

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK
SELF INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN
DIRI SISWA KELAS VII MTS AL-MANAAR PULU RAJA
TAHUN PEMBELAJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

*Diajukan Guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Program Studi Pendidikan Bimbingan Dan Konseling*

Oleh

NOVITA ANGGRIANI
NPM. 1902080025



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2023**



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, Tanggal 23 September 2023, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama Lengkap : Novita Anggriani
N.P.M : 1902080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik Self Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ssiwa Kelas VII MTs. Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023.

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : (A) Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

Ketua


Dra. Hj. Syamsuarnita, M.Pd.

PANITIA PELAKSANA



Sekretaris


Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS, M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Drs. Zaharuddin Nur, M.M.
2. Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd.
3. Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag.

1.

3.

2.



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mochtar Basri No .3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238

Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Novita Anggriani
N.P.M : 1902080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023.

Sudah layak disidangkan.

Medan, September 2023

Disetujui Oleh :
Pembimbing

Deliati, S.Ag, S.Pd/M.Ag

Diketahui Oleh

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No .3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Lengkap : Novita Anggriani
NPM : 1902080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
28-08-2023	Memperbaiki Daftar isi dan Kata Pengantar.		
04-09-2023	Perbaiki tabel BAB 3		
07-09-2023	Memperbaiki pada BAB 4, Sintronisasi wawancara		
11-09-2023	Memperbaiki Penulisan dan Penyusunan Penulisan.		
13-09-2023	Bimbingan Penyusunan RPL		
14-09-2023	Disetujui untuk sidang skripsi		

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Medan, September 2023
Dosen Pembimbing Skripsi

Deliati, S.Ag., S.Pd., M., Ag



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Novita Anggriani
NPM : 1902080025
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan *Teknik Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul Penerapan Layanan Konseling Individual dengan *Teknik Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023 adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan yang sebenar-benarnya.

Medan, September 2023
Hormat saya
Yang membuat pernyataan,



NOVITA ANGGRIANI

ABSTRAK

Novita Anggriani. 1902080025. "Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTS Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023" Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan layanan konseling individual dengan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja tahun pembelajaran 2022/2023. Subjek didalam penelitian ini adalah siswa kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja yang berjumlah 4 orang dan mengalami masalah yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Untuk memperoleh data dan informasi dalam penelitian ini maka dilakukan observasi dan wawancara. Teknik analisi data yang digunakan ialah reduksi data, penyajian data, kesimpulan. Penerapan layanan konseling individual dengan *self instruction* pada siswa kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja ternyata berhasil secara efektif naik secara signifikan. Hal ini dapat dilihat dengan adanya perubahan pada diri siswa dalam kondisi kepercayaan diri siswa.

Kata Kunci : Konseling Individual dengan Self Instruction; Kepercayaan Diri

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji beserta syukur penulis sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan nikmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dalam bentuk yang sederhana dengan judul “Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023”.

Sholawat dan salam penulis sanjungkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari alam yang tidak berilmu pengetahuan kea lam yang berilmu pengetahuan yang penulis rasakan pada saat ini, semoga syafaatnya diperoleh di akhir kelak aamiin yarabbal’alamin.

Dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini banyak mengalami kesulitan baik ketika melakukan pengumpulan data dilapangan, maupun menyusun dan menulis skripsi ini, namun berkat doa, dorongan dan motivasi dari orang tua, pembimbing, keluarga, serta teman-teman seperjuangan, para dosen maupun pegawai akademik akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan maupun bimbingan dan dorongan.

Penulis ingin mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga kepada kedua orang tua penulis yaitu **Ayahanda Misno** dan **Ibunda Sugini** yang telah banyak sekali berjuang untuk mendidik dan membesarkan penulis, serta banyak memberikan do'a nya, motivasi, dukungan serta kasih sayang maupun materi untuk terus mendukung penulis sehingga dapat menyelesaikan studi sarjana di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Selanjutnya penulis ingin mengucapkan terimakasih juga kepada:

1. **Bapak Prof. Dr. Agussani, M.AP** Selaku rektor dari Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. **Ibu Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd** Selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
3. **Ibu Dr. Dewi Kesuma Nasution, S.S., M.Hum** Selaku wakil dekan 1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
4. **Bapak Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum,** Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
5. **Bapak Fauzi Hasibuan S.Pd., M.Pd** Selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera
6. **Ibu Sri Ngayomi Y.W S.Psi., M.Psi** Selaku wakil ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

7. **Ibunda Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag** Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi. Mudah-mudahan bantuan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlimpah ganda dari Allah SWT
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen beserta Staf pegawai Biro Fakultas yang telah memberikan bimbingan dan ilmunya kepada saya dan kelancaran administrasi selama menjalani perkuliahan
9. **Bapak Rahman, S.Pd** Selaku Kepala Sekolah MTs Al-Manaar Pulu Raja. Guru BK Ibu Indah, S.Pd, serta staf guru lainnya, siswa MTs Al-Manaar Pulu Raja yang juga turut membantu saya dalam melakukan riset disekolah
10. Kakak Kandung tersayang Sudewi, A.Md.Keb dan Sri Nurianti, S.Tr.Keb, M.K.M Yang selalu menanyakan perkembangan dan selalu memberikan dukungan selama penulisan skripsi
11. Putra Sari Ramadhan Sinaga yang selalu memberikan motivasi dan selalu setia menemani penulis sampai sekarang ini, terimakasih telah mendengarkan keluh kesah, berkontribusi dalam penulisan skripsi ini dan menjadi bagian perjalanan hingga penyusunan skripsi ini
12. Teman terdekat saya Eka Nur Fitri, Fathin Khadijah Harahap, Niken Levin Ayu yang selalu memberikan dukungan dan semangat
13. Rekan-rekan seperjuangan angkatan 2019 Bimbingan dan Konseling dan juga teman-teman Kelas BK A Pagi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan semangat kepada penulis dalam segala hal dan atas kebersamaan yang penuh kesan selama ini

14. Untuk saya sendiri **Novita Anggriani**, terima kasih sudah berjuang sampai hari ini, terimakasih untuk tidak pernah putus asa, dan terima kasih untuk tidak pernah berhenti berdoa, kesulitan-kesulitan dan ujian yang kamu temui dalam hidup, terimakasih untuk diri sendiri

Kepada semua pihak yang telah membantu saya dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu semoga kebaikan kalian akan dibalas oleh Allah SWT.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Medan, September 2023

Penulis

Novita anggriani

NPM. 1902080025

DAFTAR ISI

ABSTRAK	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Batasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	10
2.1. Kerangka Teoritis.....	10
2.1.1. Layanan Konseling Individual	10
2.1.1.1. Pengertian Layanan Konseling Individual.....	10
2.1.1.2. Tujuan Konseling Individual	12
2.1.1.3. Langkah-langkah Konseling Individual	13
2.1.1.4. Asas-asas Konseling Individual	14
2.1.1.5. Teknik Konseling Individual	16

2.1.1.6. Fungsi Konseling Individual.....	16
2.1.1.7. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Konseling Individual.....	17
2.1.2. Rasa Kepercayaan Diri	18
2.1.2.1. Pengertian Kepercayaan Diri	18
2.1.2.2. Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri.....	19
2.1.2.3. Ciri-ciri Percaya Diri	20
2.1.2.4. Ciri-ciri Tidak Percaya Diri	22
2.1.2.5. Sumber Rasa Tidak Percaya Diri	22
2.1.2.6. Jenis-jenis Kepercayaan Diri	23
2.1.2.7. Teknik-teknik Meningkatkan Kepercayaan Diri.....	24
2.1.2.8. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	24
2.1.3. <i>Self Instruction</i> (Intruksi Diri).....	25
2.1.3.1. Pengertian <i>Self Instruction</i>	25
2.1.3.2. Teknik <i>Self Instruction</i>	26
2.1.3.3. Tahap Pelaksanaan Teknik <i>Self Instruction</i>	27
B. Kerangka Konseptual	29
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
3.2. Subjek dan Objek.....	33
3.3. Desain Penelitian	34
3.4. Defenisi Operasional Penelitian.....	39
3.5. Instrument Penelitian	49
3.6. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN.....	46
4.1. Deskripsi Data.....	46
4.2. Deskripsi Hasil Penelitian	51
4.3. Diskusi Hasil Penelitian	74
4.4. Keterbatasan Penelitian	79

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulann	80
5.2. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	82

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kegiatan Penelitian.....	32
Tabel 3.2. Jumlah Subjek	33
Tabel 3.3. Jumlah Objek.....	34
Tabel 3.4. Pedoman Observasi Mts Al-Manaar Pulu Raja.....	40
Tabel 3.5. Pedoman Wawancara Guru BK Mts Al-Manaar Pulu Raja.....	42
Tabel 3.6. Pedoman Wawancara Siswa Mts Al-Manaar Pulu Raja.....	42
Tabel 4.1. Jenis Sarana	48
Tabel 4.2. Jenis Prasarana.....	48
Tabel 4.3. Data Guru MTs Al-Manaar Pulu Raja	49
Tabel 4.4. Daftar Guru MTs Al-Manaar Pulu Raja	50
Tabel 4.5. Data Jumlah Siswa.....	51
Tabel 4.6. Tahap-tahap Layanan Konseling Individual	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Konseptual	30
Gambar 3.1 Siklus Penelitian Tindakan	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 2	Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling
Lampiran 3	Pedoman Wawancara Siswa Kelas VII
Lampiran 4	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
Lampiran 5	Dokumentasi
Lampiran 6	K 1
Lampiran 7	K 2
Lampiran 8	K 3
Lampiran 9	Berita Acara Bimbingan Proposal
Lampiran 10	Berita Acara Bimbingan Seminar Proposal
Lampiran 11	Pengesahan Proposal
Lampiran 12	Pengesahan Seminar Proposal
Lampiran 13	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 14	Surat Permohonan Seminar
Lampiran 15	Surat Keterangan Telah Melakukan Seminar
Lampiran 16	Surat Permohonan Perubahan Judul
Lampiran 17	Surat Izin Riset
Lampiran 18	Surat Balasan Surat Riset
Lampiran 19	Cek Turnitin

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang penting yang harus didapatkan bagi setiap orang. Melalui pendidikan manusia mengalami banyak perubahan, baik segi sikap, pengetahuan, atau tingkah laku manusia itu sendiri. Karena pendidikan juga merupakan suatu proses bantuan yang diberikan kepada siswa untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan siswa agar dapat berkembang secara baik, sebagaimana yang terkandung dalam Undang-undang Nomor 20 Tahun 2023 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada pasal 1 menyatakan bahwa “pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara”. Untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang kondusif dan komprehensif mesti di tempuh melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan pelatihan.

Pada kegiatan bimbingan yang ada disekolah lebih dikenal dengan sebutan Bimbingan dan Konseling (BK), keberadaannya bagi pendidikan di sekolah terasa manfaatnya. Hal ini salah satunya didorong berbagai problem, permasalahan dan kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh siswa. Sebagai seorang guru, diperlukan memahami perkembangan peserta didik.

Perkembangan peserta didik tersebut meliputi: pada perkembangan emosional, perkembangan fisik, dan perkembangan intelektual. Hal ini mempunyai kontribusi yang kuat terhadap perkembangan intelektual atau perkembangan mental atau perkembangan kognitif siswa itu sendiri. Pemahaman bagi perkembangan peserta didik diatas, sangat diperlukan untuk merancang pembelajaran kondusif yang akan dilaksanakan. Rancangan pembelajaran yang kondusif bisa meningkatkan motivasi belajar siswa sehingga bisa meningkatkan proses dan hasil pembelajaran yang efektif dan baik.

Kegagalan siswa dalam belajar tidak hanya disebabkan dari kebodohan atau rendahnya intelegensi. Tetapi, kegagalan tersebut justru sering terjadi karena masalah mental yang dihadapi siswa, seperti terlalu takut dalam menghadapi mata pelajaran tertentu atau guru tertentu dan kurang nya bersosialisasi di dalam lingkungan sekolah.

Kepercayaan diri merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Banyak ahli mengakui bahwa kepercayaan diri merupakan faktor penting penentu kesuksesan seseorang. Banyak tokoh-tokoh hebat yang mampu menggapai kesuksesan dalam hidup karena mereka memiliki karakter yang disebut kepercayaan diri. Sebagaimana pernyataan yang diungkap oleh Spencer (1993) bahwa self confidence atau kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (superior performers). Sedangkan Surya (2009) menyatakan bahwa percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku.

Menurut Angelis (2003:10) “Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan.

Percaya diri bisa diartikan sebagaimana keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan keyakinan. Jika seseorang tidak memiliki rasa percaya diri maka banyak masalah yang akan timbul, karena aspek kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi untuk mengekspresikan potensi yang dimilikinya. Rasa percaya diri yang dimiliki seseorang akan meningkatkan hasrat untuk berprestasi, sedangkan bagi mereka yang ragu akan menurunkan hasrat untuk berhasil. Ketika dalam proses pembelajaran berlangsung ada gangguan pada diri siswa terutama menyangkut kurangnya kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat atau kemampuan dalam berpendapat terhadap mata pelajaran yang diberikan oleh guru di kelas. Gangguan itu dapat berbentuk kekhawatiran atau kecemasan serta kurangnya percaya diri pada diri siswa terhadap aktivitas belajar yang dilakukan sehari-hari. Ketika siswa merasa cemas atau khawatir ia tidak mampu mengemukakan pendapatnya serta ia juga selalu merasa takut salah dengan penyampaian pendapatnya dan juga takut berdiri didepan kelas.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara langsung di Mts Al-Manaar Pulu Raja masih banyak beberapa siswa yang merasa kesulitan mengeluarkan pendapatnya dengan baik terutama selama proses belajar di dalam kelas karena ada perasaan tidak percaya diri. Hal ini diperjelas dengan adanya

beberapa siswa yang memiliki kurangnya kepercayaan diri dengan ketidakberaniannya mengeluarkan pendapat. Siswa tidak mampu ikut dalam situasi tertentu karena berfikir tentang kelemahan yang ada dalam dirinya. Dan ada juga beberapa siswa yang malu-malu dalam menjawab pertanyaan yang diberikan bahkan ada siswa yang ketika diberikan pertanyaan siswa tersebut langsung tertunduk atau diam.

Selain itu, hal yang dapat dilihat dari adanya gejala-gejala yang terlihat sebagian siswa yang hiperaktif di kelas, tidak punya pengendalian diri dalam berbuat negative, tidak teratur dalam mengerjakan tugas, tidak mampu ikut dalam situasi tertentu karena berfikir tentang kelemahan yang ada dalam dirinya, sebagian siswa juga banyak tidak mengetahui apa yang menjadi keahliannya, dan siswa selalu gugup dalam mengerjakan segala urusan hidupnya. Sebagian guru mata pelajaran dan guru BK memberitahukan hal ini, terlihat beberapa gejala-gejala yang diungkapkan oleh sebagian guru mata pelajaran dan guru BK dapat melihatnya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti menggunakan layanan konseling individual dengan teknik *self instruction*.

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Meinchenbium (1974) dalam kutipan jurnal (Khusumawati & Christiana, 2014) teknik *self instruction* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri

mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri.

Teknik *self instruction* ini bertujuan untuk mengembangkan sikap dan kebiasaan yang baik bagi siswa, terutama terhadap siswa yang kurang percaya diri dalam belajar dan melatih siswa baik secara mandiri maupun kelompok, mengembangkan pemahaman dan pemanfaatan kondisi fisik, social dan budaya dilingkungan sekolah atau alam sekitar untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan pribadi para siswa.

Siswa yang demikian memerlukan bantuan layanan bimbingan dan konseling secara professional mampu mengentaskan masalah yang sedang dihadapinya sehingga dapat mengembangkan dirinya ke arah tingkat kualitas kehidupan efektif sehari-hari, misalnya dengan menggunakan layanan Konseling individual dengan melalui teknik *self instruction*.

Dalam rangka usaha layanan Bimbingan dan Konseling pemberian bantuan melalui usaha layanan konseling adalah yaitu bagian yang sangat penting. Prayitno & Erman Amti (2004 : 288) yang mengemukakan bahwa “layanan konseling adalah jantung dari usaha layanan bimbingan secara keseluruhan (*konseling is the heart of guidance program*)”. Ini menandakan bahwa layanan konseling individual secara efektif dapat membantu siswa menyelesaikan masalahnya. Selain itu, layanan konseling individual akan membuat siswanya jujur dan lebih terbuka dalam menceritakan masalahnya sehingga memudahkan jalannya layanan konseling individual dengan melalui teknik *self instruction* yang

mengutamakan kemampuannya menerima kenyataan, maka diharapkan melalui teknik *self instruction* ini, siswa yang bermasalah dalam prilakunya dapat menerima kenyataan bahwa yang dialami itu kurangnya percaya diri. Dengan mengajak siswa yang bermasalah menyadari persoalan yang ada membantu siswa untuk mampu menghadapinya.

Hellen (2005) “Konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang di derita konseli”.

Demikian yang terjadi di Mts Al-Manaar Pulu Raja, beberapa siswa yang kurang percaya diri juga mengalami situasi yang tidak menguntungkan seperti sebagian siswa yang hiperaktif dikelas, tidak punya pengendalian diri dalam berbuat negative, tidak teratur dalam mengerjakan tugas, tidak mampu ikut dalam situasi tertentu karena berfikir tentang kelemahan yang ada dalam dirinya, sebagian siswa juga banyak yang tidak mengetahui apa yang menjadi keahliannya, selalu gugup dalam mengerjakan segala urusan hidupnya. Dengan hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaan masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, demi kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Selanjutnya konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang.

Berdasarkan masalah tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan suatu penelitian menyangkut *kepercayaan diri*. Dengan mengangkat judul **“Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023”**.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang diungkapkan diatas, maka penulis membuat identifikasi masalah untuk mempermudah dalam penelitian ini identifikasinya adalah:

1. Ditemukan sebagian siswa yang hiperaktif di kelas
2. Tidak punya pengendalian diri dalam berbuat negatif
3. Tidak teratur dalam mengerjakan tugas
4. Tidak mampu ikut dalam situasi tertentu karena berfikir tentang kelemahan yang ada dalam dirinya
5. Sebagian siswa banyak tidak mengetahui apa yang menjadi keahliannya
6. Selalu gugup dalam mengerjakan segala urusan hidupnya

1.3. Batasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup masalah dalam penelitian ini, maka peneliti memberi batasan masalah yang berpusat pada “Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Instruction* dan Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023”.

1.4. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan Layanan konseling Individual Dengan Menggunakan Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023.

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Menggunakan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023.

1.6. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja dapat menambah pemahaman dan wawasan mengenai aspek kehidupan manusia dalam dunia pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat penelitian secara praktis dapat dijadikan sebagai informasi yang bisa digunakan oleh para guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan Keberanian siswa untuk mewujudkan proses keberhasilan dalam belajar.

- b. Untuk memberikan pemahaman pentingnya *Self Instruction* dalam meningkatkan Kepercayaan Diri siswa.
- c. Dapat dijadikan sebagai acuan strategi baru yang dilakukan guru BK dalam usaha pengembangan keadaan kepercayaan diri siswa di sekolah dalam proses pembelajarannya.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

2.1. Kerangka Teoritis

2.1.1. Layanan Konseling Individual

2.1.1.1. Pengertian Layanan Konseling individual

Menurut Lahmuddin (dalam Tiro, 2019) mengemukakan bahwa “Konseling Individual adalah layanan Bimbingan dan Konseling yang memungkinkan peserta didik atau klien mendapatkan layanan langsung, tatap muka atau secara perorangan dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami. Dalam hal ini konselor dapat bertemu tatap muka dalam pengentasan masalahnya”. Konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi dalam suasana tatap muka.

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004) dalam kutipan jurnal (Haolah et al., 2018) mengemukakan bahwa Konseling Individual adalah layanan paling utama dalam melaksanakan pengentasan masalah konseli. Bahkan bisa dikatakan bahwa konseling individual merupakan “jantung hatinya” pelayanan bimbingan dan konseling secara menyeluruh. Hal ini bermakna bahwa konseling merupakan layanan inti yang pelaksanaannya menuntut persyaratan dan mutu usaha yang benar-benar tinggi. Untuk dapat menguasai “jantung hati” bimbingan, seseorang konselor perlu mempelajari, menerapkan, dan berpengalaman luas dalam layanan konseling itu dengan segenap seluk beluknya.

Menurut Hellen (2005) “Konseling individual layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang di derita konseli”. Layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan secara langsung tatap muka (perorangan) dengan guru pembimbing atau konselor dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang dialami konseli.

Menurut Fauzan (2011) dalam kutipan jurnal (Zultoni & Astuti, 2018) mengemukakan bahwa “konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang konseling dalam rangka pengentasan masalah”. Layanan bimbingan konseling adalah kegiatan yang tidak terpisahkan dari keseluruhan kegiatan pendidikan di sekolah yang mencakup semua tujuan dan fungsi bimbingan dan konseling.

Menurut Tohirin (2013) mengemukakan bahwa “Konseling Individual adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan konseli mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya”. Konseling individual bisa diartikan proses membantu dari konselor kepada klien mendapatkan apa yang menjadi tujuan masalah dan upaya mengembangkan pribadi klien dalam menjadikan diri klien yang bisa beradaptasi dan dapat melakukan penyesuaian dengan social dan normal.

2.1.1.2. Tujuan Konseling Individual

Konseling bertujuan membantu individu untuk mengadakan interpretasi fakta-fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang. Konseling memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku.

Menurut Prayitno (dalam Tiro, 2019) ada beberapa tujuan konseling individual di sekolah. Adapun beberapa tujuan konseling individual tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Membantu siswa menjadi lebih matang dan lebih mengaktualisasikan dirinya, membantu siswa secara positif membantu dalam sosialisasi siswa dengan memanfaatkan sumber-sumber dan potensinya sendiri, persepsi dan wawasan berubah, dan akibat wawasan yang baru yang diperoleh maka timbullah pada diri siswa pikiran positif terhadap kepribadian dan kehidupannya.
- b. Memelihara dan mencapai kesehatan mental yang positif. Jika hal ini tercapai, maka individu mencapai integrasi, penyesuaian, dan identifikasi positif dengan yang lainnya

Penyesuaian masalah, hal ini berdasarkan pernyataan, bahwa individu-individu yang mempunyai masalah tidak mampu menyesuaikan sendiri masalah yang dihadapinya. Di samping itu, biasanya siswa datang kepada konselor karena ia percaya konselor dapat membantu menyelesaikan masalahnya.

2.1.1.3. Langkah-Langkah Konseling Individual

Langkah-langkah konseling individual yaitu terdiri dari: persiapan, rapport, pendekatan masalah, pengungkapan, diagnostik, prognosa, treatment, dan evaluasi. Langkah-langkah konseling individual tersebut yaitu:

- a. Persiapan, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman klien dan waktu.
- b. Rapport, yaitu menjalin hubungan pribadi yang baik antara konselor dan klien sejak permulaan, proses, sampai konseling berakhir, yang ditandai dengan adanya rasa aman, bebas, hangat, saling percaya dan saling menghargai.
- c. Pendekatan masalah, dimana konselor memberikan motivasi kepada klien agar bersedia menceritakan persoalan yang dihadapi dengan bebas dan terbuka.
- d. Pengungkapan, dimana konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan tentang inti masalah klien dengan mendalam dan mengadakan kesepakatan bersama dalam menentukan masalah inti dan masalah sampingan, serta masalah yang dihadapi klien sendiri maupun yang melibatkan pihak lain.
- e. Diagnostik, adalah langkah untuk menetapkan latar belakang atau faktor penyebab masalah yang dihadapi klien.
- f. Prognosa, adalah langkah dimana konselor dan klien menyusun rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah yang dihadapi klien

- g. Treatment, merupakan realisasi dari langkah prognosa. Atas dasar, kesepakatan anatar konselor dengan klien dalam menangani masalah yang dihadapi, klien melaksanakan suatu tindakan untuk mengatasi masalah tersebut, dan konselor memberikan motivasi agar klien dapat mengembangkan dirinya secara optimasl sesuai kemampuan yang dimilikinya.
- h. Evaluasi dan tindak lanjut, langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektivitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai klien, selanjutnya konselor menentukan tindak lanjut secara lebih tepat, yang dapat berupa meneruskan suatu cara yang sedang ditempuh karena telah cocok maupun perlu dengan cara lain yang dipikirkan lebih tepat.

2.1.1.4. Asas-asas Konseling Individual

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling diperlukan asas-asas sebagai dasar layanan. Menurut Prayitno (2004) ada beberapa asas yang harus diperhatikan dengan kegiatan layanan, yaitu:

- a. Asas kerahasiaan, yaitu asas bimbingan dan konseling yang menuntut kerahasiaan dan keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan, yaitu data dan keterangan yang tidak boleh diketahui oleh orang lain.

- b. Asas kesukarelaan, yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki adanya kesukarelaan siswa mengikuti layanan kegiatan yang diperuntukan baginya.
- c. Asas keterbukaan, yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar siswa atau orang tua yang menjadi sasaran terbuka dan tidak berpura-pura.
- d. Asas kegiatan, yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar siswa atau orang tua sasaran layanan ikut berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan bimbingan konseling.
- e. Asas kemandirian, yaitu asas bimbingan dan konseling yang merujuk pada tujuan umum bimbingan konseling yaitu siswa diharapkan menjadi individu yang mandiri.
- f. Asas kekinian, yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki objek sasaran layanan bimbingan konseling ialah permasalahan kondisi sekarang.
- g. Asas kenormatifan, yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar layanan diselenggarakan berdasarkan norma-norma yang ada, yaitu norma agama dan norma hukum.
- h. Asas keahlian, yaitu asas bimbingan dan konseling menghendaki agar diselenggarakan atas dasar professional.
- i. Asas ahli tangan kasus, yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan

layanan secara tuntas mengahli tangankan kepada pihak yang lebih ahli.

2.1.1.5. Teknik Konseling Individual

Teknik konseling individual yaitu keterampilan konseling, istilah tersebut adalah cara yang digunakan oleh seorang konselor dalam hubungan konseling untuk membantu konseli agar berkembang potensinya serta mampu mengatasi masalah yang dihadapi dengan mempertimbangkan kondisi-kondisi lingkungan yakni nilai-nilai social, budaya dan agama.

Ada beberapa teknik dalam melakukan proses konseling, menurut Abu Bakar (2010:62) menjelaskan bahwa ada beberapa teknik umum dalam konseling individual yaitu : (1) Menerima klien (2) Perstrukturian (3) Mendengarkan, memahami dan merespon (4) Dorongan minimal (5) Pertanyaan terbuka (6) Keruntutan (7) Empati (8) Refleksi (9) Konfrontasi (10) Penafsiran (11) Menyimpulkan (12) Merumuskan tujuan.

2.1.1.6. Fungsi Konseling Individual

Adapun fungsi konseling individual yang ada di sekolah, Menurut Hartono (2012:36) dalam layanan konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling secara menyeluruh yaitu:

- a. Fungsi Pemahaman, melalui pelayanan konseling individual konseli mampu memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis.

- b. Fungsi Pengentasan, pemahaman yang mengarah kepada dikembangkan persepsi dan sikap serta kegiatandemi teratasinya secara spesifik masalah yang dialami konseli tersebut.
- c. Fungsi Pengembangan dan Pemeliharaan, pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah konseli dapat dicapai.
- d. Fungsi Pencegahan, layanan konseling individual sering kali menjadikan pengembangan/pemeliharaan potensi dan unsur-unsur positif konseli sebagai focus dan sasaran layanan, di perkuat oleh teratasinya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul.
- e. Fungsi Advokasi, masalah yang dialami konseli menyangkut dilanggarnya hak-hak konseli sehingga konseli teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi.

2.1.1.7. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Konseling Individual

Menurut Wahid Suharman (2023), adapun waktu dan tempat layanan konseling individual hakikatnya dapat dilaksanakan kapan saja dan dimana saja, atas kesepakatan konselor-klien, dengan memperhatikan kenyamanan klien dan terjaminnya asas kerahasiaan. Kondisi tempat layanan perlu mendapat perhatian tersendiri dari konselor. Selain kursi dan meja secukupnya, ruangan konseling dapat dilengkapi dengan tempat penyimpanan bahan-bahan seperti dokumen,

laporan dan buku-buku lain. Peralatan rileksasi dapat ditambahkan. Cahaya dan udara ruangan harus terpelihara.

Dalam hal ini kondisi ruangan tempat layanan diselenggarakan menggambarkan kesiapan konselor memberikan layanan kepada klien. Kapan layanan konseling perorangan dilaksanakan juga atas kesepakatan dua pihak. Kepentingan utama klien diutamakan tanpa mengabaikan kesempatan dan kondisi konselor. Dalam hal ini konselor yang memiliki hak panggil atas klien, perlu mengatur pemanggilan terhadap klien sehingga tidak mengganggu kepentingan klien atau sedapat-dapatnya tidak menimbulkan kerugian apapun pada diri klien.

Jadwal ataupun janji untuk bertemu konselor ditepati dengan baik, pengingkarannya dapat berdampak negatif terhadap proses layanan konseling perorangan. Apabila jadwal atau janji untuk bertemu itu perlu diubah, maka klien harus diberi tahu sebelum waktu yang dijadwalkan/dijanjiakan tiba. Untuk sesi-sesi layanan konseling perorangan yang berlanjut (sesi kedua, sesi ketiga, dsb) diperlukan ketepatan mengenai waktu dan tempat yang disepakati dan ditepati oleh kedua belah pihak.

2.1.2. Rasa Kepercayaan Diri

2.1.2.1. Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Angelis (2003) “Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seseorang individu bahwa individu tersebut

memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai”.

Menurut Hakim (2005) “Rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya”. Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Siswa yang mempunyai percaya diri tinggi dapat memahami kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya merupakan hal yang wajar sebagai motivasi untuk mengembangkan kelebihan yang dimilikinya bukan dijadikan penghambat atau penghalang dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

2.1.2.2. Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri

Menurut Hakim (2005:3-4) menjelaskan terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya :

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu yang memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimiliki agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri

- d. Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Kekurangan atas salah satu proses tersebut menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri. Misalnya individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam perkembangan ketika bersosialisasi akan menjadikan individu tersebut menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya menjadi kurang percaya diri.

2.1.2.3. Ciri-Ciri Percaya Diri

Menurut Hakim (dalam Tanjung & Amelia, 2017) orang yang mempunyai rasa percaya diri antara lain memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu.
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai .
- c. Mampu menetralsisir ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang menunjang penampilannya.
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup.
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
- h. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing.
- i. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- j. Memiliki latar belakang pendidikan yang baik

- k. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup.

Luster (dalam Rahayuningdyah, 2016) mengemukakan bahwa orang yang percaya diri mempunyai karakteristik-karakteristik sebagai berikut: Tidak perlu dorongan orang lain, tidak pemalu, yakin dengan pendapat sendiri, tidak mementingkan diri, cukup toleran, cukup ambisius, tidak berlebihan, optimis, mampu bekerja secara efektif, dan bertanggung jawab atas pekerjaannya.

Lauster (dalam Gufron dan Rini, 2012) mengemukakan aspek-aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain:

- a. Keyakinan akan Kemampuan diri. Sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis. Sikap positif seseorang yang slalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c. Objektif. Orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab. Kesiadaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional. Diartikan sebagai analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

2.1.2.4. Ciri-Ciri Tidak Percaya Diri

Menurut Hakim (2005:8-9) ciri-ciri orang yang tidak percaya diri antara lain:

- a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- b. Gugup dan terkadang bicara gugup.
- c. Tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
- d. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggap lebih dari dirinya.
- e. Mudah putus asa.
- f. Cenderung bergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.
- g. Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah. Misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

2.1.2.5. Sumber Rasa Tidak Percaya Diri

Menurut Hakim (2005) rasa percaya diri ditandai dengan adanya kelemahan-kelemahan yang ada dalam diri individu dan menghambat dalam pencapaian tujuan hidup, misalnya saja mencapai prestasi belajar. Ada beberapa kelemahan yang menjadi sumber rasa tidak percaya diri diantaranya: kelainan fisik atau cacat, ekonomi kurang, status social, kurang cantik bagi yang perempuan dan kurang ganteng bagi yang laki-laki, status dalam pernikahan, sering mengalami kegagalan, kalah dalam persaingan, intelektual yang kurang, pendidikan yang rendah, perbedaan lingkungan, tidak supel (tidak mudah

bergaul), kurang siap dalam menghadapi situasi dan kondisi, mudah mengalami kecemasan, penakut, sering gugup, mutu pendidikan yang kurang baik, sering menghindar atau pemalu, tidak bisa menarik simpati orang lain.

Menurut Surya (2007) gejala-gejala tidak percaya diri mula-mula muncul karena adanya ketakutan, keresahan, khawatir, rasa tak yakin yang diiringi dengan dada berdebar-debar kencang dan tubuh gemetar ini bersifat psikis atau lebih di dorong oleh masalah kejiwaan anak dalam merespon rangsangan dari luar dirinya. Akibatnya anak menjadi tertekan dan mengalami kesulitan dalam memusatkan konsentrasi pikiran, melemahkan motivasi dan daya juang anak. Sampai pada akhirnya anak tidak mampu mengaktualisasikan kemampuannya dengan baik

Menurut Marjanti (dalam Ningtias & Wahyudi, 2020) gejala tingkah laku tidak percaya diri pada remaja adalah takut menghadapi ulangan, minder, grogi saat tampil didepan kelas, timbulnya masalah yang berlebihan, tumbuhnya sikap pengecut, sering mencotek saat menghadapi tes, sudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi, salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis.

2.1.2.6. Jenis-Jenis Kepercayaan Diri

Menurut Angelis (2003) mengemukakan tiga jenis kepercayaan diri, yaitu:

1. Kepercayaan diri tingkah laku, kepercayaan diri tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas baik tugas-tugas yang paling sederhana hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
2. Emosional, kepercayaan diri emosional adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisiemosi.

3. Spiritual, kepercayaan diri spiritual adalah keyakinan individu bahwa setiap hidup ini memiliki tujuan yang positif dan keberadaannya kita punya makna.

2.1.2.7. Teknik-teknik Meningkatkan Percaya Diri

1. Menurut Ningtyas & Wahyudi, (2020) ada beberapa macam teknik-teknik untuk meningkatkan percaya diri yaitu:
2. Mempersiapkan mental.
3. Materi untuk tampil percaya diri.
4. Memahami dan mengenal rasa gugup dan takut saat berbicara didepan orang banyak.
5. Mencegah gangguan dan gejala fisik yang sering kita alami (misalnya; gemetar, sakit perut, berkeringat).
6. Mengendalikan rasa gugup dan takut berbicara dan hal melihat lain dan menambah rasa semangat kita.
7. Menghentikan dan mengendalikan kepanikan.
8. Memulai berbicara dan menyampaikan isi bicara yang meyakinkan
9. dan motivasi.

2.1.2.8. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Thursan Hakim (2005) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu:

1. Bentuk Fisik, bentuk tubuh yang bagus dan profesional tentu akan membuat seseorang merasa lebih percaya diri karena terlihat baik oleh orang lain.
2. Bentuk Wajah, daya tarik setiap orang tergantung pada banyak hal, salah satunya adalah wajah. Wajah yang rupawan atau goodlooking, membuat kepercayaan diri seseorang menjadi jauh lebih tinggi
3. Status Ekonomi, status ekonomi yang menengah atau lemah bisa mempengaruhi kepercayaan diri seseorang .
4. Pendidikan dan Kemampuan, pendidikan yang baik akan memberikan kepercayaan diri pada seseorang.
5. Kebiasaan Gugup dan Gagap, kebiasaan gugup dan gagap yang dipupuk sejak kecil akan membuat seseorang menjadi tidak percaya diri.
6. Keluarga, anak yang kurang merasa terbuang dan tersingkir dari keluarga, akan merasa kurang percaya diri.

2.1.3. *Self Instruction* (Intruksi Diri)

2.1.3.1. Pengertian *Self Instruction*

Menurut Khusumawati & Christiana, (2014) *Self instruction* merupakan satu dari beberapa teknik pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang dikembangkan oleh Donald Meichenbaum. *Self Instruction* adalah sebuah teknik perilaku kognitif yang dimaksudkan guna mengajari individu untuk memodifikasikan perilaku mereka sendiri teknik ini membantu orang mengubah apa yang menjadi anggapan mereka tentang diri mereka sendiri.

Ewin (dalam Khusumawati & Christiana, 2014) menyatakan bahwa *self instruction* adalah suatu teknik untuk membantu klien terhadap apa yang konseli katakan kepada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif. Meinchenbium (dalam Khusumawati & Christiana, 2014) mengungkapkan bahwa teknik *self instruction* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri.

Menurut Fiorentika, (2016) *Self instruction* bertujuan untuk dapat membentuk ulang pola-pola kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan-keyakinan, dan penilaian-penilaian irasional, merusak dan menyalahkan diri sendiri. Konselor dapat menguji ulang keyakinan siswa terhadap diri mereka dengan berbagai teknik persuasi verbal dan aktivitas yang diberikan secara berulang-ulang sampai pada akhirnya siswa dapat melakukannya untuk diri sendiri.

2.1.3.2. Teknik Self Instruction

Khusumawati (2014) Terdapat tiga cara dalam menerapkan teknik *self instruction*, yaitu:

1. Metode non direktif yaitu dengan memberikan instruksi kepada konseli, kemudian konseli mencobanya secara berulang-ulang melalui aktivitas dan verbalisasi.
2. Metode interaktif yang dipasangkan dengan teknik control diri seperti monitoring diri, evaluasi diri, dan penguatan diri.
3. Metode penerapan modeling, imitasi, dan eksekusi. Yakni terapis pertama tama mencontohkan, kemudian konseli menirukannya

bersama terapis, setelah konseli mampu maka konseli diinstruksikan untuk mengerjakannya sendiri.

Rinaldi, (2019) *Self instruction* merupakan teknik yang menggunakan *self instruction* berupa kalimat pernyataan positif ketika berhadapan dengan permasalahan dalam suatu situasi tertentu di lingkungan kehidupannya

2.1.3.3. Tahap Pelaksanaan Teknik *Self Instruction*

Prosedur penggunaan *self instruction* pada awalnya digunakan oleh Meinchenbaum dan Goodman untuk menangani anak yang impulsif. Selanjutnya prosedur teknik *self-instruction* dapat diadaptasi untuk menangani masalah orang dewasa dengan beragam masalah. Menurut Ewin, 2012 dalam (Rinaldi, 2019) Berikut prosedur untuk melakukan *self-instruction* adalah:

- a. *Cognitive Modeling*. Konselor melakukan demonstrasi instruksi diri dengan suara yang keras. Hal yang penting adalah ungkapan diri (*self-statement*) yang cocok untuk anak. “saya pasti bisa mengendalikan diri saya untuk semangat belajar. Pertama saya harus sabar dalam berbagai situasi. Saya pasti bisa melakukannya”.
- b. *Overt External Guidance*. Konseli melakukan verbalisasi seperti yang konselor lakukan dibawah instruksi konselor. Pada tahap ini, kata-kata yang diinstruksikan harus sama dengan yang konselor contohkan seperti diatas. Konselor melakukan instruksi secara langsung, mengarahkan dan memperbaiki kesalahan konseli dalam mempraktekkan perilaku yang diinstruksikan.

- c. *Overt Self- Guidance*. Konseli melakukan perbuatan (performance) yang tepat saat melakukan verbalisasi diri dengan suara yang keras. Pada tahapan ini, konseli melakukan pengulangan verbalisasi diri seperti yang dimodelkan oleh konselor sampai melibatkan perilaku yang tepat.
- d. *Faded Overt Self-Guidance*. Konseli menunjukkan perbuatan dan perilaku yang tepat saat membisikan perkataan instruksi diri. Konseli melakukan pengulangan tugas seperti yang diinstruksikan dan memuji diri sendiri lebih banyak secara lembut.
- e. *Covert Self- Instruction*. Akhirnya pada tahapan ini, konseli akan terbiasa untuk melakukan instruksi secara tersembunyi dan mampu melakukan perilaku yang tepat.

Sedangkan menurut Ewin (dalam Rinaldi, 2019) yang menyatakan bahwa terdapat tiga tahapan yang digunakan dalam teknik ini yaitu:

- a. Tahapan pertama yaitu pengumpulan informasi yang berkaitan dengan konseptualisasi masalah yang dihadapi. Dalam tahapan ini konseli diharapkan lebih sensitive terhadap pikiran, perasaan, perbuatan, reaksi fisiologis dan pola reaksi terhadap orang lain dan lingkungan belajar.
- b. Tahapan kedua yaitu melakukan konseptualisasi terhadap masalah. Pada tahapan ini konselor merencanakan intervensi dalam konteks melakukan observasi terhadap masalah. Konselor mengidentifikasi pikiran dan perasaan yang irrasional yang menyebabkan terjadinya masalah.

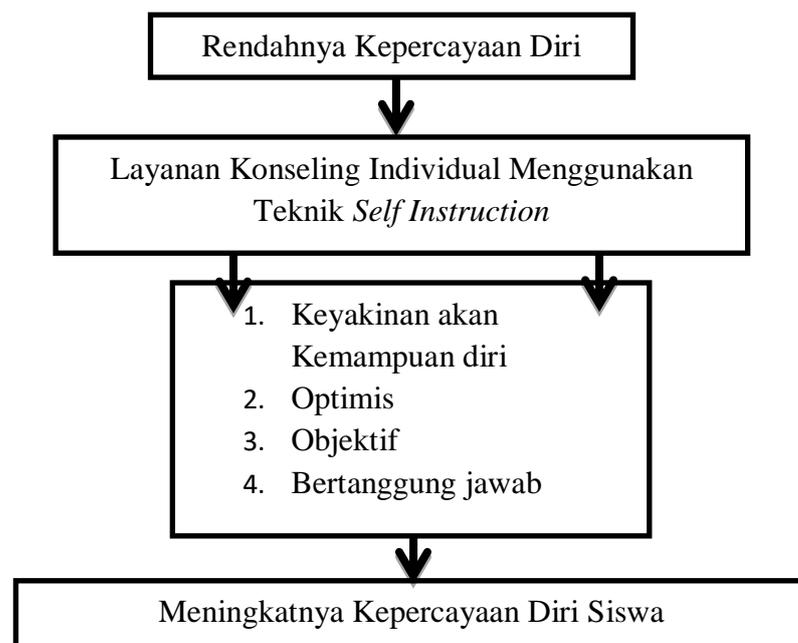
- c. Tahapan ketiga yaitu melakukan perubahan langsung. Tahapan ini merupakan tahapan perubahan perilaku dengan menggunakan ungkapan diri.

B. Kerangka Konseptual

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapi, kepercayaan diri juga merupakan suatu sikap keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan tidak merasa takut, tetapi dia akan merasa bebas melakukan apapun sesuai dengan kemampuan dan keinginannya. Kurangnya percaya diri ialah rendahnya keberanian seseorang untuk memperlihatkan kemampuan dan potensinya. Kurang rasa percaya diri dalam bergaul dengan teman dan lingkungan sosial dapat mengganggu aktivitas siswa itu sendiri baik dilingkungan sekolah ataupun lingkungan sosialnya.

Kurangnya percaya diri dapat dikurangi dengan bantuan layanan konseling individual. Konseling individual merupakan salah satu usaha untuk mengetahui dan merubah konsep diri seseorang, dan mengarahkan konsep diri yang negative menjadi positif. Dengan konseling individual akan terjalin suatu hubungan, suasana demokratis dan unsur teraupetik, maka akan memberikan kesempatan berlatih dan menerima umpan balik sehingga dapat belajar untuk mempelajari tingkah laku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang telah ditentukan sendiri.

Teknik *Self Instruction* mempunyai peranannya masing-masing dan semua pendapat yang dikemukakan oleh para tokoh memiliki kaitan yang erat. Peneliti mengemukakan bahwa *Self Instruction* dapat meningkatkan tanggung jawab seseorang dalam situasi yang sedang mereka hadapi sebagai strategi pemecahan masalah yang dialami oleh anak, dapat mengatur segala rasa stress yang dialami setiap individu. *Self instruction* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa, performa siswa dalam merespon tugas akademik dan menghadapi.



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Konseptual

- a. Keyakinan akan Kemampuan diri. Sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis. Sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.

- c. Objektif. Orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab. Kesiapan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional. Diartikan sebagai analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Lokasi dan Waktu Penelitian

3.1.1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Mts Al-Manaar Pulu Raja yang beralamat di Jl.Orika, Kecamatan Pulau Rakyat Kabupaten Asahan.

3.1.2. Waktu Penelitian

Adapun waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan penelitian ini adalah dimulai dari Januari sampai dengan selesai. Rincian waktu penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3.1
Kegiatan Penelitian

NO	Jenis Kegiatan	Bulan/Minggu																																			
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus				September			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Melakukan observasi awal di sekolah	■	■	■	■																																
2.	Pengajuan Judul					■																															
3.	ACC Judul						■																														
4.	Penulisan Proposal							■	■	■	■	■	■																								
5.	Bimbingan Proposal													■	■	■	■																				
6.	Seminar Proposal																					■	■	■	■												
7.	Perbaikan Proposal																									■	■	■	■								
8.	Pelaksanaan Riset																													■	■	■	■				
9.	Penyusunan Skripsi																																	■	■	■	■
10.	Revisin Skripsi																																				■
11.	Pengesahan Skripsi																																				■
12.	Sidang Meja Hijau																																				■

3.2. Subjek dan Objek

3.2.1. Subjek

Populasi menurut Sugiyono (2017) dalam kutipan (Ramadhany, 2022) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Oleh karena itu populasi dan penelitian ini dapat dilihat dari tabel berikut ini :

Tabel 3.2. Jumlah Subjek

No	Kelas	Jumlah Siswa
1.	VII-A	25
2.	VII-B	22
	Jumlah	47

3.2.2. Objek

Menurut Sugiyono (2017) dalam kutipan (Ramadhany, 2022) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *puspositive sampling*, yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan kriteria atau penilaian yang diperlukan. Penentuan sampel subjek 4 orang siswa, ditentukan oleh guru BK dan dilihat dari permasalahan yang ada seperti rendahnya rasa percaya diri.

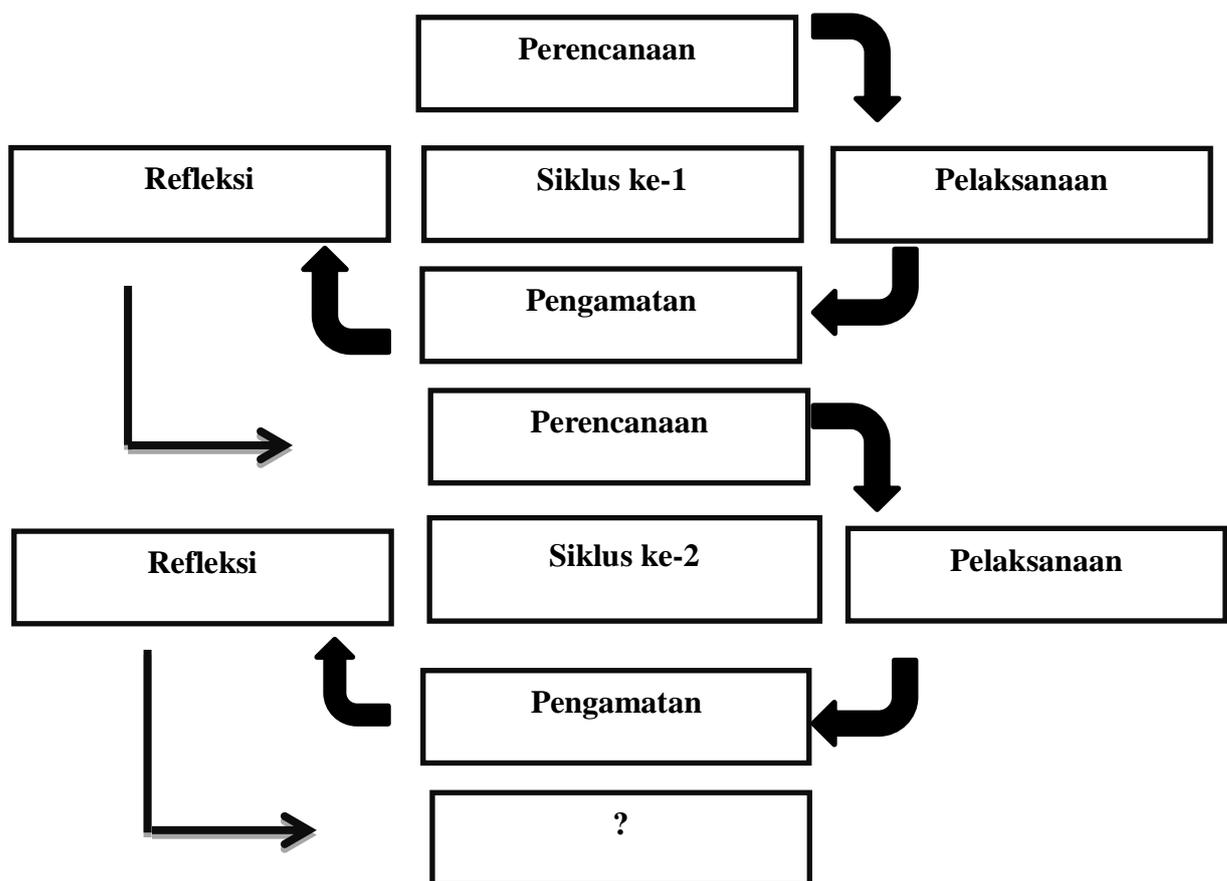
Maka dari penelitian ini berjumlah 4 orang siswa yang dapat dilihat dari tabel berikut ini :

Tabel 3.3. Jumlah Objek

No	Kelas	Jumlah Siswa	Siswa Yang Memiliki Rasa Kurangnya Percaya Diri
1.	VII A	21	2
2.	VII B	21	2
	Jumlah	42	4

3.3. Desain Penelitian

Desain penelitian yang dilakukan adalah desain yang terdapat gambar dibawah, yaitu : Perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Adapun model untuk masing-masing tahap adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1. Siklus Penelitian Tindakan

Sesuai dengan prosedur penelitian ini, yakni penelitian tindakan bimbingan konseling, maka pada penelitian ini memiliki beberapa tahap penelitian berupa siklus. Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari dua siklus. Dalam setiap siklus, ada dua kali pertemuan dilaksanakannya layanan konseling individual dengan teknik *self instruction* sehingga dalam dua siklus ada empat kali pertemuan. Adapun tahapannya adalah seperti berikut ini:

1. Siklus 1

a. Perencanaan

Pada tahap ini kegiatan dan aktivitas yang akan dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk penelitian, perangkat tersebut antara lain:

- 1) Menyiapkan rancangan pelaksanaan layanan konseling individual.
- 2) Mempersiapkan data siswa. Dalam penelitian dilihat dari buku permasalahan atau absensi dengan menggunakan instrumen observasi dan wawancara terhadap siswa yang memiliki masalah dalam kurangnya percaya diri dengan menggunakan teknik *self instruction*.

b. Tindakan

Pelaksanaan layanan ini di rencanakan 2 kali pertemuan, pertemuan ini dilaksanakan berdasarkan Rancangan Pemberian Layanan (RPL) Konseling individual yang terdapat pada lampiran. Tahap kegiatan layanan konseling individual dapat dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah:

1) Kegiatan Awal

- a) Mempersilahkan siswa untuk duduk terlebih dahulu.
- b) Peneliti bertanya mengenai kabar kepada siswa.
- c) Menjelaskan layanan konseling individual kepada siswa serta tujuannya dan peneliti menjelaskan asas-asas dalam bimbingan konseling.

2) Kegiatan Inti

Tahap ini merupakan tahap dimana peneliti melakukan wawancara dengan konseli/siswa tentang penyebab ia kurangnya percaya diri dengan menggunakan teknik *self instruction*.

3) Kegiatan Penutup

Peneliti dengan konseli/siswa mengevaluasi bersama mengenai apa saja yang telah dilakukan, melihat kemajuan apa saja yang dirasakan selama proses konseling.

c. Observasi

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan observasi terhadap pelaksanaan tindakan. Observasi dilaksanakan selama proses pemberian layanan berlangsung menyangkut keefektifan belajar peserta didik.

d. Refleksi

Setelah melakukan observasi maka dilakukan kegiatan refleksi terhadap proses pemberian layanan dan hasil yang didapatkan . Jika hasilnya

belum mencapai target maka akan dilanjutkan pada pertemuan selanjutnya.

2. Siklus II

a. Perencanaan

Pada tahap ini kegiatan dan aktivitas yang akan dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk penelitian. Perangkat tersebut antara lain.

- 1) Menyiapkan rancangan pelaksanaan layanan konseling individual.
- 2) Membuat observasi tentang perkembangan social peserta didik.

b. Tindakan

Pada tahap ini peneliti akan melaksanakan 2 kali pertemuan, pertemuan ini dilaksanakan berdasarkan Rancangan Pelaksanaan Layanan Konseling Individual yang terdapat pada lampiran. Tahap kegiatan layanan konseling individual dapat dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah:

- 1) Kegiatan awal
 - a) Mempersilahkan siswa untuk duduk terlebih dahulu.
 - b) Peneliti bertanya mengenai kabar kepada siswa.
 - c) Menjelaskan layanan konseling individual kepada siswa serta tujuannya dan peneliti menjelaskan asas-asas dalam bimbingan konseling
- 2) Kegiatan inti

Tahap ini merupakan tahap dimana peneliti melakukan wawancara dengan konseli/siswa tentang penyebab ia kurangnya percaya diri dengan menggunakan teknik *self instruction*.

3) Kegiatan penutup

Peneliti dengan konseli/siswa mengevaluasi bersama mengenai apa saja yang telah dilakukan, melihat kemajuan apa saja yang dirasakan selama proses konseling.

4) Observasi

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan observasi terhadap pelaksanaan tindakan. Observasi dilaksanakan selama proses pemberian layanan berlangsung menyangkut keefektifan belajar peserta didik.

5) Refleksi

Setelah melakukan observasi dilakukan kegiatan refleksi terhadap proses pemberian layanan dan hasil yang didapatkan, dalam refleksi kegiatan yang dilakukan adalah menilai tindakan yang sudah dilaksanakannya, jika hasil yang diperoleh sudah mencapai target yang telah ditetapkan maka kegiatan penelitian sampai apada siklus II. Jika hasil belum mencapai target yang telah ditetapkan maka penelitian dilanjutkan.

6) Evaluasi

Keberhasilan penelitian ini akan di evaluasi melalui hasil analisis terhadap data yang didapatkan dari penelitian.

3.4. Defenisi Operasional Penelitian

Dalam penelitian ini variabel yang menjadi objek penelitian dapat didefenisikan sebagai berikut :

1. Layanan konseling individual merupakan bantuan yang diberikan kepada peserta didik (siswa) dalam rangka untuk memberikan kemudahan atau alternatif bantuan yang dibutuhkan oleh siswa dalam memecahkan atau mengentaskan masalah yang sedang di hadapinya.
2. Kepercayaan Diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu, kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan, kepercayaan diri akan datang dari kesadaran seseorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun sampai tujuan yang ia inginkan tercapai.
3. Teknik *Self Instruction* merupakan satu dari beberapa teknik pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang dikembangkan oleh Donald Meichenbaum. *Self Instruction* adalah sebuah teknik perilaku kognitif yang dimaksudkan guna mengajari individu untuk memodifikasikan perilaku mereka sendiri teknik ini membantu orang mengubah apa yang menjadi anggapan mereka tentang diri mereka sendiri.

3.5. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan penelitian ini digunakan alat atau disebut juga instrument dalam penelitian meliputi :

1. Observasi

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengobservasi siswa untuk melihat permasalahan yang ada pada siswa di sekolah. pada kegiatan penelitian, peneliti mengobservasi kegiatan siswa yang direkomendasikan menjadi sampel penelitian guna mengetahui keaktifan siswa ketika belajar dan bergaul di lingkungan sekolah.

Menurut Sugiyono (2017:166) observasi sebagai teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dengan sejumlah pertanyaan secara tertulis. Dalam penelitian ini yang akan diobservasi oleh peneliti adalah siswa kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja. Adapun pedoman observasi yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 3.4. Pedoman Observasi di Mts Al-Manaar Pulu Raja

No	Indikator	Sub Indikator	Jenis Observasi
1.	Keyakinan akan Kemampuan diri	Sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya	
		Keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang mereka miliki dalam menguasai kondisi dan situasi serta menghasilkan sesuatu yang menguntungkan bagi mereka.	
No	Indikator	Sub Indikator	Jenis Observasi
2.	Optimis	Kecenderungan seseorang dalam memilih sesuatu secara maksimal	
		Orang yang pantang menyerah sebelum mencoba dalam	

		memperjuangkan sesuatu yang diinginkannya.	
3.	Objektif	Orang yang percaya diri memandang permasalahan dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.	
		Sudut pandang pribadi seseorang yang tidak memihak dan tidak dipengaruhi pendapat atau pandangan pribadi.	
4.	Bertanggung jawab	Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.	
		Siap menanggung atau menerima segala resiko atas perbuatannya sendiri.	

2. Wawancara

Peneliti mewawancarai pihak-pihak yang berkompeten yang dianggap mampu memberikan gambaran dan informasi yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang ada didalam penelitian adalah Guru Bimbingan Konseling dan Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja.

Menurut Esterberg (Dalam Sugiyono, 2017) wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan masalah yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan juga responden sedikit atau kecil.

Dalam penelitian ini yang akan di wawancarai oleh peneliti adalah Guru Bimbingan dan Konseling dan Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja. adapun pedoman wawancara yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 3.5. Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

No	Indikator	Pernyataan	Hasil Wawancara
1.	Keyakinan akan Kemampuan diri	Bagaimanakah kondisi kemampuan diri siswa mengikuti pelayanan ibu?	
		Bagaimana siswa mampu memaksimalkan keyakinan dirinya?	
2.	Optimis	Bagaimana siswa menerapkan sikap optimisnya dalam belajar?	
		Bagaimana sikap siswa dalam memperjuangkan hasil belajarnya?	
3.	Objektif	Kondisi seperti apa yang menampilkan siswa untuk adil dalam menyikapi suatu situasi?	
		Bagaimana siswa memaksimalkan perannya dalam aktifitas pembelajaran?	
4.	Bertanggung jawab	Bisakah ibu jelaskan contoh siswa yang bertanggungjawab dalam pembelajaran	
		Bagaimana sikap siswa dalam menerima hasil dari apa yang dilakukanya selama belajar?	

Tabel 3.6. Pedoman Wawancara Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

No		Pernyataan	Hasil Wawancara
1.	Keyakinan akan Kemampuan diri	Bagaimanakah semangat kamu siswa mengikuti pelayanan BK?	
		Bagaimana kamu bisa yakin	

		kemampuan diri kamu?	
2.	Optimis	Bagaimana menerapkan sikap optimisnya dalam belajar?	
		Bagaimana kamu berjuang untuk meningkatkan hasil belajar?	
3.	Objektif	Bagaimana kamu menilai kondisi kehidupan kamu dengan bermacam situasi?	
		Bagaimana kamu memaksimalkan peran kamu dalam aktifitas pembelajaran?	
4.	Bertanggung jawab	Coba jelaskan contoh kamu bertanggungjawab dalam pembelajaran?	
		Bagaimana sikap kamu dalam menerima hasil dari apa yang dilakukannya selama belajar?	

3. Dokumentasi

Menurut Sugiyono (2017) dalam kutipan (Ramadhany, 2022) dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumentasi yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain. dokumentasi yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain. studi dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.

3.6. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dalam lapangan selanjutnya menggunakan teknik analisis kualitatif dari, Sugiyono (2017) yakni sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hak-hak yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

2. Penyajian Data

Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

3. Penarikan Kesimpulan

Setelah data tersajikan dalam rangkaian analisis data maka proses selanjutnya adalah penarikan kesimpulan. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah apabila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, di dukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Dengan demikian, kesimpulan dalam peneliti kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada dilapangan.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

4.1. Deskripsi Data

1. Identitas Sekolah

Sekolah MAS Al-Manaar PTPN IV Pulu Raja ini berdiri pada tahun 1978. Sekolah yang berstatus swasta dan beralamat di Desa Orika PTP.N-IV Kebun Pulu Raja Kecamatan Pulau Rakyat Kabupaten Asahan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dibawah ini :

Nama	MTSS AL MANAAR PTP.N-IV PULU RAJA
NPSN	10264058
Alamat	Desa Orika PTP.N-IV Kebun Pulu Raja Kecamatan Pulau Rakyat Kabupaten Asahan
NSM	121212090019
NPSN	10264058
Izin Operasional	1028 Tahun 2019 (04 September 2019)
Akreditasi	B
Alamat Madrasah	Jalan Lintas Sigura-Gura
Desa	Orika
Kecamatan	Pulau Rakyat
Kabupaten/Kota	Asahan
Tahun Berdiri	1983
NPWP	02.310.315.3.-115.000
Nama Kepala Madrasah	Rahman S.Pd
No. Telp/HP	081265610808
Nama Yayasan	Pendidikan Al- Manaar Pulu Raja

Alamat Yayasan	Jln. Lintas Sigura—Gura Desa Orika Kec. Pulau Rakyat, Asahan
Akte Yayasan/Notaris	AHU-06541.50.10.2014
Kepemilikan Yayasan	:
Luas Tanah	64.48 m ² x 64.48 m ² = 4157.5 m ²
Tanah Kosong	31.94 m ² x 31.94 m ² = 1020.5 m ²

2. Visi, Misi, dan Tujuan Sekolah

A. Visi Sekolah

Mewujudkan kelulusan yang memiliki integritas dan menguasai iptek dan berakhlak mulia.

B. Misi Sekolah

1. Menyelenggarakan pendidikan berbasis kompetensi keilmuan dan keagamaan.
2. Membantu pemerintah dalam memobilisasi sumber daya manusia dalam penguasaan iptek yang islami.
3. Membentuk kepribadian siswa yang mandiri dan berdaya saing lokal.

3. Keadaan Sarana dan Prasarana Mts Al- Manaar Pulu Raja

Untuk melaksanakan KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) dan pengelolaan sekolah lainnya, infrastruktur sekolah yaitu beberapa ruangan juga memiliki perananan penting yang dapat digunakan sesuai dengan fungsinya masing-masing diantaranya adalah:

Tabel 4.1. Jenis Sarana

No	Ketersediaan Infrastruktur Ruang	Keterangan
1.	Ruang Kelas	7 Ruang
2.	Ruang Kepala Sekolah	1 Ruang
3.	Ruang Guru	1 Ruang
4.	Ruang Mesjid	1 Ruang
5.	Ruang OSIM PKS & UKS	1 Ruang
6.	Ruang Yayasan	1 Ruang
7.	Gudang	1 Ruang
8.	Ruang Kamar Mandi Guru	1 Ruang
9.	Ruang Kamar Mandi Siswa/Siswi	6 Ruang
10.	Halaman/Lapangan Olahraga	2 Tempat
11.	Mesjid	1 Ruang

Tabel 4.2. Jenis Prasarana

No	Jenis	Keberadaan		Fungsi	
		Ada	Tidak Ada	Baik	Tidak Baik
1.	Instalasi Air	✓		✓	
2.	Jaringan Listrik	✓		✓	
3.	Jaringan Telepon	✓		✓	
4.	Internet	✓		✓	
5.	Akses Jalan	✓		✓	

Untuk pengaturan waktu proses KBM, pihak sekolah menggunakan bel yang ada di kantor guru, pada pergantian waktu antara mata pelajaran yang satu dengan yang lainnya dilakukan setiap 40 Menit sekali. Dan guru piket mempunyai tugas untuk menggantikan jam pelajaran atau membunyikan bel sekolah sebagai pergantian jam.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah MTs AL-Manaar Pulu Raja telah sesuai dengan kebutuhan belajar dan mengajar. Keberadaan fasilitas tersebut diharapkan mampu mendukung proses pendidikan yang berlangsung di sekolah, sehingga mampu

mewujudkan tujuan pendidikan yang berkualitas disekolah secara efektif dan efisien.

4. Keadaan Guru disekolah MTs AL-Manaar Pulu Raja

Guru merupakan suri teladan (panutan) bagi semua muridnya. Guru juga harus bertanggung jawab memberi bimbingan dan bantuan kepada anak didik dalam perkembangan jasmani dan rohaninya agar mencapai kedewasaannya. Guru melaksanakan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan.

Tabel 4.3. Data Guru MTs AL-Manaar Pulu Raja

No	Nama Guru	Mata Pelajaran
1.	Rahman S.Pd	Kepala Madrasah
2.	Riduan S.PdI	PAI/Tahfiz
3.	Adi Irawan S.Pd	B.Arab
4.	Saamah S.PdI	Fiqih
5.	Toibah S.Ag	A.Akhlak/IPS
6.	Lisa Imelda S.Ag	SKI/IPS
7.	Mahyunan Panjaitan S.E	IPS
8.	Dra. Sri Martini	PKN
9.	Dedek Rismayanto S.P	IPA SAINS
10.	Masdi Manurung	PKN
11.	Cinta Sry Wahyuningsih	B.Indonesia
12.	Nurul Hidayati Lubis S.Pd	B.Inggris
13.	Miza Irmadyah S.Kom	Prakarya
14.	Aman Elizar Edhiana	Penjas
15.	Fatimah Sari Nasution S.Si	IPA SAINS
16.	Tika Sari Lubis S.Kom	Bendahara Bos/Staf TU
17.	Siti Ayu Ramadhani S.Pd	Matematika
18.	Putri Sri Hartina S.Kom	Operator/Tata Usaha
19.	Indah S.Pd	Bimbingan Konseling
20.	Suyati	Kebersihan

Tabel 4.4. Daftar Pendidikan Guru MTs AL-Manaar Pulu Raja

No	Nama Guru/Pegawai	Tempat/Tgl. Lahir	Ijazah Tertinggi Jurusan
1.	Rahman S.Pd	Pulu Raja, 22 Apr 1964	S.I, Matematika
2.	Riduan S.PdI	Gng Melayu, 24 Mar 1983	S.I, PAI
3.	Adi Irawan S.Pd	Bangun Sari, 12 Nov 1988	S.I, PAI
4.	Saamah S.PdI	Hutarimbaru, 28 Jul 1972	S.I, PAI
5.	Toibah S.Ag	Aekloba, 19 Jul 1969	S.I, PAI
6.	Lisa Imelda S.Ag	Kuala Simpang, 27 Jun 1973	S.I, PAI
7.	Mahyunan Panjaitan S.E	Pulu Raja, 24 Aug 1971	S.I, Ekonomi
8.	Dra. Sri Martini	Aek Loba, 16 Mei 1964	S.I, PKN
9.	Dedek Rismayanto S.P	Teluk Dalam, 19 Nov 1980	S.I, Agronomi
10.	Masdi Manurung	Kpg Bangun, 30 Dec 1964	SMA
11.	Cinta Sry Wahyuningsih	Sei Piring, 2 Jun 1988	S.I, B.Indonesia
12.	Nurul Hidayati Lubis S.Pd	Pulu Raja, 01 Sep 1989	S.I, B. Inggris
13.	Miza Irmadyah S.Kom	Pulu Raja, 11 Apr 1980	S.I, Komputer
14.	Aman Elizar Edhiana	Tebing Tinggi, 27 Nov 1950	S.I, Olahraga
15.	Fatimah Sari Nasution S.Si	Kisaran, 21 Feb 1990	S.I, IPA Sains
16.	Tika Sari Lubis S.Kom	Persatuan, 04 Jul 1996	S.I, Kompuetr
17.	Siti Ayu Ramadhani S.Pd	Pulu Raja, 11 Feb 1996	S.I, Matematika
18.	Putri Sri Hartina S.Kom	Pulau Rkylt Tua, 19 Feb 1997	S.I, Komputer
19.	Indah S.Pd	Aek Loba, 02 Jul 1998	S.I, BK
20.	Suyati	Air Batu, 02 Nov 1957	SMA

5. Keadaan Siswa disekolah MTs AL-Manaar Pulu Raja

Siswa adalah mereka yang khusus diserahkan oleh kedua orang tuanya untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggrakan di sekolah dengan tujuan untuk menjadi manusiawi yang berilmu pengetahuan, keterampilan, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak mulia dan mandiri.

Tabel 4.5. Data Jumlah Siswa

No	Kelas	Jumlah Murid
1.	VII A	21 Orang
2.	VII B	21 Orang
Jumlah Keseluruhan		42 Orang

4.2. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan di MTs AL-Manaar Pulu Raja yaitu penerapan layanan konseling individual dengan teknnik self instruction untuk meningkatkan kondisi kepercayaan diri siswa kelas VII MTs AL-Manaar Pulu Raja. Adapun objek dalam penelitian ini berjumlah 4 orang siswa dari kelas VII yaitu Kelas VII-2 yang berjumlah 2 orang dan VII-3 yang berjumlah 2 orang yang mempunyai masalah kepercayaa diri yang rendah dengan menampilkan gejala perilaku yang tidak percaya diri. Hal ini dilakukan agar peneliti lebih fokus pada masalah yang akan diselesaikan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Dalam perencanaan kegiatan yang dilakukan peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Membuat rencana pelaksanaan layanan (RPL) untuk pelaksanaan proses konseling individual melalui proses pelatihan *self instruction*.
2. Mempersiapkan data siswa yang menjadi responden atau sasaran penelitian

Objek dalam penelitian ini guru bimbingan konseling yang memberikan rekomendasi tentang strategi dengan menggunakan instrument observasi dan wawancara terhadap siswa yang memiliki kepercayaan diri berkategori rendah.

1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling Di MTs AL- Manaar Pulu Raja

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling sangat diperlukan didalam sekolah. Oleh karena itu setiap individu memiliki masalah yang ada didalam diri maupun di luar dirinya, ada juga sebagian individu yang dapat menyelesaikan masalahnya sendiri dan individu yang belum bisa menyelesaikan masalahnya sendiri termasuk memaksimalkan keadaan kepercayaan dirinya. Untuk itu maka perlu adanya bimbingan dan konseling disekolah agar masalah yang di alami siswa terselesaikan dengan baik.

Di MTs AL-Manaar Pulu Raja ini proses pelaksanaan layanan konseling juga dilaksanakan. Hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling MTs AL-Manaar Pulu Raja yaitu Bapak Ibu Indah S.Pd mengatakan bahwa:

“Saya selalu melaksanakan layanan bimbingan dan konseling di sekolah ini dan diberikan jam khusus mata pelajaran untuk bimbingan dan konseling, maka dari itu saya selalu memberikan layanan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa. Biasanya saya memberikan layanan klasikal dan layanan konseling individual bila ada siswa yang mengalami masalah dan kendala yang mengganggu proses mereka dalam mengikuti pembelajaran”.

Sekolah juga memberikan dukungan yang baik untuk pelaksanaan bimbingan konseling di MTs AL-Manaar Pulu Raja, dengan memberikan

jam khusus untuk bimbingan dan konseling hal ini disampaikan oleh Ibu Indah S.Pd mengatakan bahwa :

“Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling disekolah dilakukan secara rutin dilakukan dengan beberapa format kegiatan seperti individual, kelompok hingga klasikal yang semua itu didukung oleh pihak sekolah dengan diberikan sarana dan prasarana yang baik untuk melakukan layanan bimbingan dan konseling. Sarana dan prasarana tersebut yaitu ruangan bimbingan dan konseling, bangku untuk siswa, buku data pribadi siswa, daftar absensi, buku proses layanan bimbingan konseling, lemari untuk menyimpan data siswa, surat panggilan orangtua, dan surat ijin siswa”.

Dari keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah MTs AL-Manaar Pulu Raja berjalan dengan baik melalui tahapan-tahapan yang sesuai dengan program bimbingan konseling yang telah disusun oleh ibu Indah S.Pd selaku guru bimbingan konseling. Tetapi dalam pelaksanaan layanan konseling individual guru bimbingan konseling hanya melakukan proses layanan tersebut hanya jika ada masalah saja dan masalah tersebut yang berkaitan dengan kehadiran atau absensi diluar dari masalah tersebut jarang dilakukan. Dalam melaksanakan layanan, guru BK masih berorientasi pada pencapaian pengentasan masalah namun masih kurang dalam proses pengembangan diri pada keadaan siswa.

Untuk melaksanakan konseling individual kepada siswa, maka tahapan pelaksanaan yang dilakukan guru bimbingan konseling yaitu:

- a. Melakukan identifikasi terhadap masalah yang dialami siswa
- b. Merumuskan masalah
- c. Menentukan jenis atau teknik yang akan diberikan
- d. Melakukan proses konseling
- e. Tindak lanjut terhadap permasalahan tersebut

2. Pengembangan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs AL- Manaar Pulu Raja

Kepercayaan diri salah satu aspek penting dari nilai kemanusiaan untuk mencapai tujuan hidup serta menjadi modal untuk mencapai tujuan pribadi yang kompeten dan profesional (Vanaja & Geetha 2017). Kemudian (Campos et al, 2015) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri memiliki relevansi pada psikologis dan tingkat kecemasan setiap individu. Kepercayaan diri menjadi bagian penting karena dapat mempersepsikan diri untuk membangun motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Sari et al, 2015).

Selain itu (Luke et al, 2016) menyatakan pentingnya kepercayaan diri agar setiap individu dapat memberi efek dalam lingkungan sosial serta kemampuan bertindak untuk memimpin. Menurut Ghufron & Rini (2014) berpendapat bahwa kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang, tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Dikatakan pula oleh Hakim (2012), yang menyatakan bahwa percaya diri adalah suatu keyakinan

seseorang terhadap aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya mampu mencapai tujuan di dalam hidupnya. Menurut Dariyo (dalam Hidayah, 2014) Pengertian percaya diri adalah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya.

Berkaitan dengan uraian di atas, kondisi kepercayaan diri siswa **MTs AL-Manaar Pulu Raja** khususnya kelas VII berada pada kategori yang cukup rendah dan perlu mendapatkan perhatian yang besar dalam peningkatan maupun pemeliharaan guna mempersiapkan pribadi yang akan mendapatkan tantangan hidup yang lebih berat sesuai tingkatan jenjang pendidikannya. Sejauh ini, sekolah telah melaksanakan usaha yang baik dalam meningkatkan kondisi ini, namun perlu adanya tindak lanjut yang perlu dilakukan demi mendapatkan kualitas kepercayaan diri yang baik.

Sekolah telah merumuskan program yang didasarkan terhadap kepentingan bimbingan dan konseling khususnya dalam pengembangan kepercayaan diri siswa dimulai dengan latihan maupun pembiasaan yang memungkinkan siswa dapat memulai untuk berani dan meyakini kebiasaannya dalam melakukan suatu pekerjaan maupun penyelesaian tugasnya sebagai siswa.

3. Layanan Konseling Individual Dengan teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs AL-Manaar Pulu Raja

Berdasarkan dari hasil kegiatan tinjauan awal yang dilakukan peneliti bersama guru BK MTs AL-Manaar Pulu Raja, maka peneliti menyimpulkan apabila kepercayaan diri berada pada kategori rendah dan dibiarkan pada peserta didik, maka akan menyebabkan kegagalan dalam proses belajar dan pengembangan peserta didik. Dampak dari kepercayaan diri yang rendah diantaranya yang dapat muncul seperti perasaan mudah mengeluh, munculnya rasa putus asa dan mengalami kegagalan. Apabila hal tersebut berlanjut tanpa penanganan dari pihak sekolah, maka peserta didik akan menjadi generasi muda yang tidak memiliki masa depan dan terbelakang.

Kepercayaan diri adalah hal yang seharusnya dimiliki remaja untuk mencapai kesuksesan. Terkadang remaja tidak menyadari bahwa kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat kegiatan sehari-hari. Sikap remaja yang menunjukkan rendahnya kepercayaan diri, seperti: selalu ragu-ragu dalam melakukan suatu hal, mudah cemas, tidak memiliki keyakinan, cenderung menghindar, menutup diri, kurang inisiatif, mudah patah semangat, takut untuk tampil di depan orang banyak, dan lain-lain akan menghambatnya untuk melakukan sesuatu.

Menurut Lauster (2008), dalam hubungan dengan orang lain, rasa rendah diri terlihat sebagai rasa malu, kebingungan, dan rendah hati yang berlebihan. Oleh karena itu, rendahnya rasa percaya diri bisa menyebabkan masalah penyesuaian diri remaja dengan lingkungan sekitar. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah akan memiliki sifat dan perilaku antara

lain: tidak mau mencoba suatu hal yang baru, merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan, punya kecenderungan melempar kesalahan pada orang lain, memiliki emosi yang kaku dan disembunyikan, mudah mengalami rasa frustrasi dan tertekan, meremehkan bakat dan kemampuan diri sendiri, serta mudah terpengaruh oleh orang lain.

Menurut Lindenfield (1997), orang yang percaya diri adalah orang yang merasa puas dengan dirinya. Orang yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan selalu bersyukur karena merasa puas dengan apa yang ada pada dirinya. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri yang negatif dan kurang percaya pada kemampuannya sehingga sering menutup diri. Oleh karena itu, masalah kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun untuk mencapai penyesuaian diri secara maksimal.

Layanan bantuan spesifik yang dapat diberikan oleh konselor di sekolah salah satunya yaitu dengan menerapkan konseling individu. Pemilihan layanan konseling individu disesuaikan dengan tujuan pelaksanaan konseling individu yakni terjadinya perubahan perilaku konseli yang berakhir pada teratasinya masalah yang dialami oleh konseli (Prayitno & Amti, 2013). Pelaksanaan konseling individu ini, membantu konseli secara perseorangan dalam mengatasi permasalahan yang dimilikinya dengan bantuan dari konselor.

Pilihan teknik yang dapat diterapkan dalam pelaksanaan konseling individu untuk membantu mengentaskan permasalahan siswa begitu banyak, mengacu pada kesesuaian permasalahan yang dialami oleh siswa. Salah satu

teknik yang dapat dipilih untuk membantu siswa meningkatkan percaya diri yakni teknik self-instructional.

Teknik self-instructional atau intruksi diri merupakan salah satu teknik dalam pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang digunakan untuk memodifikasi dan merestrukturisasi sistem kognitif (Nurmaliyah, 2014). Meichenbaum (dalam Khusumawati, 2014) mengungkapkan bahwa teknik *self-instructional* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri cara efektif dalam menghadapi situasi sulit bagi mereka sendiri (Khusumawati & Christiana, 2014). Teknik *self-instructional* ini merupakan salah satu teknik dari pendekatan perilaku kognitif yang membantu mengajarkan individu untuk mengolah anggapan individu terhadap situasi yang sulit bagi mereka menjadi lebih efektif.

Seperti yang dikatakan oleh guru bimbingan konseling di MTs AL-Manaar Pulu Raja oleh Ibu Indah S.Pd yaitu:

“Apabila ada masalah yang menyangkut siswa dan guru wali kelas atau guru matapelajaran tidak melakukan pengentasan langsung biasanya wali kelas atau guru bidang studi memberitahu saya, kalau siswa tersebut masih bisa dinasehati dan diberi arahan maka tidak perlu adanya bantuan dari saya tetapi jika siswa tidak bisa dinasehati oleh walikelas dan guru bidang studi maka akan diserahkan kepada saya untuk melakukan konseling individual”.

Adanya kerjasama dari guru-guru lain dapat membantu guru bimbingan konseling saat mengatasi permasalahan siswa. Namun ada juga guru yang tidak mau melibatkan dirinya di dalam permasalahan siswa

disekolah. Oleh karena itu peneliti akan menerapkan konseling individual dengan proses *self instruction* pada siswa kelas VIII MTs AL-Manaar Pulu Raja.

Tindakan yang akan dilakukan oleh peneliti dalam penerapan layanan konseling individual dengan teknik self intruction yaitu dengan pelaksanaan tiga tahapan, tahap awal konseling, tahap pertengahan/inti, tahap akhir. Apabila tahap pertama kurang berhasil maka akan dilakukan tahapan layanan selanjutnya dengan memperhatikan hasil refleksi pada siklus pertama. Hasil observasi dijelaskan dengan deskriptif pada pembahasan meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VII MTs AL-Manaar Pulu Raja. Berikut tahapan pemberian layanan pada tabel dibawah ini

Tabel 4.6. Tahap-Tahap Layanan Konseling Individual

No	Tahap Konseling Individual	Kegiatan	Kegiatan Siswa
1	Tahap awal konseling individual / Pembukaan	a. Membangun hubungan konseling kepada siswa b. Mempersiapkan/mengumpulkan data siswa sebagai awalan c. Membuat penafsiran dan penjajakan d. Membuat negosiasi kontrak	Siswa mengikuti jalannya kegiatan sesuai dengan instruksi yang diberikan
2	Tahap pertengahan/tahap kerja	a. Kegiatan awal, konselor menjelaskan tujuan dan memperkenalkan tentang BK dan menjelaskan <i>self instruction</i> dalam layanan konseling individual. b. Kegiatan ini, pembahasan masalah eksplorasi, membantu klien untuk dapat mengeksplorasi permasalahan terhadap diri sendiri Mempersonalisasi, konselor merangkum permasalahan yang	Siswa sebagai peserta kegiatan layanan mengikuti dinamika dan proses berjalannya bimbingan kelompok

		diungkapkan klien yang mengalami kesulitan dalam menerapkan kepercayaan diri dalam kehidupannya Reassessment, konselor melakukan penilaian kembali dengan melibatkan klien yang artinya masalah itu dinilai bersama-sama.	
3	Tahap pertengahan/tahap kerja	<p>a. Kegiatan inti pembahasan masalah eksplorasi, membantu klien untuk dapat mengeksplorasi masalah yang dirasakan lebih baik dari tahap pertama.</p> <p>b. Mempersonalisasi, konselor merangkum permasalahan yang diungkapkan klien yaitu kesulitan mempercayai potensi diri</p>	Siswa sebagai peserta kegiatan layanan mengikuti dinamika
4	Tahap akhir konseling	<p>a. Pengakhiran konseling, konselor meminta kepada klien untuk mengungkapkan perbaikan kedepannya setelah konseling dilakukan</p> <p>b. Refleksi dilakukan untuk hal-hal yang belum sesuai dengan yang direncanakan untuk kemudian dilakukan perubahan agar terjadi peningkatan pada tahap berikutnya. Yang perlu diperhatikan yaitu :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientasi • Kegiatan inti • Pengakhiran <p>c. Mengobservasi perilaku klien disekolah untuk melihat peningkatan kepercayaan diri siswa</p>	Siswa sebagai peserta kegiatan layanan mendengarkan tindak lanjut kegiatan dan akan melaksanakan tugas perubahan
5	Tahap akhir konseling	<p>a. Melakukan refleksi, dilakukan agar masalah siswa terselesaikan</p> <p>b. Mengobservasi perilaku klien disekolah untuk melihat peningkatan kepercayaan diri siswa.</p>	Siswa sebagai peserta kegiatan layanan mengikuti dinamika dan penutupan kegiatan

Hasil Layanan Konseling Individual Dengan Proses Self Instruction

Konseling Individual Siswa I

1. Identitas Siswa

Nama : ADE

Kelas : VII-2

Umur : 14 Tahun

2. Keluhan Masalah

ADE adalah salah seorang siswa yang menampilkan gejala kurang percaya diri karena terlihat selalu diam di kelas tanpa menunjukkan keaktifan apapun di saat jam pembelajaran berlangsung. ADE adalah siswa yang sulit percaya diri.

3. Penanganan Masalah

Peneliti melakukan layanan konseling individual dengan proses *self instruction* hingga masalah siswa yang dialami selesai.

Pertemuan Pertama (1)

1. Kegiatan Awal

Berdasarkan hasil wawancara antara peneliti dan juga siswa yang berinisial ADE kelas VII² yang dilaksanakan di ruangan guru bimbingan konseling MTs AL-Manaar Pulu Raja. Yang pertama membangun hubungan konseling yang melibatkan siswa, peneliti berusaha menerima siswa dengan tangan terbuka yang artinya memberikan sambutan yang hangat secara sukarela dan mempersilahkan siswa untuk duduk terlebih dahulu. Kemudian peneliti memperkenalkan dirinya kepada siswa agar proses konseling berjalan sesuai dengan tahapan. Selanjutnya siswa memperkenalkan kan dirinya, agar peneliti bisa lebih mengenal siswa tersebut.

Peneliti menjelaskan maksud dari proses konseling individual, tujuan, dan juga mengapa harus dilakukannya konseling individual untuk siswa. Peneliti mengatakan bahwa proses konseling hanya dilakukan dalam waktu 40 menit saja. Jika hubungan sudah berjalan dengan baik maka selanjutnya mengidentifikasi masalah yang dialami siswa.

2. Kegiatan Inti

Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan tahapan inti, dimana terapis atau peneliti mengajukan pertanyaan tentang masalah yang sedang dialami siswa saat ini. *“adik, bagaimana kondisi kemajuan kehidupan sekolahmu saat ini?”*

Kemudian siswa tersebut menjelaskan bahwa permasalahannya mengenai tentang kondisi dirinya yang selalu sulit untuk mengekspresikan dirinya di hadapan orang lain sehingga tidak pernah berani tampil di depan orang banyak walaupun hanya sekedar menyampaikan pendapat dikala guru sedang melemparkan pertanyaan saat pembelajaran berlangsung. Siswa merasa sadar bahwa dirinya selalu tidak percaya diri dalam kondisi apapun dalam kehidupannya.

Menyikapi kondisi siswa di atas, maka peneliti melakukan eksplorasi permasalahan tersebut dan memberikan kesimpulan sederhana terkait kondisi yang dialami klien/siswa, kemudian melakukan rangkuman terpusat terhadap permasalahan yang diungkapkan siswa, selanjutnya melakukan *reassessment* (penilaian kembali), meninjau kembali

permasalahan yang dialami siswa yaitu keadaan kepercayaan diri yang rendah.

Secara dinamika, siswa mengalami ketidaktahuan akan keadaannya yang sering tidak peduli dengan kemajuan ataupun keadaan sekitar dirinya dan lebih banyak memilih untuk selalu diam apapun yang terjadi di sekitarnya. Sehingga yang dirasakannya adalah merasa jika apa yang dilakukan akan buruk dimata orang lain dan merasa malu jika dilakukan di depan orang banyak.

Penyimpulan yang dilakukan oleh peneliti sebagai pertemuan awalan adalah bahwa siswa sedang mengalami gangguan pada kepercayaan dirinya dan perlu dilakukan pertemuan lanjutan untuk mempraktikkan strategi self instruction dalam meyakinkan koqnitifnya bahwa setiap manusia memiliki potensi yang dapat dipercaya kontribusinya demi peningkatan kualitas hidupnya.

3. Kegiatan Akhir

Setelah melakukan kegiatan awal dan kegiatan inti yaitu dengan mengidentifikasi masalah serta memberikan arahan, nasehat terhadap permasalahan yang dialami siswa terkait kebiasaan untuk selalu merasa minder dan tidak percaya diri, sebagai kegiatan akhir maka peneliti memberikan alternative kepada siswa agar siswa mau melakukan perubahan terhadap dirinya yaitu dengan cara selalu melihat kemampuan dan kebisaan diri dan berusaha melupakan hal-hal yang dapat melemahkan diri. Siswa pun berusaha ingin mengikuti saran peneliti dengan

menghabiskan waktu bersama teman, melakukan aktivitas yang positif, belajar sesuai dengan jadwal. Peneliti mengakhiri proses konseling tersebut kemudian siswa tersebut meminta izin untuk keluar dari ruangan. Selanjutnya peneliti membuat kesimpulan dari hasil proses konseling yang telah dilakukan dan juga peneliti menyusun tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah dibangun dari hasil konseling individual.

Pertemuan Kedua (II)

1. Tahap Pertengahan/Inti

Dengan tanpa mengulang kegiatan konseling individual tahap awal/pembukaan, peneliti langsung pada pelaksanaan tindakan terapis karena sudah di atur janji dan jadwal bantuan yang akan dilakukan kepada ADE untuk meningkatkan kepercayaan dirinya. Peneliti melakukan konseling individual secara tertutup siswa tersebut dan mempersilahkan dengan tangan terbuka untuk duduk, kemudian peneliti bertanya kabat kepada siswa dan siswa pun menjawab *“Alhamdulillah bu, sepertinya sudah sedikit ada perubahan karena saya agak sedikit tenang jika ada tekanan di kelas”* *“syukur alhamdulillah kalau begitu”*. Kemudian peneliti memulai proses konseling dengan komitmen yang kamu katakan pada saat proses konseling? *“Saya sudah mulai menyadari bahwa saya juga memiliki kelebihan yang bisa diandalkan di depan orang banyak dan saya tidak mau berlarut dalam kesedihan yang membuat saya selalu terpuruk berada di jam pembelajaran yang sedang berlangsung”* Sudah bagus itu nak,

setidaknya kamu mau berusaha untuk menaikkan kepercayaan diri kamu, lalu kamu merasa bagaimana setelah melakukannya? *“Pertama kali saya agak aneh dengan rasa saya ini bu. Namun saya mengingat bahwa ibu bilang kita semua punya kelebihan dan tidak boleh lihat kekurangan saha. Disitu saya merasa ingin sekali aktif untuk maju dalam pembelajaran. Saya masih merasa belum terbiasa, seperti ada yang beda tapi saya terus mencoba untuk selalu yakin dan percaya diri walaupun masih sangat berat usaha saya bu”*. Dari penjelasan diatas dapat dikatakan bahwa ADE sudah mulai mencoba hal-hal untuk yakin kepada dirinya, rasa ingin mencoba ke hal yang lebih baiknya sudah terlihat dan ia mau berusaha menjadi yang lebih baik untuk merubah diri menjadi pribadi yang percaya diri dan mau menampilkan kemampuan diri di depan orang banyak.

2. Tahap akhir konseling

Pada tahap ini, peneliti merumuskan komitmen kepada ADE bahwa ia akan melakukan hal-hal yang positif untuk dirinya termasuk memulai diri untuk mampu menampilkan kelebihan diri dan mampu untuk yakin pada kemampuan diri. Selanjutnya peneliti melakukan refleksi yaitu dengan melakukan perencanaan untuk membantu siswa pada tahap akhir agar hasil konseling bersifat permanen dan perubahan dapat dirasakan siswa kebermanfaatannya.

Pertemuan Ketiga (III)

1. Tahap pertengahan/inti

Pada tahap ini dilanjutkan untuk melakukan peningkatan komitmen diri untuk selalu menerapkan perilaku dan perbuatan yang yakin pada kemampuan diri. Peneliti menerima dengan tangan terbuka dan mempersilahkan siswa untuk duduk, kemudian peneliti bertanya kabar kepada siswa dan siswa pun menjawab *“Alhamdulillah bu saya sepertinya sudah lebih baik dari kemarin”*. Lalu peneliti memulai proses konseling yaitu dengan menanyakan bagaimana dengan saran yang ibu berikan, siswa menjawab *“Saran dan juga masukan yang ibu berikan membuat saya sudah mulai saya lakukan untuk percaya diri dalam kondisi apapun termasuk dalam belajar, saya sudah mulai bertanya dan menjawab saat belajar berlangsung bu.”* Dan kemudian peneliti memberikan motivasi kepada siswa agar lebih membiasakan diri untuk melakukan hal-hal yang baik yaitu seperti belajar dirumah, membantu orangtua, mengerjakan tugas dengan tepat waktu, lalu siswa pun menjawab *“Iya bu, mudah-mudahan saya bisa menerapkannya. Pengarahan yang ibu berikan memotivasi saya, apalagi saya sebentar lagi akan memasuki tingkat kelas. Terimakasih ibu sudah membantu saya untuk mengatasi masalah yang saya alami.”*

Terapis menyampaikan masukan terkait dengan strategi Self Instruction *“ananda yang merasakan perubahan akan mendapatkan hasil permanen jika membiasakan diri dalam melakukan hal yang diyakini itu benar dan bermanfaat bagi diri. Kemajuan dan perubahan diri itu digantungkan pada bagaimana kita memandang dan mengarahkan diri*

kita pada kondisi yang kita yakini sesuai arahan dan bimbingan kita. Jika kita sudah menyadarinya maka kita hanya harus bergerak bergeser dan berubah” semoga bisa dimengerti ya ADE. “

Dengan disampaikannya hasil konseling itu, klien merasa ada banyak perubahan dalam kehidupannya dan merasa dirinya lebih berharga karena kepercayaannya

2. Tahap akhir konseling

Dari semua penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasannya ADE dapat melakukan pengaturan dirinya pada kondisi yang dikendakinya dan sudah memenuhi indikator yang peneliti tentukan untuk menjadi tolak ukur meningkatnya kepercayaan diri klien (ADE) seperti bisa dan mampu menampilkan keaktifan di masa pembelajaran berlangsung, mampu mengerjakan tugas sendiri, hingga berani mengeluarkan pendapat di muka umum dan berani melakukan hal-hal positif.

Peneliti mengungkapkan kepada siswa agar mempertahankan perubahan tersebut dan harus bisa memiliki keyakinan bahwa dirinya bisa dan mampu melakukan pekerjaan yang baik dan berkualitas disekolah maupun dirumah.

Konseling Individual Siswa II

1. Identitas Siswa

Nama : DNA

Kelas : VII-3

Umur : 14 Tahun

2. Keluhan Masalah

DNA memiliki masalah tidak mampu berkomunikasi dengan baik karena merasa gugup dan minder jika berbicara dengan orang lain secara langsung sehingga cenderung diam dan sering menundukkan kepala jika berada di sekolah. Di samping itu, kehidupan sosial DNA tidak sedang baik-baik saja karena kesulitannya dalam bergaul dan berteman karena dirinya tidak mampu melakukan hubungan sosial karena rasa mindernya terlalu tinggi.

3. Penanganan Masalah

Peneliti melakukan layanan konseling individual dengan proses self instruction dalam pendekatan self mangement secara mandiri.

Pertemuan Pertama (1)

1. Kegiatan Awal

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan siswa yang berinisial DNA siswa kelas VII-3 yang dilaksanakan diruangan bimbingan konseling MTs AL-Manaar Pulu Raja. Tahap awalan yang pertama yaitu membangun hubungan konseling yang melibatkan siswa tersebut, peneliti berusaha menerima siswa dengan tangan terbuka yang artinya mempersilahkan atau menyambut kedatangan siswa untuk duduk terlebih dahulu sebelum proses konseling dimulai. Kemudian peneliti memperkenalkan dirinya kepada siswa agar proses konseling berjalan sesuai dengan tahapan. Selanjutnya siswa dipersilahkan memperkenalkan dirinya agar peneliti bisa lebih mengenal siswa tersebut. Peneliti juga menjelaskan maksud dari proses konselinng individual, tujuan, dan juga

mengapa perlu dilakukannya konseling individual ini untuk siswa. Peneliti juga mengatakan bahwa proses konseling hanya dilakukan dalam waktu 40 menit saja. Jika hubungan sudah berjalan dengan baik maka selanjutnya peneliti mengidentifikasi masalah yang dialami.

2. Kegiatan Inti

Selanjutnya peneliti bertanya tentang masalah yang dialami siswa saat ini. Siswa tersebut menjelaskan bahwa permasalahannya mengenai kurang bisa meyakini dirinya sendiri, cenderung merasa kurang percaya diri pada seseorang seringkali dirasakan ketika ia memasuki sebuah lingkungan baru. Perasaan tersebut merupakan perasaan yang tidak nyaman dengan lingkungan barunya. Ini muncul dan berkembang sehingga menimbulkan pada seseorang perasaan malu, takut sehingga seseorang menutup diri untuk melakukan sesuatu di lingkungan baru sehingga perasaan yang ada itu terus mengganggu proses pembelajaran siswa tersebut, maka peneliti mengeksplorasi permasalahan tersebut, mempersonalisasi yang artinya merangkum permasalahan yang diungkapkan siswa, selanjutnya melakukan *reassessment* (penilaian kembali), meninjau kembali permasalahan yang dialami siswa yaitu kurang mampu bersosial karena tidak mampu mempercayai diri sendiri.

Peneliti menyimpulkan bahwa DNA memiliki permasalahan yang mirip dengan ADE sehingga strategi pengentasan dengan self instruction dapat dilakukan juga pada DNA untuk meningkatkan kepercayaan dirinya. Dimulai dengan tahapan *Cognitive Modeling*, peneliti memberikan

stimulus kepada klien untuk menyadarkan dirinya sedang berada pada titik keadaan yang dipahami seperti apa dan bagaimana sehingga muncul kesadaran penuh dirinya mau dibawa pada titik apa. Kemudian peneliti mempersilahkan klien untuk menyampaikan kemauan dan harapannya untuk keadaan dirinya dan keadaan kehidupannya seperti apa yang ingin dicapai dan dirasakannya. Persilahkan klien untuk menguasai dirinya sendiri secara sepenuhnya agar dirinya mampu menghalau rasa yang mempengaruhi hambatann hidupnya.

Tahapan *self instruction* dimulai dengan terapis/peneliti mengatakan suatu kalimat dengan lantang kemudian diikuti oleh klien dengan menyebutkan apa yang disampaikan terapis secara jelas dan lantang.

“Saya adalah pribadi Hebat”. “Saya adalah pribadi Hebat”.

“Saya bisa jadi yang terbaik dan saya mampu melakukannya”

“Saya bisa jadi yang terbaik dan saya mampu melakukannya”

“Saya percaya saya bisa membuat diri saya berharga”

“Saya percaya saya bisa membuat diri saya berharga”

“saya akan mulai dari sekarang” “saya akan mulai dari sekarang”

Setelah klien mengikuti apa yang disampaikan oleh terapis, maka terapis atau peneliti mempersilahkan DNA untuk mengulang sendiri kata-kata yang telah diucapkan tadi secara sendiri dengan lantang dan jelas. Kemudian dilanjutkan dengan mengulangnya secara terus menerus di dalam hati hingga perilaku dan kebiasaan DNA berubah menjadi individu yang lebih percaya diri dan yakin terhadap kemampuan diri sendiri.

3. Kegiatan Akhir

Setelah melakukan kegiatan awal dan kegiatan inti yaitu selanjutnya dengan mengidentifikasi masalah serta memberikan pengarahan, nasehat terhadap permasalahan yang dialami siswa terkait dengan kebiasaannya menghindari kehidupan sosial dan tidak mampu bergaul dengan orang lain di sekitarnya, sebagai kegiatan akhir maka peneliti memberikan alternative kepada siswa agar siswa mau melakukan perubahan terhadap dirinya yaitu dengan cara mengembangkan keyakinan dirinya untuk melakukan kegiatan yang positif bagi dirinya. Siswa pun berusaha untuk mengikuti saran peneliti yaitu dengan melakukan kegiatan yang lebih positif, bermain dengan teman, belajar tepat waktu. Kemudian peneliti mengakhiri proses konseling dan siswa meminta izin untuk keluar dari ruangan. Selanjutnya peneliti membuat kesimpulan dari hasil proses konseling yang telah dilakukan dan juga peneliti menyusun tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah dibangun dalam proses konseling.

Pertemuan Kedua (II)

1. Tahap kegiatan/inti

Peneliti melakukan konseling individual secara tertutup dengan siswa tersebut, peneliti menerima dengan tangan terbuka dan mempersilahkan untuk duduk, kemudian peneliti bertanya bagaimana kabarnya? Lalu siswa menjawab *“Alhamdulillah kabar saya lebih baik bu, dan saya mengalami banyak perubahan yang banyak dan saya sudah banyak berani bergaul dengan teman yang banyak”*. *Alhamdulillah kalau begitu ya.*

Kemudian peneliti memulai proses konseling dan menanyakan *bagaimana komitmen kita yang kamu katakan pada saat kita melakukan proses konseling?* “Pelan-pelan saya sudah mulai merubah bu untuk hal-hal yang lebih baik”. *Wah bagus sekali itu, apakah ada perubahan yang kamu rasakan?* “*perubahan saya sangat banyak sekali bu. Saya sudah mendapatkan banyak teman dan saya sekarang lebih bersemangat dalam menjalani kehidupan saya baik di rumah maupun di sekolah karena lebih berani dan percaya diri. Terima kasih banyak ya bu*”.

“silahkan kamu kembangkan terus kepercayaan dirimu itu untuk hal-hal yang positif dalam kehidupan kamu ya. Tetap semangat dan sukses sekolahnya:

2. Kegiatan Akhir

Setelah melakukan kegiatan awal dan kegiatan inti yaitu selanjutnya dengan mengidentifikasi masalah serta memberikan pengarahan, nasehat terhadap penguatan dari hasil konseling yang telah dilakukan untuk meningkatkan kualitas hasil konseling dengan menilai komitmen diri siswa dalam menjalani kehidupan setelah konseling.

Pertemuan Ketiga (III)

1. Tahap kegiatan/inti

Peneliti menerima siswa dengan tangan terbuka dan mempersilahkan siswa untuk duduk, dan kemudian peneliti bertanya kabar kepada siswa lalu siswa menjawab “*Sangat baik bu, saya merasa lebih legah dan bersemangat sekali*”. Kemudian peneliti memulai proses konseling dan

menanyakan bagaimana saran yang ibu berikan, *“Karena saran ibu saya lebih bisa memotivasi diri sendiri untuk selalu percaya bahwa saya mampu melakukan pekerjaan apapun yang bermanfaat bagi diri saya termasuk bergaul dengan orang banyak”*. Selanjutnya peneliti memberikan motivasi kepada siswa agar bisa lebih memaksimalkan kepercayaan dirinya bukan hanya secara sosial melainkan dapat dimanfaatkan dalam proses belajar, siswa menjawab *“Pasti bu, saya akan melakukan saran yang ibu berikan dan karena motivasi ibu saya dapat menyelesaikan masalah yang saya alami ini.”*

2. Tahap akhir konseling

Dari semua penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa DNA sudah mulai bisa lebih percaya diri karena keyakinan dirinya bertambah karena telah dilakukan *self instruction* dan sudah memenuhi indikator yang peneliti tentukan untuk menjadi tolak ukur peningkatan kepercayaan diri siswa dan orientasi pengembangan diarahkan pada diri siswa yang mau dan mampu melakukan tugas dan pekerjaan rumah, membantu orangtua, menghabiskan waktu bersama teman, mengerjakan tugas sekolah, dan juga belajar tepat waktu.

Peneliti mengungkapkan kepada siswa agar mempertahankan perubahan tersebut dan harus bisa terus percaya diri dalam kehidupannya dan kemudian siswa bisa lebih memaksimal menjalani kehidupannya dengan berbagai aktifitas baik disekolah maupun dirumah.

4.3. Diskusi Hasil Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Penerapan layanan konseling individual dengan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII di MTs AL-Manaar Pulu Raja TA. 2022/2023.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa penerapan layanan konseling individual ini dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, karena dengan diberikannya layanan konseling individual siswa lebih mengetahui bagaimana dirinya dapat mengatur pribadinya mencapai keefektifan hidup. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti di MTs AL-Manaar Pulu Raja.

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri. Manusia membutuhkan keberadaan manusia lain terkait kebutuhannya baik dalam bentuk jasa maupun kebutuhan yang sifatnya material. Kebutuhan manusia akan mudah terpenuhi dari orang lain apabila terjalin suatu hubungan yang baik antar sesama manusia yang saling berinteraksi dalam suatu lingkungan. Manusia dalam memenuhi kebutuhannya, memerlukan hubungan sosial yang ramah dengan cara membina hubungan yang baik dengan orang lain. Manusia selalu ingin berhubungan dengan orang lain secara positif.

Salah satu tugas perkembangan masa remaja dalam mencapai jati dirinya dapat dilakukan melalui pergaulan hidup baik dengan keluarga, guru, maupun teman sebaya. Hampir sebagian besar waktu dalam kehidupan remaja digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain. Interaksi sosial

dengan teman sebaya merupakan salah satu unsur penting untuk memenuhi kebutuhan akan harga dirinya. Apabila hal tersebut tidak tercapai maka individu akan mengalami masalah dalam kesehariannya.

Salah satu aspek dari remaja yang perlu diperhatikan adalah percaya diri (*self confidence*), yang merupakan salah satu modal dalam kehidupan yang harus ditumbuhkan pada diri setiap siswa agar kelak dapat menjadi manusia yang mampu mengontrol berbagai aspek yang ada pada dirinya, dengan kemampuan tersebut siswa akan lebih jernih dalam mengatur tujuan dan sasaran pribadi yang jelas, maka akan lebih mampu dalam mengarahkan perilaku menuju keberhasilan.

Menurut Lauster (2015) dalam kehidupan manusia, kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting. 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. Namun kepercayaan pada diri sendiri yang sangat berlebihan tidak selalu bersifat positif. Orang yang terlalu percaya pada diri sendiri sering tidak hati-hati dan seenaknya. Tingkah laku mereka sering menyebabkan konflik dengan orang lain. Sering memberikan kesan kejam dan lebih banyak punya lawan dari pada teman. Maka dari itu perlu adanya intervensi besar agar kepercayaan dirinya berkembang menjadi karakter yang bermanfaat bagi diri siswa menjalani kehidupannya di dalam maupun luar sekolah.

Sesuai dengan hasil penelitian di MTs AL-Manaar Pulu Raja rasa percaya diri sangat penting dalam hal mengembangkan sikap sosialisasi di dalam lingkungan yang baru. Seseorang yang percaya diri akan merasa nyaman pada lingkungan yang bagaimanapun dan kondisi yang seperti apapun karena dapat dengan mudah beradaptasi. Sebaliknya, kepercayaan diri yang rendah merupakan penghambat seseorang untuk dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Dalam ruang lingkup sekolah cara siswa berinteraksi dengan teman sangat beraneka ragam. Ada yang memiliki keterampilan berinteraksi dengan baik dan ada pula yang tidak. Siswa yang mempunyai keterampilan berinteraksi yang baik, akan memiliki banyak teman dan diterima dalam lingkungannya. Sebaliknya, siswa yang tidak memiliki keterampilan berinteraksi, akan terisolasi, merasa minder dan tidak percaya diri.

Hal yang perlu diperhatikan dalam memberikan layanan konseling individual yaitu konselor harus memahami teknik-teknik dasar dalam melakukan konseling, dalam melakukan konseling harus mampu mengeksplorasi, mempersonalisasi, serta mengembangkan inisiatif konseli, dan ini dilakukan secara berkelanjutan sehingga proses konseling tersebut menghasilkan hasil yang maksimal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fiorentika, K., Santoso, D. B., & Simon, I. M. (2016). Keefektifan teknik self-instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 104-111. Tujuan dari penelitian ini

adalah untuk mengetahui keefektifan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMPN 20 Malang. Data dikumpulkan menggunakan inventori kepercayaan diri dan dianalisis dengan uji *wilcoxon* melalui SPSS kepada siswa yang mempunyai kategori kepercayaan diri rendah. Hasil dari penelitian adalah siswa yang mempunyai tingkat kepercayaan diri rendah ada lima orang, siswa diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*, siswa diberikan *pretest-posttest* untuk mengukur keefektifan teknik yang diberikan, siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri setelah mengikuti konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*

Kemudian dari Habiba, A., Setiawati, D., Nursalim, M., & Pratiwi, T. I. (2013). Penerapan teknik self instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri ketika pelajaran retell story pada siswa kelas VIII SMPN 5 Cepu. *Jurnal BK Unesa*, 3(1), 187-195. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan teknik self instruction pada siswa kelas VIII SMPN 5 Cepu. Pada penelitian ini teknik self instruction diberikan untuk menangani kepercayaan diri ketika retell story yaitu suatu keyakinan terhadap diri sendiri bahwa dia memiliki kemampuan untuk berhasil dalam kegiatan belajar menyajikan sebuah cerita kepada orang lain yang bertujuan menyampaikan pesan atau informasi yang bersifat mendidik. Penelitian ini menggunakan rancangan pre-eksperimen berupa pre-test and post-test one group design. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket untuk mengetahui apakah ada perbedaan sebelum

dan sesudah diberikan teknik self instruction pada siswa kelas VIII SMPN 5 Cepu. Yang memiliki rasa percaya diri rendah Angket digunakan untuk mencari siswa Subyek dalam penelitian ini adalah 64 siswa kelas VIII di SMPN 5 Cepu. Setelah dilakukan penelitian dengan menerapkan teknik self instruction maka didapatkan sebanyak 7 siswa yang mempunyai tingkat kepercayaan yang rendah ketika pelajaran retell story. Hasil analisa penelitian menunjukkan bahwa didapatkan nilai kritis T untuk uji jenjang Wilcoxon dengan taraf signifikan 5 % dan $N = 7$ diperoleh $T_{tabel} = 2$ sehingga T_{hitung} lebih kecil T_{tabel} ($0 < 2$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata pretest sebesar 105,42, posttest sebesar 138,42 dan beda selisih pretest dan posttest sebesar 37, hal ini berarti ada peningkatan dalam hal kepercayaan diri pada siswa kelas VIII A dan B ketika pelajaran retell story. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada perbedaan skor tingkat kepercayaan diri ketika pelajaran retell story antara sebelum dan sesudah penerapan teknik self instruction pada siswa kelas VIII A dan B di SMPN 5 Cepu dapat diterima. Dengan adanya bukti peningkatan kepercayaan diri pada siswa setelah diterapkan teknik self instruction, diharapkan konselor sekolah menggunakan teknik self instruction sebagai salah satu alternatif dalam membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam meningkatkan kepercayaan dirinya.

4.4. Keterbatasan Peneliti

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih ada kekurangan dan juga keterbatasan dalam melakukan penelitian dan menganalisis data hasil penelitian. Keterbatasan peneliti yang dihadapi ada beberapa faktor yaitu :

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian, hingga pengolahan data.
2. Penelitian ini dilakukan relative singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan penelitian.
3. Selain keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan buku ditambah dengan kurangnya pedoman atau referensi tentang teknik penyusunan daftar pertanyaan wawancara secara baik, merupakan keterbatasan penulis yang tidak bisa dihindari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan kritik dan juga saran yang membangun kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa mendatang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti di MTs AL-Manaar Pulu Raja mengenai penerapan layanan konseling individual dengan teknik self instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTs AL-Manaar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023, maka sebagai akhir dari penelitian ini yaitu peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di MTs AL-Manaar Pulu Raja, pelaksanaan layanan konseling individual berjalan dengan baik dan lancar, hanya saja pelaksanaan layanan konseling individual mengenai peningkatan kepercayaan diri siswa belum optimal dan adanya keterbatasan waktu.
2. Konseling individual dilakukan berdasarkan adanya beberapa siswa yang masih memiliki kepercayaan diri siswa yang belum optimal.
3. Sebelum melakukan penelitian di MTs AL-Manaar Pulu Raja peneliti masih melihat karakter kepercayaan diri siswa masih belum optimal pada siswa kelas VII sebanyak 30% untuk siswa yang berinisial ADE dan untuk siswa berinisial DNA sebanyak 35%, setelah dilakukan konseling individual dengan proses self instruction maka meningkat menjadi 65% untuk siswa ADE dan 75% untuk siswa DNA.

5.2. Saran

1. Bagi sekolah, diharapkan untuk memperhatikan ruangan bimbingan konseling terkait dengan jumlah siswa yang akan melakukan layanan bimbingan dan konseling.
2. Bagi guru bimbingan konseling, jika sudah efektif dalam memberikan layanan kepada siswa maka disarankan untuk lebih meningkatkan pelayanan bimbingan konseling terutama dalam hal mendekati bimbingan konseling dengan siswa agar proses konseling berjalan dengan optimal.
3. Bagi siswa, diharapkan mampu mendukung dan menyayangi adengan adanya bimbingan dan konseling disekolah. Dan siswa juga diharapkan untuk meningkatkan kepercayaan diri untuk selanjutnya.
4. Bagi peneliti lanjutan, diharapkan bagi peneliti lanjutan untuk memperhatikan variabel lain yang berkemungkinan mempengaruhi keadaan kepercayaan diri yang tidak termasuk dan dibahas di dalam penelitian terdahulu ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Bakar. 2010. *Konseling Individu dan Kelompok*. Bandung: Cita Pustaka
- Angelis,. 2003. *Confidance (percaya diri)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Hartono. 2012. *Bimbingan Konseling dan Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*. Yogyakarta : Andi Offset
- Hellen. 2005. *Paduan Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Araska
- Hedramo dkk. 2003. *Bimbingan & Konseling*. Semarang: Swadaya Manunggal
- Prayitno & Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Surya, H. 2007. *Percaya Diri Itu Penting*. Jakarta: Gramedia
- Wahid Suharman. 2010. *Konsep Dasar Konseling Perorangan*. (<http://konselorIndonesia.blogspot.com/2010/11>)
- Erwin. <http://wawasanbk.blogspot.com/2012/10/penggunaan-teknik-self-instruction.html>. 11-mei-2019
- Fiorentika, at al. (2016). Keefektifan Teknik Self-Instruction. *104 / Jurnal Kajian Bimbingan Dan, 1(3)*, 104–111.
- Haolah, S., Atus, A., & Irmayanti, R. (2018). Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Pelaksanaan Konseling Individual. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, *1(6)*, 215. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i6.2962>
- Khusumawati, Z. E., & Christiana, E. (2014). Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi dan Self-Instruction untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMAN 22 Surabaya. *Bk Unesa*, *5(1)*, 8.
- Ningtiyas, A., & Wahyudi. (2020). Layanan konseling kelompok dalam upaya meningkatkan percaya diri peserta didik. *IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*, *1(1)*, 13–16.
- Rahayuningdyah, E. (2016). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Kelas VIII D di SMP Negeri 3 Ngrambe. *Jurnal JIPE*, *1(2)*, 1–14.

- Ramadhany, N. (2022). *pelaksanaan layanan konseling individual dengan role model terhadap peningkatan kecerdasan moral siswa kelas vii mtss pesantren khairul mukminin air joman tahun pelajaran 2021/2022* (Vol. 33, Issue 1).
- Rinaldi, A. (2019). *Pelaksanaan Teknik Self Instruction Dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan T.A 2018/2019*.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 2–6. <https://doi.org/10.29210/3003205000>
- Tiro, Y. (2019). *meningkatkan kepercayaan diri dengan menggunakan pendekatan rational-emotive behavior therapy (rebt) melalui layanan konseling individual pada siswa kelas x smk bm budisatrya medan tahun ajaran 2018/2019*.
- Wahid, S., & Marianti, L. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Berbasis Islam Untuk Mereduksi Perilaku Mistik Remaja Kecanduan Togel. *Journal of Society Counseling*, 1(1), 36-44
- Zultoni, J., & Astuti, F. H. (2018). Pengaruh Layanan Konseling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI di SMAN 2 Pringgarata. *Jurnal Pedadogy*, 3(1), 45–51.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****Data Pribadi :**

Nama : Novita Anggriani
Tempat/Tanggal Lahir : Sengon Sari/ 12-November-2001
Alamat : Aek Loba Pekan Link II Asahan
Jenis Kelamin : Perempuan
Anak Ke : 3 dari 3 Bersaudara
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
No. telepon/wa : 082297724291

Data Orang Tua :

Nama Ayah : Misno
Nama Ibu : Sugini
Alamat : Aek Loba Pekan Link II Asahan

Latar Belakang Pendidikan :

Tahun 2007-2013 : SD Negeri 01326 Sengon Sari
Tahun 2014-2016 : SMP Negeri 1 Aek Kuasan
Tahun 2017-2019 : SMA Negeri 1 Kisaran
Tahun 2019-2023 : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Demikian daftar riwayat hidup ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dimaklumi.

Medan, September 2023

Novita Anggriani

Lampiran 2

Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling

No	Indikator	Pernyataan	Hasil Wawancara
1.	Keyakinan akan Kemampuan diri	Bagaimanakah kondisi kemampuan diri siswa mengikuti pelayanan ibu?	Kemampuan siswa saya nilai kurang aktif dalam setiap dinamikanya karena kurangnya minat siswa dalam partisipasinya.
		Bagaimana siswa mampu memaksimalkan keyakinan dirinya?	Siswa mampu menilai dirinya untuk yakin dan percaya terhadap kelebihan dan kemampuannya.
2.	Optimis	Bagaimana siswa menerapkan sikap optimisnya dalam belajar?	Siswa harus siap dan sedia selalu berprasangka baik terhadap hasil yang akan diperoleh dari setiap usaha yang dilakukan dalam pembelajarannya.
		Bagaimana sikap siswa dalam memperjuangkan hasil belajarnya?	Berdasarkan keadaan saat ini, siswa cenderung bersikap santai dalam menyikapi setiap hasil belajar yang diperolehnya
3.	Objektif	Kondisi seperti apa yang menampilkan siswa untuk adil dalam menyikapi suatu situasi?	Siswa selalu aktif dan partisipatif dalam setiap dinamika pembelajaran dan menampilkan kemajuan yang signifikan
		Bagaimana siswa memaksimalkan perannya dalam aktifitas pembelajaran?	Selalu berusaha untuk mendapatkan hasil yang maksimal dari setiap sesi pembelajaran
4.	Bertanggung jawab	Bisakah ibu jelaskan contoh siswa yang bertanggungjawab dalam pembelajaran	Siswa akan memaksimalkan perannya dengan selalu aktif dan mandiri dalam mengerjakan setiap tugas dan pekerjaannya
		Bagaimana sikap siswa dalam menerima hasil dari apa yang dilakukannya selama belajar?	Menerima dengan baik dan melakukan evaluasi untuk menghasilkan suatu yang baik demi kemajuan diri dan hasil yang berguna

Lampiran 3 Pedoman Wawancara Siswa Kelas VII

No		Pernyataan	Hasil Wawancara
1.	Keyakinan akan Kemampuan diri	Bagaimanakah semangat kamu siswa mengikuti pelayanan BK?	Saya cukup bersemangat untuk mengikuti pelayanan demi kaulitas diri
		Bagaimana kamu bisa yakin kemampuan diri kamu?	Saya memiliki potensi yang bisa dikembangkan dan bermanfaat
2.	Optimis	Bagaimana menerapkan sikap optimisnya dalam belajar?	Meningkatkan keyakinan diri terhadap setiap potensi diri
		Bagaimana kamu berjuang untuk meningkatkan hasil belajar?	Selalu bersemangat mengikuti setiap sesi pembelajaran di sekolah
3.	Objektif	Bagaimana kamu menilai kondisi kehidupan kamu dengan bermacam situasi?	Saya menilai dengan selalu berprasangka positif terhadap setiap kejadian apapun
		Bagaimana kamu memaksimalkan peran kamu dalam aktifitas pembelajaran?	Selalu berusaha melakukan pekerjaan dengan baik dan dengan kualitas kerja yang baik
4.	Bertanggung jawab	Coba jelaskan contoh kamu bertanggungjawab dalam pembelajaran?	Menyelesaikan setiap tugas tepat waktu dan dengan kualitas kerja yang baik dan maksimal
		Bagaimana sikap kamu dalam menerima hasil dari apa yang dilakukanya selama belajar?	Menerima dengan sabar untuk dijadikan bahan evaluasi untuk menjadi lebih baik lagi

Lampiran 4 RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)

RPL

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FORMAT INDIVIDUAL

I. IDENTITAS

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| A. Satuan Pendidikan | : MTs Al-Manaar Pulu Raja |
| B. Tahun Ajaran | : 2022-2023, semester ganjil |
| C. Sasaran Pelayanan | : Kelas VII A- VII B |
| D. Pelaksana | : Novita Anggriani |
| E. Pihak Terkait | : Siswa |

II. WAKTU DAN TEMPAT

- | | |
|-------------------------------|---------------------------|
| A. Tanggal | : Jumat, 04 Agustus 2023 |
| B. Jam Pembelajaran/Pelayanan | : Diluar jam pembelajaran |
| C. Volume Waktu (JP) | : |
| D. Spesifikasi Tempat Belajar | : Ruang BK |

III. MATERI PELAYANAN

- | | | |
|-------------------------|------------------------------|--|
| A. Tema/Subtema
Diri | 1. Tema | : Meningkatkan Kepercayaan |
| | 2. Subtema | : Keyakinan kemampuan diri,
optimis,
objektif, bertanggung jawab |
| B. Sumber Materi | : Kegiatan Sehari-hari siswa | |

IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN

- | | |
|---------------------|---|
| A. Pengembangan KES | : Agar siswa dapat meningkatkan prestasi belajarnya |
| B. Penanganan KES-T | : Untuk menghindari/Menghilangkan Kurang nya kepercayaan diri |

V. METODE DAN TEKNIK

- A. **Jenis Layanan** : Layanan Konseling Individu
 B. **Kegiatan Pendukung** : Himpunan Data

VI. SARANA

- A. **Media** : HP/Alat Perekam Suara
 B. **Perlengkapan** : Buku Tulis dan pena (jika diperlukan)

VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PELAYANAN

Diprolehnya hal-hal baru siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

A. KES

1. *Acuan* (A) : Perlunya siswa untuk mengetahui sebab akibat dari kejenuhan belajar.
2. *Kompetensi* (K) : Siswa menguasai materi pembelajaran
3. *Usaha* (U) : Siswa mempraktikkan apa-apa yang telah di sarankan dalam kegiatan ini berlangsung untuk diterapkan di luar kegiatan.
4. *Rasa* (R) : Bagaimana siswa merasa berkenaan tentang kejadian yang dirasakannya saat ini.
5. *Sungguh-sungguh* (S) : Kesungguhan siswa dalam mengaplikasikan hal-hal yang mengarahkan ke arah lebih baik.

B. KES-T, Yaitu terhindarkannya siswa dari kejenuhan dalam belajar

C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas, dan Tabah

Memohon ridho untuk suksesnya siswa mempraktekan kegiatan yang lebih baik lagi.

VIII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucap salam selanjutnya mengajak konseli berdoa untuk memulai kegiatan konseling perorangan

2. Memulai Tanya jawab konseli memahami bahwa layanan konseling adalah bagian dari layanan BK yaitu untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar, mengarahkan serta membantu untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi dan menjadi pribadi yang Mandiri.

B. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Diungkapkan hubungan konseli dengan konselor
2. Dijajaki kesiapan konseli untuk mengikuti proses selanjutnya
3. Konseli diminta untuk menceritakan permasalahannya

C. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Bersama konseli disimpulkan pokok-pokok permasalahan yang dialaminya.
2. Didalami seluk beluk dan keterkaitan antara pokok permasalahan.

D. LANGKAH PEMBINAAN

1. Meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar agar siswa dapat meningkatkan prestasinya

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

1. Penilaian Hasil

Diakhir proses pelayanan siswa diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. *Berfikir* : Apa yang konseli pikirkan tentang kurangnya kepercayaan diri
dalam belajar (unsur A)
- b. *Merasa* : Apa yang konseli rasakan mengenai masalah yang sedang
Dialami (unsur B)
- c. *Bersikap* : Bagaimana konseli menyikapi untuk
meningkatkan

kepercayaan diri dalam belajar (unsur K)

d. *Bertindak* : Apa yang hendak konseli lakukan untuk mendengarkan,

memahami, merespon permasalahan (unsur U)

e. *Bertanggung Jawab* : Bagaimana konseli bertanggung jawab untuk

menyikapi persoalan tentang kurangnya

kepercayaan diri

dalam belajar (unsur S)

2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pelayanan untuk memperoleh Gambaran tentang aktivitas siswa dan efektifitas pelayanan yang telah diselenggarakan.

3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pelayanan selesai, disusun lah laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Pulu Raja, Agustus 2023

Guru Bimbingan Konseling



Indah, S.Pd

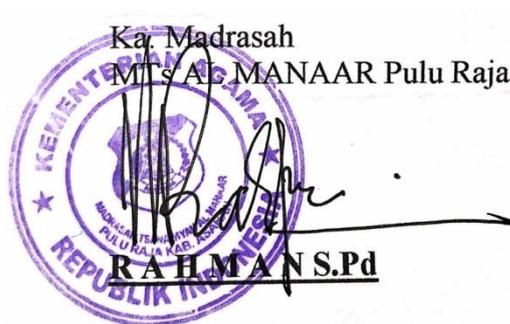
Peneliti



Novita Anggriani

Diketahui

Ka. Madrasah
MTs AL MANAAR Pulu Raja



RAHMAN S.Pd

Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian





Link Video :

<https://drive.google.com/file/d/1qbQS6cvmEZpwobpKRgRHFgQ9qejydS6g/view?usp=drivesdk>

Lampiran 6 K 1

FORM K 1		
 <p>MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238 Website :http://www.fkip.umsu.ac.id E-mail: fkip@umsu.ac.id</p>		
<p>Yth : Ketua dan Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UMSU</p>		
<p>Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI</p>		
<p>Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :</p>		
<p>Nama Mahasiswa : Novita Anggriani N P M : 1902080025 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Kredit Kumulatif : IPK = 3,74</p>		
Persetujuan Ketua/ Sekretaris Prog. Studi	Judul yang diajukan	Disyahkan Oleh Dekan
	Pelaksanaan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional pada Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023	
	Pemberian Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman Siswa tentang Fungsi Guru BK pada Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023	
	Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar (Burnout) pada Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023	
<p>Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.</p>		
<p>Medan, 14 Februari 2023</p> <p>Hormat Pemohon,</p>  <p>Novita Anggriani</p>		
<p>Dibuat Rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas - Untuk Ketua Prodi - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan</p>		

Lampiran 7 K 2



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form K-2

Kepada : Yth. Bapak Ketua/Sekretaris
 Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Assalamu 'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Novita Anggriani
 NPM : 1902080025
 Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Pelaksanaan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional pada Siswa Kelas VII MTs. Al Manar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag *DL*^{15/2} - 2023

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 15 Februari 2023
 Hormat Pemohon,

Novita Anggriani

Keterangan

Dibuat rangkap 3 :
 - Untuk Dekan / Fakultas
 - Untuk Ketua / Sekretaris Prog. Studi
 - Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

Lampiran 8 K 3

	FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3
=====	
Nomor	: 1057/II.3.AU /UMSU-02/F/2023
Lamp	: ---
Hal	: Pengesahan Proyek Proposal Dan Dosen Pembimbing
<i>Bismillahirrahmanirrahim</i> <i>Assalamu'alaikum Wr. Wb</i>	
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :	
Nama	: Novita Anggriani
NPM	: 1902080025
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian	: Pelaksanaan Layanan Konseling Individu untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan konseling Analisis Transaksional pada Siswa kelas VII MTs Al-Manar Pulu Raja Tahun Ajaran 2022/2023
Pembimbing	: Deliaty.,S.Pd.,M.Ag
Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :	
1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan	
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan	
3. Masa daluwarsa tanggal : 27 Februari 2024	
Medan, 06 Sya'ban 1444 H 27 Februari 2023 M	
	
 Dra. Hj. Svamsuyurnita, M.Pd. NIDN: 0004066701	
Dibuat rangkap 4 (Empat) :	
1. Fakultas (Dekan)	
2. Ketua Program Studi	
3. Pembimbing	
4. Mahasiswa yang bersangkutan :	
WAJIB MENGIKUTI SEMINAR	
	

Lampiran 9 Berita Acara Bimbingan Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mochtar Basri No .3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog.Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Novita Anggriani
NPM : 1902080025
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional Pada Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Tanda Tangan
29 - Maret - 2023	Perbaikan BAB I dibagian Identifikasi masalah.	
31 - Maret - 2023	Perbaikan ukuran penulisan Menambahkan 5 para ahli di BAB II	
03 - Maret - 2023	Perbaikan BAB II dibagian Bagan kerangka konseptual	
05 - April - 2023	Perbaikan di BAB III bagian kegiatan Penelitian, dan siklus Penelitian tindakan Perbaikan Daftar Pustaka.	
07 - April - 2023	Di acc untuk di ajukan seminar Proposal	

Diketahui/Disetujui
Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Medan, Mei 2023

Dosen Pembimbing

Deliaty S. Ag, S.Pd, M.Ag

Lampiran 10 Berita acara Bimbingan Seminar Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext, 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Senin, Tanggal 29 Mei 2023 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Novita Anggriani
 N.P.M : 1902080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

No.	Masukan dan Saran
Judul	Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik <i>Self Instruction</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja T.P 2022/2023
Bab I	Perbaikan Identifikasi Masalah
Bab II	Perubahan Pendekatan Analisis Transaksional menjadi Teknik <i>Self Instruction</i>
Bab III	Perbaikan Pedoman wawancara
Lainnya	
Kesimpulan	[] Disetujui [] Ditolak [] Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing

Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag

Panitia Pelaksana,

Ketua

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi

Lampiran 11 Pengesahan Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapt. Mukhtar Basri No.3, Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail : fkip@umsu.ac.id



PENGESAHAN PROPOSAL

Panitia Proposal Penelitian Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Strata-1 Bagi.

Nama Lengkap : Novita Anggriani
 NPM : 1902080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Untuk
 Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri Dengan Menggunakan
 Pendekatan Konseling Analisis Transaksional Pada Siswa
 Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran
 2022/2023

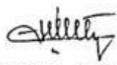
Dengan Diterimanya Proposal ini, Maka Mahasiswa tersebut sudah layak
 melakukan Seminar Proposal

Diketahui oleh:

Disetujui oleh:
 Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasiqun, S.Pd., M.Pd

Pembimbing


Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag

Lampiran 12 Pengesahan Seminar Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

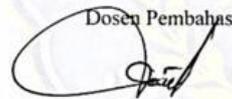
Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Novita Anggriani
 N.P.M : 1902080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Pada hari Senin, Tanggal 29 Mei 2023 sudah layak menjadi proposal skripsi.

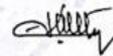
Medan, Juli 2023

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas


Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing



Deliaty, S.Ag., S.Pd., M.Ag

Diketahui oleh
 Ketua Program Studi


 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Lampiran 13 Surat Pernyataan Plagiarisme

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Novita Anggriani
 N.P.M : 1902080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Juli 2023
 Hormat saya
 Yang membuat pernyataan,


Novita Anggriani



Diketahui oleh Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 14 Surat Permohonan Seminar

SURAT PERMOHONAN

Medan, Mei 2023

Lamp : Satu Berkas
Hal : Seminar Proposal Skripsi

Yth. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Bismillahirrahmannirrahim
Assalamu'alaikum, Wr. Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Novita Anggriani
NPM : 1902080025
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional Pada Siswa Kelas VII Mts Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Dengan ini mengajukan seminar proposal skripsi kepada Bapak/Ibu.

Sebagai bahan pertimbangan Bapak/Ibu saya lampirkan :

1. Fotocopy proposal skripsi yang telah disetujui pembimbing satu eksamplar;
2. Kuitansi biaya seminar satu lembar (Asli dan fotocopy)
3. Kuitansi SPP yang sedang berjalan satu lembar (Asli dan fotocopy)
4. Fotocopy K1, K2, K3 masing-masing satu lembar

Demikianlah surat permohonan ini saya sampaikan ke hadapan Bapak/Ibu. Atas kesediaan Bapak/Ibu mengabulkan permohonan ini, saya ucapkan terima kasih.

Wassalam

Pemohon,



Novita Anggriani

Lampiran 15 Surat Keterangan Telah Melakukan Seminar



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO.:

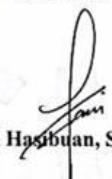
Nama Lengkap : Novita Anggriani
 N.P.M : 1902080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Senin, Tanggal 29 Mei 2023.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas kesediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, Juli 2023
 Diketahui oleh,

Ketua Prodi


 M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Lampiran 16 Permohonan Perubahan Judul



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Kepada: Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Perubahan Judul Proposal**

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Novita Anggriani
 N.P.M : 1902080025
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan perubahan judul Skripsi, sebagai mana tercantum di bawah ini:

Pelaksanaan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional pada Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Menjadi:

Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirmya atas perhatian dan kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Juli 2023

Hormat Remohon

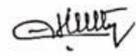
Novita Anggriani

Diketahui Oleh :

Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling

Dosen Pembimbing


 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.


 Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag.

Lampiran 17 Surat Izin Riset



UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggal

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 89/SK/BAN-PT/Akred/PT/III/2019

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

<http://fkip.umsu.ac.id> fkip@umsu.ac.id [f](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

Nomor : 2713/II.3-AU/UMSU-02/F/2023 Medan, 02 Muharam 1444 H
 Lamp : --- 20 Juli 2023 M
 Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth, Bapak /Ibu Kepala
 MTs Al-Manaar Pulu Raja
 di
 Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan Skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian/riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama : **Novita Anggriani**
 NPM : 1902080025
 Jurusan : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual dengan Teknik Self Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTs Al-Manaar Pulu Raja Tahun Pembelajaran 2022/2023

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.



****Pertinggal****



Lampiran 18 Surat Balasan Riset



**YAYASAN PENDIDIKAN AL MANAAR PULU RAJA
MADRASAH TSANAWIYAH**

NPSN : 10264058 TERAKREDITASI "B" TAHUN 2012
Jln. Lintas Sigura gura – Desa Orika Kecamatan Pulau Rakyat – Asahan
Provinsi Sumatera Utara Telp. 085261758080 Kode Pos 21273

Nomor : YPA-PUR/MTs/SK/548/VIII/2023 Pulu Raja, 08 Agustus 2023
Lamp : -
Hal : Pemberitahuan

Kepada Yth:
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Di-

Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan Surat Rekomendasi Penelitian No 2713/IL.3-AU/UMSU-02/F/2023 perihal Kegiatan Penelitian di Madrasah Tsanawiyah Al-Manaar Pulu Raja, Bahwasanya :

Nama : Novita Anggriani
Alamat : Aek Loba Pekan Lingkungan II
Pekerjaan : Mahasiswa
NIM : 1902080025
Judul : “ Penerapan layanan konseling Individual dengan teknik self instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTs Al Manaar Pulu Raja Tahun pembelajaran 2022/2023 ”

Adalah benar nama tersebut di atas telah melakukan penelitian dari tanggal 21 Juli – 08 Agustus 2023 dan dilaksanakan dengan baik di MTs Al-Manaar Pulu Raja

Demikian surat pemberitahuan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.



Lampiran 19 Cek Turnitin

Novita Anggriani-Penerapan Layanan Konseling Individual Dengan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTS Al-Manaar Pulu Raja.

ORIGINALITY REPORT

15%	12%	0%	7%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.umsu.ac.id Internet Source	6%
2	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	1%
3	journalfai.unisla.ac.id Internet Source	1%
4	repository.uinsu.ac.id Internet Source	1%
5	repository.uinjambi.ac.id Internet Source	1%
6	Submitted to IAIN Bengkulu Student Paper	1%
7	core.ac.uk Internet Source	1%
8	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	1%

9	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
10	Submitted to Universitas Jenderal Achmad Yani Student Paper	<1 %
11	Submitted to Universitas Pendidikan Ganesha Student Paper	<1 %
12	Submitted to Universitas Negeri Medan Student Paper	<1 %
13	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
14	Submitted to Purdue University Student Paper	<1 %
15	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
16	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	<1 %
17	vdocuments.mx Internet Source	<1 %
18	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1 %
19	repository.fe.unj.ac.id Internet Source	<1 %

20	Resi Fatonah, Heris Hedriana, Ecep Supriatna. "STUDI DESKRIPTIF MENGENAI MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA SMA NEGERI 1 CISARUA", FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan), 2021 Publication	<1 %
21	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II Student Paper	<1 %
22	Submitted to Lincoln High School Student Paper	<1 %
23	e-theses.iaincurup.ac.id Internet Source	<1 %
24	lib.unnes.ac.id Internet Source	<1 %
25	Submitted to Universitas Brawijaya Student Paper	<1 %
26	repository.uinbanten.ac.id Internet Source	<1 %
27	bagawanabiyasa.wordpress.com Internet Source	<1 %
28	docplayer.info Internet Source	<1 %