satu bentuk teknik layanan konseling yang dapat dilakukan dengan suasana kelompok di sekolah adalah melalui teknik *problem solving*. Salah satu tujuan diterapkannya teknik *problem solving* bagi siswa bermasalah (klien) menurut Dewa Ketut Sukardi adalah untuk dapat membantu siswa dalam memecahkan masalahnya, dan di dalamnya konselor harus memahami secara seksama seluk-beluk dan lika-liku masalah yang dihadapi siswa itu.(Dewa Ketut Sukardi, 1998)

Problem solving adalah suatu pendekatan dalam menghadapi masalah. *Problem solving* juga merupakan suatu prosedur yang di dalamnya terdapat langkah-langkah yang harus diikuti dalam memecahkan sebuah masalah yang dihadapi seseorang sebagai perorangan atau seseorang sebagai pemimpin organisasi atau anggota organisasi.(Hartono dan Boy Sumardji, 2008) Teknik *problem solving* adalah suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya.(Anonim, 2021). Teknik pemecahan masalah mengajarkan pada individu bagaimana memecahkan masalah secara sistematis.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa betapa pentingnya layanan konseling ini dalam mengatasi permasalahan siswa di MAN 1 Sungai Penuh. Masih banyak siswa yang belum bisa berperilaku secara normatif, antara lain mulai dari berperilaku tidak sopan, berbohong (termasuk membolos), membuat onar hingga berkelahi. Hal ini

terjadi antara lain dari sisi peran yang semestinya dilakukan oleh seorang konselor sekolah dalam pengembangan aspek pribadi dan sosial siswa yang belum maksimal.

Rasa percaya diri, motivasi dan minat siswa dalam belajar sangat berhubungan dengan penilaian siswa terhadap kemampuannya sendiri dalam pembelajaran. Hal ini disebabkan ketika ia menilai dirinya kurang mampu dalam menguasai materi pelajaran akan menyebabkan rasa percaya diri siswa dalam belajar akan berkurang begitu juga dengan minat maupun motivasi belajarnya. Hal ini dapat menyebabkan proses pembelajaran tidak akan berjalan secara optimal dan berpengaruh pada hasil belajarnya. Penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri inilah yang di dalam psikologi pendidikan dikenal dengan istilah percaya diri. Secara umum, percaya diri adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Percaya diri tidak berkaitan langsung dengan kecakapan yang dimiliki individu, melainkan pada penilaian diri tentang apa yang dapat dilakukan, tanpa terkait dengan kecakapan yang dimiliki. Dengan demikian, percaya diri merupakan masalah persepsi subyektif, artinya percaya diri tidak selalu menggambarkan kemampuan yang sebenarnya, tetapi terkait dengan keyakinan yang dimiliki individu. Percaya diri sebagai kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi tertentu.

Menurut Warsito, kepercayaan diri mempengaruhi siswa dalam memilih kegiatannya. Siswa dengan rasa percaya diri yang rendah mungkin menghindari pelajaran yang banyak tugasnya, khususnya untuk tugas-tugas yang menantang, sedangkan siswa dengan percaya diri yang tinggi mempunyai keinginan yang besar untuk menyelesaikan tugas-tugasnya.(Warsito, 2004). Pengertian-pengertian tersebut memberikan pemahaman bahwa kepercayaan diri adalah penilaian yang berupa keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas, mengatasi masalah, dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan hasil tertentu.

Perasaan efektifitas yang kuat sangat dibutuhkan bagi kesehatan psikologis manusia. Hal ini dikarenakan level motivasi, kondisi afektif, dan tindakan seseorang hampir selalu didasarkan pada apa yang ia percayai.(Miftahul Huda, 2014). Seseorang yang memiliki percaya diri tinggi percaya bahwa mereka dapat menanggulangi kejadian dan situasi secara efektif. Mereka mempunyai kepercayaan diri yang tinggi berkaitan dengan kemampuan mereka dibanding dengan orang yang memiliki percaya diri rendah, dan mereka hanya menunjukkan sedikit keraguan terhadap diri sendiri. Tingginya

percaya diri menurunkan rasa takut akan kegagalan, meningkatkan aspirasi, meningkatkan cara penyelesaian masalah, dan kemampuan berpikir analitis. Dalam setiap proses pembelajaran, siswa diharapkan memiliki percaya diri yang tinggi agar memberikan hasil yang baik dari proses pembelajaran tersebut. Dapat disimpulkan bahwa percaya diri sangat mempengaruhi kinerja seseorang yaitu semakin tinggi percaya diri individu maka semakin baik pula hasil kerjanya.

METODE

Penelitian yang penulis lakukan adalah penelitian eksperimen. Adapun yang dimaksud dengan penelitian eksperimen menurut Gay (dalam Consuelo G. Sevilla) yaitu “satu-satunya metode penelitian yang benar-benar dapat menguji hipotesis mengenai hubungan sebab akibat”.(Consuelo G. Sevilla, 1993). Selanjutnya dia menyatakan bahwa metode eksperimen dapat mewakili pendekatan yang paling sah dalam memecahkan masalah, baik secara praktis maupun secara teori.

Penelitian eksperimen dapat diartikan juga sebagai penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat.(Riduan, M.B.A, 2005). Penelitian eksperimen menurut Suharsimi Arikunto yaitu “merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek selidik, dengan kata lain penelitian eksperimen mencoba meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat”.(Suharsimi Arikunto, 2009). Model eksperimen yang dipakai adalah *true eksperimen*, (eksperimen betuk-betul/murni). Menurut Sugiyono penelitian dikatakan *true eksperimen* karena “ penelitian dapat mengontrol semua variabel luar yang dapat mempengaruhi jalannya eksperimen. Pada penelitian ini penulis akan menggunakan penelitian *true eksperimen* dengan model *randomized control group pretest-posttest design*. Penelitian model ini dilakukan dengan cara, “sebelum melakukan perlakuan kedua kelompok diberi perlakuan atau pretest untuk mengukur kondisi awal (01). Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberi perlakuan (X) dan pada kelompok perbandingan tidak diberi. Sesudah selesai penelitian kedua kelompok diberi test lagi sebagai *posttest* (02)”(Suharsimi Arikunto, 2009). Apabila digambarkan adalah sebagai berikut:

Tabel 1

Group Eksperimen dan Kontrol

R Group	Pretest	Treatmen	Posttest
Eksperimen (E)	O1	X	O2
Kontrol/Pembanding (P)	O1		O2

Maksudnya pada penelitian ini peneliti akan melakukan penelitian kepada sekelompok sampel, di mana sampel tersebut sudah dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen (E) dan sebagai kelompok kontrol (P). tapi sebelum kelompok eksperimen diberi Treatmen (X) , maka kedua kelompok terlebih dahulu diberi tes (O1) untuk melihat kondisi masing-masing kelompok, setelah itu baru diberikan treatmen (X) kepada kelompok eksperimen dan kemudian diberikan tes kembali (O2) dan hasilnya dibandingkan dengan hasil tes pertama. Secara garis besar langkah-langkah penelitian ini adalah:

Melakukan *pre-test*, yaitu memberikan test berupa pertanyaan atau pernyataan yang berkaitan dengan tanggapan atau respons siswa berkaitan dengan disiplin belajar, sebelum dilaksanakan layanan penguasaan konten, baik itu kepada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

Melakukan *treatmen*, memberikan perlakuan yaitu layanan penguasaan konten yang berisi tentang kedisiplinan belajar kepada kelompok eksperimen, sementara itu kelompok kontrol/ pembanding tidak diberi layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Memberikan *posttest* setelah perlakuan diberikan, yaitu mengadakan tes dengan memberikan angket yang sama dengan tes awal, baik itu pada kelompok eksperimen maupun terhadap kelompok kontrol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bimbingan dan konseling merupakan gabungan dua unsur kata, yaitu bimbingan dan konseling. Secara etimologis kata bimbingan memiliki makna menunjukkan, menuntun, ataupun membantu. Sesuai dengan istilahnya maka secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai bantuan atau tuntunan.(Hallen A, 2008). Pada dasarnya, bimbingan merupakan upaya untuk membantu mengoptimalkan individu. Bimbingan merupakan suatu alat untuk mendewasakan anak. Prayitno dan Erman Amti menjelaskan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan kepada seorang atau

beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dan terentasnya masalah yang dihadapi.(Prayitno dan Erman Amti, 2008). Prosesnya pun harus dengan memanfaatkan kemampuan seorang ahli dibidang ini dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku

Bimbingan adalah proses bantuan yang diberikan oleh konselor/ pembimbing kepada konseli agar konseli dapat memahami dirinya, mengarahkan dirinya, memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.(Anas Salahudin, 2008). Bimbingan yang dimaksud ditujukan agar terbimbing dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (keluarga, sekolah, masyarakat), serta mengambil manfaat dari peluang-peluang yang dimilikinya dalam rangka mengembangkan diri sesuai dengan potensi-potensinya, sehingga berguna bagi dirinya dan masyarakatnya. Dewa Ketut Sukardi menyatakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri dan dapat mengembangkan potensi dirinya.(Dewa Ketut Sukardi, 2008).

Adapun konseling secara etimologis berasal dari bahasa latin, yaitu "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami", sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari "*sellan*" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan" didefinisikan sebagai ikhtiar pengaruh psikologis yang dapat diadakan terhadap sesama manusia. Dalam arti luas diartikan sebagai hubungan yang sengaja diadakan dengan manusia lain, dengan maksud agar dengan pelbagai cara psikologis, sehingga dapat diperoleh sesuatu efek tertentu dari hubungan itu.(Koester Partowisastro, 1991).

Hallen berpendapat konseling sebagai suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.(Hallen, 2008). Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya.(Yahya Jaya, 2003). Konseling

dilakukan agar konseli merasa bahagia dan perilakunya dapat lebih efektif dari sebelumnya.

Secara khusus pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan, meliputi aspek-aspek pribadi-sosial, belajar dan karier.(Dewa Ketut, 2008). Tujuan umum bimbingan dan konseling membantu individu agar dapat mencapai perkembangan secara optimal sesuai dengan bakat, kemampuan, minat dan nilai-nilai, serta terpecahnya masalah-masalah yang dihadapi individu (klien). Tujuan khusus bimbingan dan konseling langsung terkait pada arah perkembangan klien dan masalah-masalah yang dihadapi.(Prayitno dan Erman Amti, 2008). Dalam sumber lain, Prayitno juga menjelaskan bahwa upaya bimbingan dan konseling bertujuan untuk mengkondisikan peserta didik mengenal dan menerima diri sendiri serta mengenal dan menerima lingkungannya secara positif dan dinamis, serta mampu mengambil keputusan, mengarahkan dan mewujudkan diri sendiri secara efektif dan produktif sesuai dengan peranan yang diinginkannya.(Prayitno, 2001)

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *problem solving*

Kata “efektivitas” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai berhasil atau tidaknya suatu tindakan dalam mencapai tujuan/maksud.(KBBI, 2008). Adapun layanan bimbingan kelompok adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok.(Prayitno dan Erman Amti, 2001). Teknik *problem solving* adalah suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya.(Taufik, 2002)

Kepercayaan Diri Siswa

Kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan bahwa seorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan suatu yang menyenangkan bagi orang lain.(M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita, 2010) Kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan bahwa seorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan suatu yang menyenangkan bagi orang Lain.(M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita, 2010). Siswa adalah istilah lain dari murid, peserta didik, atau anak didik, yaitu anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui proses

pendidikan pada jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu. UU RI No. 20, 2003). Siswa yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa-siswa kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Sungai Penuh yang mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*, dimana layanan ini ditujukan untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Fungsi dan Tujuan Layanan dan Bimbingan

Bimbingan dan konseling adalah upaya pemberian bantuan yang dirancang dengan menfokuskan pada kebutuhan, kekuatan minat, dan isu-isu yang berkaitan dengan tahapan perkembangan anak dan merupakan bagian penting dan integral dari keseluruhan program pendidikan. (M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita, 2010). Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa bimbingan dan konseling adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang diberikan oleh pembimbing, dengan tujuan agar individu memiliki kemampuan atau kecakapan memahami dirinya, lingkungannya, serta dapat mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat.

a. Tujuan Bimbingan dan Konseling

Kesimpulan yang dapat ditarik dari berbagai pendapat di atas adalah tujuan bimbingan dan konseling semuanya mengarahkan kepada peserta didik agar peserta didik lebih memahami dirinya sendiri baik dari kekurangannya maupun kelebihanannya, untuk berani mengambil sendiri keputusan yang baik (sesuai dengan bakat, kemampuan dan minat) untuk dirinya, serta membantu siswa mencapai tujuan-tujuan perkembangan dalam mewujudkan pribadi yang taqwa, mandiri, dan tanggung jawab, serta memandirikan peserta didik, mengenali, memahami dan mengembangkan potensi, kekuatan dan tugas-tugas perkembangan mereka secara optimal.

b. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Secara khusus fungsi bimbingan dan konseling ditinjau dari kegunaan atau manfaat atau keuntungan-keuntungan apa yang diperoleh secara garis besar dikelompokkan menjadi: fungsi pencegahan, fungsi pemahaman, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan, dan fungsi pengembangan. (Prayitno dan Erman Amti, 2008). Berikut penjabarannya.

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman yaitu fungsi yang menghasilkan pemahaman bagi konseli atau kelompok tentang dirinya, lingkungannya, dan berbagai informasi yang dibutuhkan.(Hartono dan Boy Sumardji, 2012). Pemahaman klien/konseli yang dimaksud mencakup :

- a) Pemahaman tentang diri siswa, terutama oleh siswa itu sendiri, orang tua, guru, dan guru pembimbing.
- b) Pemahaman tentang lingkungan siswa.
- c) Pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas (termasuk didalamnya informasi pendidikan, jabatan atau pekerjaan, karir, dan informasi budaya) terutama oleh siswa.(Prayitno, 2001)

Pemahaman-pemahaman ini sangat diperlukan, karena dengan pemahaman-pemahaman seperti yang disebutkan di atas, klien akan memahami tujuan dan manfaat dari pelayanan bimbingan dan konseling yang akan diberikan.

2) Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan, yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya supaya tidak dialami oleh konseli.(Anas Salahuddin, 2008). Layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa dimaksud agar tercegahnya dan terhindarnya peserta didik dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul yang akan dapat mengganggu, menghambat ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya.

3) Fungsi Pengentasan

Fungsi pengentasan dimaksudkan bahwa bimbingan dan konseling yang dilakukan akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami peserta didik.(Prayitno, 2001). Orang yang mengalami masalah itu dianggap berada dalam suatu keadaan yang tidak menyenangkan sehingga perlu diangkat atau dikeluarkan dari bendanya yang tidak menyenangkan itu.Ia perlu dientas dari keadaan yang tidak disukainya itu. Inilah yang dinamakan fungsi pengentasan.(Prayitno dan Erman Amti, 2008)

Fungsi pengentasan dalam berbagai sumber dipakai dengan istilah fungsi perbaikan, fungsi penyembuhan, atau fungsi kuratif. Dengan fungsi ini, diharapkan masalah-masalah klien dapat terentaskan setelah dilakukan layanan.

4) Fungsi Pemeliharaan

Fungsi ini berarti bahwa layanan bimbingan dan konseling yang diberikan dapat membantu para siswa dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan.(Prayitno dan Erman Amti, 2008). Dalam fungsi ini hal-hal yang dipandang positif dijaga agar tetap baik dan mantap, dengan demikian siswa dapat mengembangkan dan memelihara berbagai potensi dan kondisi yang positif. Mengacu pada salah satu atau lebih dari satu fungsi bimbingan dan konseling di atas diharapkan, setiap layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling dapat diidentifikasi dan dievaluasi hasilnya.

5) Fungsi Pengembangan

Pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada siswa untuk membantu para siswa dalam mengembangkan keseluruhan potensi secara lebih terarah.(Dewa Ketut Sukardi, 2008) Bimbingan dan konseling dapat berfungsi pengembangan, artinya layanan yang diberikan dapat membantu para siswa dalam mengembangkan keseluruhan pribadinya secara lebih terarah dan mantap. Fungsi pengembangan dilakukan melalui kegiatan pengaturan tempat duduk siswa, ventilasi udara, penjurusan bakat dan minat siswa, dan sebagainya.

Layanan Bimbingan Kelompok

Ada banyak pengertian bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh para ahli. Layanan bimbingan kelompok pada dasarnya adalah layanan bimbingan perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana dinamika diskusi kelompok.(Prayitno dan Erman Amti, 2008). Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang berkembang, yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesama anggota kelompok.(Dewa Ketut Sukardi, 2008)

Layanan bimbingan kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan kepribadian, sikap, tingkah laku dan pertumbuhannya. Bimbingan kelompok bersifat pencegahan (preventif), dalam arti, bahwa individu yang bersangkutan mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar dalam masyarakat.(Hartono dan Boy Sumardji, 2009). Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam situasi dan dinamika kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karier).(Anas Salahudin, 2008). Layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok.(Hallen, 2008)

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi masing-masing anggota kelompok dalam suasana dinamika diskusi secara kelompok.

Teknik *Problem Solving*

Teknik *problem Solving* adalah suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya.(Taufik, 2002). Teknik pemecahan masalah mengajarkan pada individu bagaimana memecahkan masalah secara sistematis, serta merangsang perkembangan kemajuan berfikir klien untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan tepat.

Adapun unsur-unsur keterampilan *problem solving* yang bisa dilakukan seorang konselor bertujuan untuk:

- a. Berpikir dan bertindak kreatif.
- b. Memecahkan masalah yang dihadapi secara realistis
- c. Mengidentifikasi dan melakukan penyelidikan.
- d. Menafsirkan dan mengevaluasi hasil pengamatan.(Taufik, 2002)

Konsentrasi pada interaksi ini adalah pada masalah yang dihadapi konseli (anggota). Peserta diminta menyampaikan permasalahannya untuk memperoleh beberapa pandangan, pemikiran dan alternatif yang dapat membantu menyelesaikan masalahnya

Adapun langkah-langkah pemecahan masalah melalui teknik *problem solving* adalah(Taufik, 2002):

- a. Identifikasi dan rumusan masalah.

Dalam poin ini, masalah sebaiknya dirumuskan secara jelas karena kelompok yang mempunyai masalah, lokasinya, waktu, dan perubahan yang diinginkan dengan jelas sehingga mempermudah pemecahannya. Apabila masalah merupakan masalah kelompok, rumusan masalah dapat dilakukan oleh anggota kelompok.

- b. Menentukan sebab-sebab masalah.

Setelah merumuskan masalah dengan jelas langkah selanjutnya adalah mengidentifikasi sebab-sebab masalah. Untuk menentukan luasnya masalah, harus mengumpulkan data yang berhubungan dengan masalah tersebut. Data yang terkumpul kemudian dipilah-pilahkan, mana yang menjadi pendorong pemecahan masalah.

- c. Mencari alternatif pemecahan masalah

Ada beberapa tahap memilih alternatif masalah, tahap pertama mengambil alternatif-alternatif yang tepat adalah mengambil keputusan mana dari alternatif-alternatif tersebut yang dipilih kelompok. Pemilihan alternatif itu dibuat dengan cara menguji keuntungan dan kelemahan-kelemahan masing-masing alternatif. Tahap kedua yaitu penilaian setelah cara itu dilaksanakan, diadakan penilaian terhadap hasilnya. Penilaian itu dilakuakn dengan melihat apakah ada kesenjangan antara masalah yang dirumuskan dengan pelaksanaan pemecahan masalahnya atau tidak. Apabila masih ada kesenjangan, maka masalahnya ditinjau ulang dengan langkah-langkah yang sama.

- d. Menguji masing-masing alternatif

Setelah sumber masalah dan sebab masalah sudah ditemukan, data yang dapat mendorong pemecahan masalah sudah terkumpul, langkah selanjutnya adalah menentukan beberapa alternative pemecahan masalah.

Esensi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah suatu aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Individu yang tidak memiliki kepercayaan diri yang akan dapat menimbulkan banyak masalah dalam kehidupannya, salah satunya adalah tidak mampu untuk mengeluarkan berbagai ide atau pendapat yang ada dalam pikiran.

Kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan bahwa seorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan suatu yang menyenangkan bagi orang lain.(M. Nuur Gufron dan Rini Risnawita.S, 2010). Berdasarkan pendapat ini dapat dipahai bahwa kepercayaan diri merupakan sebuah keyakinan yang dimiliki oleh seseorang tentang dirinya bahwa ia mampu untuk melakukan apapun yang diinginkan oleh individu itu sendiri.

Rasa percaya diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan memiliki kemampuan untuk memiliki serta mencapai sesuatu yang diinginkannya.(M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita, 2010) Berdasarkan pendapat ini dapat dipahami bahwasanya orang yang memiliki kepercayaan diri adalah orang yang mampu meyakinkan dirinya dengan kompetensi yang dimilikinya dan yakin bahwa ia akan mampu untuk melakukan hal yang diinginkannya.

Enung Fatimah juga mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah, “sikap positif seorang individu memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan maupun situasi yang dihadapinya”.(Enung Fatimah, 2006). Hal ini bukan berarti individu mampu dan berkompeten dalam melakukan segala sesuatu seorang diri, tetapi perasaan yakin dan mampu bahwa individu memiliki kompetensi untuk melakukan sesuatu. Penilaian positif terhadap diri sendiri merupakan salah satu bentuk dari kepercayaan diri seseorang.

Berdasarkan urain dan penjelasan dapat dipahami bahwa, orang-orang yang memiliki rasa percaya diri adalah orang yang mampu memandang positif terhadap diri

sendiri, kemampuan yang dimilikinya, serta situasi yang sedang dihadapinya. Individu yang memiliki rasa percaya diri juga tidak akan terdorong untuk melakukan sikap konformis demi diterima dan dihargai oleh orang lain.

KESIMPULAN

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan yang diselenggarakan di MAN 1 Sungai Penuh. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif.

Melalui layanan bimbingan kelompok di MAN 1 Sungai Penuh, hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, diringankan, melalui berbagai cara. Pikiran yang suntuk, buntu dan beku dicairkan dan didinamikkan melalui berbagai masukan dan tanggapan baru.

Kepercayaan harus dimiliki oleh setiap individu, karena dengan adanya rasa percaya diri individu akan mudah bergaul dan bersosialisasi dengan orang lain, sebagaimana yang diungkapkan oleh Rini dalam M Nur Ghufon dan Rini Risnawai S, "orang yang memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak

DAFTAR PUSTAKA

Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling, 2008*, Jakarta: Raja Grafindo Persada

Anonim, *Problem Solving, online*, <http://counselingcare.blogspot.com>, diakses Tanggal 12 Agustus 2021

Counsuelo G. Sevilla, *Pengantar Metode Penelitian*, (Jakarta: Universitas Indonesia-Press, 1993)

Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 2008, Jakarta: Pusat Bahasa
Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, 2008, Jakarta: Rineka Cipta

Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan*, 2006, Bandung: CV Pustaka Setia, 2006

- Erna Iswati, *Rahasia Kekuatan Pikiran Manusia*, 2009, Yogyakarta, Garailmu
- Hallen A., *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2008), cet. ke-4
- Hilalan Ramadhan, *Konsep Dasar Layanan Konseling Kelompok*, online dalam <http://hilalanramadhan.wordpress.com>,
- Hartono dan Boy Soemardji, *Psikologi Konseling*, 2009, Jakarta: Prenada Media Group, cet. ke-2,
- Koester Partowisastro, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah-Sekolah*, 1991, Jakarta: Erlangga
- Miftahul Huda, *Model-model Pengajaran dan Pembelajaran, 2014*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, 2010, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Nasution, *Teknologi Pendidikan*, 1999, Jakarta: Bumi Aksara
- Prayitno, *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan Konseling di Sekolah, 2001*, Bandung: Rineka Cipta, cet. ke-1
- Prayitno, *Layanan Konseling Kelompok (L.7)*, 2004, Padang: Jurusan BK FIP UNP
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 2008, Jakarta: Rineka Cipta
- Riduan, M. B A, *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru Karyawan dan Penelitian*, 2005, Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, 2009, Jakarta: PT Rineka Cipta
- Taufik, *Model-Model Konseling*, 2002, Padang: BK FIP UNP
- Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 1 ayat 4
- Warsito, *Jurnal Self-efficacy dengan Penyesuaian Akademik dan Prestasi Akademik*, 2004, Jakarta: Bumi Aksara
- Yahya Jaya, *Bimbingan Konseling Agama Islam*, 2003, Jakarta: Angkasa Raya, 2003