

**PENERAPAN TEKNIK *SELF INSTRUCTION* UNTUK MENINGKATKAN  
KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELAKSANAKAN PEMBELAJARAN  
*RETELL STORY* PADA SISWA KELAS VIII SMP PAB 10 MEDAN  
T.A 2022/2023**

**SKRIPSI**

*Diajukan guna Memenuhi Syarat Mencapai Gelar  
Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi  
Bimbingan dan Konseling*

Oleh

**PUTRI HANDAYANI**

**NPM. 1902080030**



**UMSU**

Unggul | Cerdas | Terpercaya

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

## ABSTRAK

**Putri Handayani. 1902080030. “Penerapan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran *Retell Story* Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan T.A 2023/2024”. “Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.**

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan kelebihan yang dimiliki dirinya sendiri untuk mencapai tujuan dalam hidupnya dan menyelesaikan masalah serta pekerjaannya. *Retell Story* strategi pembelajaran membantu siswa untuk memahami isi cerita yang mereka baca dengan cara siswa menceritakan kembali cerita yang telah mereka baca dengan menggunakan kata-kata mereka sendiri. *Self Instruction* ini merupakan sebuah latihan untuk meningkatkan kontrol diri dengan menggunakan verbalisasi diri sebagai rangsangan dan penguatan selama menjalani treatment. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah efektif teknik *self instruction* dalam untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* pada siswa kelas VIII SMP PAB 10 Medan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswa SMPPAB10 Medan. Teknik penarikan sampel adalah dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah model Skala Likert. Tujuan penelitian pertama dan kedua dianalisis dengan teknik self Instruction. Selanjutnya, tujuan ketiga dianalisis dengan uji *Wilcoxon*.

Temuan penelitian ini: Dari penelitian ini ditemukan bahwa teknik *self instruction* meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* pada siswa SMP PAB 10 Medan. Kemudian peneliti menemukan agar dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* pada siswasecara maksimal harus diterapkan layanan secara berkesinambungan agar dapat mengubah perilaku yang tidak baik menjadi lebih baik dan pengembangan program BK di sekolah harus di perhatikan dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa di sekolah.

**Kata Kunci: Teknik *Self Instruction*, Kepercayaan Diri, Pembelajaran *Retell Story***

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul. **“Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan T.A 2023/2024”**. Penyelesaian skripsi ini merupakan syarat dalam menyelesaikan salah satu persyaratan akademik dalam memperoleh gelar sarjana Pendidikan Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua saya yaitu Ayahanda **Yanto** dan Ibunda **Sunartik** yang telah mendukung saya untuk tetap optimis dalam perkuliahan dan memberikan cinta kasih yang luar biasa dan dukungan perkuliahan dan memberikan cinta kasih yang luar biasa dan dukungan moral dan materi untuk saya. Serta tak lupa pula selalu memotivasi dalam pengerjaan skripsi ini melalui doa yang tidak pernah putus kepada penulis.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa segala upaya yang penulis lakukan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlaksana dengan baik tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. H. Agussani, M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Ibu **Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
3. Ibu **Dra. Hj. Dewi Kusuma Nasution M.Hum** dan Bapak **Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum** selaku Wakil Dekan I dan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
4. Bapak **M. Fauzi Hasibuan, S.Pd.,M.Pd** selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
5. Ibu **Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi** selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
6. Bapak **Drs. Zaharuddin Nur, M.M** selaku Dosen Pembimbing yang bersedia meluangkan waktunya dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Seluruh Staf Biro pengajar dan Pegawai Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
9. Ibu **Feri Adha Evi, S.Pd** selaku Kepala Sekolah SMP PAB 10 MEDAN ESTATE yang selalu memberikan kesempatan, waktu dan peluang saya dalam melaksanakan penelitian ini hingga selesai.

10. Ibu **Lila Ismayanti, S.Pd** selaku Guru Bimbingan dan Konseling yang selalu membantu dan mempermudah saya dalam melakukan penelitian.
11. Terima Kasih kepada Ferry Wardana yang bersedia saya repotkan dalam membantu mengerjakan skripsi saya dan selalu mensupport maupun bantuan yang diberikan selama ini.
12. Terima kasih kepada sahabat-sahabat ku Selsa Ivana, Neng Tias Novitasari, Tria Ifna, terima kasih sudah kebersamai selama ini.
13. Terima kasih kepada teman-teman BK A yang telah kebersamai selama 4 tahun ini, yang telah menjadi keluarga yang baru bagi peneliti.
14. Dan tak lupa, ucapan terima kasih untuk diri saya sendiri yang sudah mampu bertahan dan menyelesaikan perkuliahan dengan baik.

Semoga bantuan dan jasa baik yang diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah Subhanahu Wa ta'ala. Akhir kata dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah berperan dalam penyelesaian skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua yang membutuhkannya. Terimakasih.

Medan, September 2023

Penulis,

**Putri Handayani**  
**NPM: 1902080030**

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	6
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah .....	7
1.5 Tujuan Penelitian .....	7
1.6 Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II: LANDASAN TEORI.....</b>	<b>9</b>
A. Landasan Teori.....	9
1. Teknik <i>Self Instruction</i> .....	9
1.1 Pengertian <i>Self Instruction</i> .....	9
1.2 Teknik <i>Self Instruction</i> .....	10
1.3 Prosedur Dalam Teknik <i>Self Instruction</i> .....	14
1.4 Kelebihan Teknik <i>Self Instruction</i> .....	15
2. Kepercayaan Diri .....	16
2.1 Pengertian Kepercayaan Diri.....	16

2.2 Aspek-Aspek Percaya Diri.....	17
2.3 Karakteristik Percaya Diri.....	17
2.4 Faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri.....	21
2.5 Proses Pembentukan Percaya Diri .....	22
2.6 Gejala Tidak Percaya Diri.....	22
3. <i>Retell Story</i> .....	26
3.1 Pengertian <i>Retell Story</i> .....	26
B. Penelitian Yang Relevan.....	30
C. Kerangka Berfikir.....	31
D. Hipotesis Penelitian.....	32
<b>BAB III: METODE PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
1 Lokasi Penelitian.....	33
2 Waktu Penelitian .....	33
B. Populasi dan Sampel .....	34
1. Populasi.....	34
2. Sampel.....	35
C. Variabel Penelitian .....	35
D. Metode Penelitian.....	36
E. Desain Penelitian .....	36
F. Teknik Pengumpulan Data.....	37
G. Teknik Analisis Data.....	43

<b>BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	46
B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	48
C. Pengujian Hipotesis .....	51
D. Pembahasan dan Hasil Diskusi Penelitian .....	54
<b>BAB V: SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
A. Simpulan .....	56
B. Saran.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>60</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan .....	34
Tabel 3.2 Sampel Penelitian.....	35
Tabel 3.3 Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert.....	38
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Angket .....	38
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas.....	41
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas .....	42
Tabel 3.7 Perhitungan Kategorisasi .....	44
Tabel 4.1 Hasil Data Pretest dan Posttest .....	49
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pretest-Posttest .....	50
Tabel 4.3 Hasil Analisis Uji Wilcoxon Signed Rank Test Pretest-Posttest.....	52
Tabel 4.4 Arah Perbedaan Pretest dan Posttest.....	53

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 01 .....	62
Lampiran 02 .....	65
Lampiran 03 .....	70
Lampiran 04 .....	72
Lampiran 05 .....	75
Lampiran 06 .....	78
Lampiran 07 .....	81
Lampiran 08 .....	82
Lampiran 09 .....	83
Lampiran 10 .....	88

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan modal dasar bagi pembangunan sebuah negara yang dilaksanakan melalui kegiatan pembelajaran. Agar pelaksanaan pendidikan dapat berjalan dengan terarah, maka setiap negara perlu memiliki fungsi serta tujuan pendidikan yang berlaku di negara tersebut. Begitu juga di negara Indonesia yang memiliki fungsi dan tujuan pendidikan nasional. Fungsi dan tujuan pendidikan nasional Indonesia diatur dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3, sebagai berikut: Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Kegiatan pembelajaran dapat berlangsung di rumah, di sekolah, maupun di masyarakat. Seseorang yang melakukan kegiatan pendidikan di sekolah disebut sebagai siswa. Aktivitas, proses, dan hasil perkembangan peserta didik dipengaruhi oleh karakteristik dari masing-masing siswa. Sebagai seorang individu, siswa memiliki motivasi, kebiasaan, minat, bakat, persepsi, karakteristik fisik dan psikis, serta lingkungan dan latar belakang yang

berbeda-beda, sehingga mempengaruhi pembentukan kepribadian dan rasa percaya diri yang berbeda-beda pula dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Dengan memiliki kepercayaan diri, siswa akan lebih mudah dalam berinteraksi dalam lingkungan belajarnya.

Percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya Hakim (dalam Septiana,Pratiwi 2002:6). Kepercayaan diri bukan suatu bakat atau bawaan dalam diri, melainkan kualitas mental seseorang, artinya kepercayaan diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan. Kepercayaan diri seseorang juga dipengaruhi oleh tingkat kemampuan yang dimilikinya. Orang yang percaya diri selalu yakin pada tindakan yang dilakukannya dan bertanggung jawab atas tindakannya. Hal tersebut tentu mempermudah dalam proses belajarnya.

Namun tidak semua siswa memiliki kepercayaan diri yang cukup seperti kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* pelajaran *retell story* ini membutuhkan keberanian khusus, serta kepercayaan diri yang positif. Perasaan minder dan malu membuat individu menjadi tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga siswa cenderung menutup diri dari lingkungannya. Hal tersebut tentu dapat menjadi kendala dalam proses belajar seorang siswa.

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah selalu menganggap dirinya tidak memiliki kemampuan yang baik dan merasa dirinya tidak

berharga. Konsep diri negatif tersebut tentu akan menimbulkan masalah, misalnya siswa menjadi rendah diri dan prestasi belajarnya rendah. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah juga akan lebih sering mendapatkan perlakuan kurang baik dari lingkungannya, misalnya ejekan sering mendapatkan perlakuan kurang baik dari lingkungannya, misalnya ejekan dari teman-temannya yang semakin membuatnya tidak ingin berinteraksi dengan lingkungannya dari teman-temannya yang semakin membuatnya tidak ingin berinteraksi dengan lingkungannya.

Perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Gufron & Risnamita (2012:37), faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan. Salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang dalam pendidikan yaitu prestasi belajar.

Menurut Joko (2017: 56) prestasi seorang siswa merupakan hasil belajar yang dicapai dalam sekolahnya yang terwujud pada nilai yang diperoleh dalam ulangan atau ujiannya. Pengukuran prestasi belajar dapat dilakukan dengan cara memberikan penilaian atau evaluasi melalui suatu tes tertulis atau tes lisan yang mencakup semua materi pelajaran dalam jangka waktu tertentu. Dalam proses belajar mengajar tidak semua siswa memiliki prestasi belajar yang sama. Ada siswa yang memiliki prestasi tinggi, prestasi sedang, dan prestasi rendah. Perbedaan prestasi belajar inilah yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa.

Pada umumnya siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi pula. Prestasi belajar siswa yang tinggi membuat siswa tersebut menjadi sumber pengetahuan bagi teman-temannya yang tidak paham tentang pelajaran tertentu. Teman-temannya yang membutuhkan informasi akan menghampirinya untuk menanyakan mengenai pelajaran yang belum dimengerti. Perasaan dibutuhkan oleh teman-temannya itu tentu akan membuat siswa merasa penting. Perasaan penting inilah salah satu wujud dari sikap percaya diri siswa yang tinggi. Siswa yang memiliki prestasi belajar yang baik juga cenderung dihargai oleh teman-temannya. Tidak hanya teman-temannya saja, guru-guru, orang tua serta orang-orang di lingkungannya juga pasti senang terhadap siswa yang prestasi belajarnya tinggi. Penghargaan yang baik dari teman-teman serta orang-orang di sekitarnya itulah yang akan menimbulkan rasa percaya diri. Begitu juga sebaliknya, siswa yang berprestasi belajar rendah memiliki kepercayaan diri yang rendah pula.

Ditinjau dari hasil observasi dan wawancara dengan guru BK di SMP PAB 10 Medan, terdapat siswa yang mengalami masalah krisis kepercayaan diri dengan beberapa indikator pada instrumen penelitian awal yang terlihat seperti suka menyendiri karena kurang berani untuk berinteraksi dengan teman-temannya, ketika pelajaran *retell story* dia gugup hingga mengeluarkan keringat dingin, kurang aktif di dalam kelas baik saat berdiskusi, bertanya kepada guru, menyampaikan pendapat, maupun ketika guru menawarkan untuk maju kedepan kelas ia tidak merespon secara aktif. Selain itu juga

nampak beberapa siswa yang tidak tuntas menyelesaikan tugas, sering murung, memiliki konsep diri rendah pada diri sendiri, merasa bahwa dirinya tidaklah pintar atau tidak dapat melakukan apa-apa, inilah beberapa perilaku yang menyebabkan siswa mengalami krisis kepercayaan diri. Berdasarkan pengamatan yang juga telah dilakukan dengan wawancara kepada 17 siswa, diperoleh keterangan bahwa rata-rata mereka merasa tidak percaya diri karena takut ditertawakan teman-temannya, diejek dan dibilang tidak pintar, padahal mereka sudah menguasai dan dapat dibilang pintar dan fasih berbahasa. Hal ini berdampak pada prestasi siswa, nilai-nilai akademik menurun yang diperoleh berada dibawah rata-rata lambat mengerjakan tugas bahkan beberapa hasil ulangan tidak tuntas. Melihat permasalahan di atas, dirasa perlu untuk melakukan penelitian untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa, mengingat fungsi konselor yang tidak hanya memberi informasi kepada siswa, tapi juga membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami oleh siswa. Adapun layanan bimbingan dan konseling yang sesuai untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, salah satunya adalah dengan menggunakan teknik *self- instruction*.

Alasan penulis menggunakan teknik *selfinstruction* di kegiatan adalah karena teknik *self instruction* pada dasarnya tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri. Karena inti dari layanan ini adalah merestrukturasi sistem kognisi konseli, namun terpusat padaperubahan pola verbalisasi overt dan covert Oemarjoedi (dalam Habiba, A 2003:189).Mainchenbaum,1974 (dalam

Sharf, 2004) 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. Teknik *self instruction* ini akan membantu siswa mengontrol segala perilaku dan pemikiran-pemikiran kognitifnya yang mengarah ke arah negative dimana dapat menyebabkan kurangnya percaya diri, sehingga pada penelitian ini akan diketahui perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikanteknik self instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri ketika pelajaran retell story.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dalam bentuk skripsi yang berjudul **“Penerapan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran *Retell Story* Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan T.A 2023/2024”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah, diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya keyakinan akan kemampuan diri siswa dalam belajar.
2. Kurangnya rasa optimis dan sikap positif siswa terhadap segala sesuatu yang dihadapi.
3. Siswa tidak memiliki sikap obyektif yaitu sikap untuk melihat suatu permasalahan sesuai dengan kenyataanya, bukan menurut pandangan atau pendapat mereka pribadi.



4. Kurangnya rasa bertanggung jawab siswa untuk menerima sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
5. Masih kurangnya penggunaan teknik-teknik dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siswa untuk melakukan pembelajaran.

### **C. Batasan Masalah**

Banyaknya persoalan yang mengitari kajian yang dikemukakan pada identifikasi masalah diatas, penelitian ini terbatas pada “Penerapan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan T.A 2023/2024”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah diatas, adapun rumusan masalah pada penelitian ini yakni “Adakah Penerapan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan *Pembelajaran Retell Story* Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan T.A 2023/2024”.

### **E. Tujuan Masalah**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Penerapan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VII SMP PAB 10 Medan T.A 2022/2023

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dalam penelitian ini yakni sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Membantu memperkaya dan mengembangkan khazanah teori penerapan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk perkembangan ilmu dalam bidang pendidikan bimbingan dan konseling, serta menambah pengetahuan tentang teknik yang dapat digunakan dalam bidang konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu alternatif yang tepat dalam mengetahui layanan BK yang sebenarnya.

### b. Bagi Konselor/Guru BK

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi pertimbangan dalam memilih teknik yang tepat jika terjadi permasalahan yang sama dengan yang diteliti penulis.

### c. Bagi Guru Bidang Studi

Penelitian ini dijadikan pedoman untuk menambah kreativitas pembelajaran pada guru bidang studi terhadap permasalahan yang timbul didalam kelas.

### d. Orang Tua

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk mengetahui bagaimana perkembangan diri dan perkembangan prestasi anaknya

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kerangka Teori**

##### **1. Teknik *Self Instruction***

###### **1.1 Pengertian *Self Instruction***

Menurut Baker dan Butler (dalam Marini, 2019:11) *self instruction* merupakan sebuah metodologi yang diadaptasi dari modifikasi konseling kognitif perilaku yang dikembangkan oleh Meichenbaum pada tahun 1977. Meichenbaum menduga bahwa beberapa perilaku maladaptif dipengaruhi oleh pikiran irasional yang menyebabkan verbalisasi diri yang tidak tepat.

Self Instruction ini merupakan sebuah latihan untuk meningkatkan kontrol diri dengan menggunakan verbalisasi diri sebagai rangsangan dan penguatan selama menjalani treatment. SelfInstruction adalah suatu teknik untuk membantu konseli terhadap apa yang konseli katakan kepada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif. Hal ini berdasarkan pada asumsi Meichenbaum yang menyatakan bahwa individu yang mengalami perilaku salah suai dikarenakan pikiran irasional yang diakibatkan kesalahan dalam melakukan verbalisasi diri. Oleh karena itu teknik self-instruction berperan untuk mengganti verbalisasi diri yang kurang tepat dengan verbalisasi yang lebih dapat diterima. Teknik self-instruction merupakan teknik yang tepat untuk menangani masalah emosional dan masalah perilaku, karena self-instruction dirancang untuk memberikan individu strategi pemecahan masalah yang dapat diaplikasikan terhadap perilakunya sendiri

(Bryant & Budd, Hughes, 2012). Burgio et al. (1980) berhasil melakukan penelitian dengan menggunakan self-instruction dalam mengembangkan kontrol diri dengan area perilaku yang luas, variabel perilaku yang ditelitinya antara lain, resistance to temptation, attentional problems, aggression, academic performance, serta berbagai perilaku pribadi dan sosial. Sementara itu, Bugenthal et al. (2000) menemukan hasil bahwa self-instruction memberikan keuntungan jangka panjang dalam peningkatan persepsi anak terhadap kemampuannya untuk mengontrol performa akademiknya sendiri

## **1.2 Teknik *Self Instruction***

Teknik *self instruction* ini merupakan sebuah latihan untuk meningkatkan kontrol diri dengan menggunakan verbalisasi diri sebagai rangsangan dan penguatan selama menjalani treatment (Marini, 2019:15). Self instruction training adalah suatu teknik untuk membantu klien terhadap apa yang konseli katakan kepada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif (Ilfiandra, 2008: 15). Oleh karena itu teknik *self instruction* berperan untuk mengganti verbalisasi diri yang kurang tepat dengan verbalisasi yang lebih dapat diterima.

Safaria (2009: 75) menjelaskan ada tiga cara dalam menerapkan teknik *self instruction*, yaitu :

- a. Metode non direktif yaitu dengan memberikan instruksi kepada konseli, kemudian konseli mencobanya secara berulang-ulang melalui aktivitas dan verbalisasi.

- b. Metode interaktif yang dipasangkan dengan teknik kontrol diri seperti monitoring diri, evaluasi diri, dan penguatan diri.
- c. 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.

Teknik *self Instruction* juga digunakan dalam menangani masalah stress akademik berdasarkan model Meichenbaum & Goodman (Rokke & Rehm dalam Sugara 2011: 36) yang menyatakan bahwa adapun tiga tahapan dalam menggunakan teknik ini yaitu sebagai berikut :

- a. Tahapan pertama yaitu mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan konseptualisasi masalah yang dihadapi. Dalam tahapan ini konseli diharapkan lebih sensitif terhadap pikiran, perasaan, perbuatan, reaksi fisiologis dan pola reaksi fisiologis 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 irasional yang menyebabkan terjadinya masalah.
- c. Tahapan ketiga yaitu melakukan perubahan langsung. Tahapan ini merupakan tahapan perubahan perilaku dengan menggunakan ungkapan diri.

Teknik *self instruction* yang digunakan dalam mereduksi stres akademik ini bertujuan untuk melakukan restrukturisasi system berpikir melalui perubahan verbalisasi diri yang positif sehingga melahirkan perilaku yang lebih adaptif. Adapun prosedur dalam melakukan teknik self-instruction untuk mereduksi stres akademik yang disebutkan oleh Meichenbaum dan Goodman (Bryant dan Budd, 1982: 90) adalah sebagai berikut :

3. Konselor menjadi model dengan memverbalisasikan langkah-langkah dalam *self instruction* dengan suara keras.
4. Konseli melakukan verbalisasi seperti yang dicontohkan oleh konselor dengan suara keras.
5. Konseli mengungkapkan verbalisasi diri dengan suara yang keras seperti apa yang konselor bisikkan kepadanya.
6. Konseli mengungkapkan verbalisasi diri dengan suara berbisik dengan melihat gerak bibir konselor yang memberikan isyarat kepadanya.
7. Konseli melakukan tugasnya dengan hanya menggerakkan bibir dan tanpa suara.
8. Konseli diminta untuk mengucapkan kata-kata untuk dirinya sendiri saat melakukan teknik ini.

Menurut (Rokke dan Rehm, 2001: 176) dalam menangani kejenuhan belajar dengan menggunakan teknik *self instruction* yaitu dengan mencoba menerapkan self statment terlebih dahulu misalnya “saya pasti bisa mengendalikan diri saya untuk semangat belajar. Pertama saya harus sabar dalam menangani situasi.Saya pasti bisa melakukannya, kemudian konseli

melakukan verbalisasi diri seperti yang dilakukan oleh konselor. Pada tahapan ini, kata-kata yang di instruksikan harus sama dengan yang konselor contohkan seperti di atas. Konselor melakukan instruksi secara langsung, mengarahkan dan memperbaiki kesalahan konseli dalam mempraktekkan perilaku yang di instruksikan. Selanjutnya konseli melakukan perbuatan (performance) yang tepat saat melakukan verbalisasi diri seperti yang dimodelkan oleh konselor sampai melibatkan perilaku yang tepat, tahap selanjutnya ialah konseli menunjukkan perbuatan dan perilaku yang tepat saat membisikkan perkataan instruksi diri. Konseli melakukan pengulangan tugas seperti yang diinstruksikan dan memuji diri sendiri lebih banyak secara lembut. Tahap terakhir pada teknik ini yaitu konseli pada akhirnya akan terbiasa untuk melakukan instruksi secara tersembunyi dan mampu melakukan perilaku yang tepat.

*Self instruction training* dimaksudkan sebagai strategi pemecahan masalah yang dialami oleh anak. Sesuai dengan pendapat Meichenbaum dan Asarnow bahwa seharusnya mengajarkan anak untuk tidak berpikir “apa “ melainkan anak dilatih untuk berpikir “bagaimana” dalam melakukan sesuatu serta untuk memfasilitasi prosedur-prosedur mediasi kognitif yang telah direncanakan dalam memecahkan permasalahan anak.

Mischel (Safaria, 2004: 75) mengemukakan hasil studinya bahwa anak dapat menunda keinginannya dan mengatasi godaan melalui penggunaan strategi coping verbal seperti self talk, *self instruction*, self suggestion. Sedangkan menurut Ruschdan Kostewicz (Safaria, 2004: 75) *self instruction training* dapat meningkatkan tanggung jawab peserta didik untuk memberi

tanggapan secara tegas berdasarkan situasi yang mereka hadapi untuk mencari solusi atas permasalahan secara mandiri.

### **1.3 Prosedur Dalam Teknik *Self Instruction***

Dalam menggunakan teknik *Self-Instruction*, ada beberapa prosedur yang harus dilakukan agar intervensi yang dilakukan efektif. Prosedur penggunaan teknik *Self-Instruction* dalam menangani kejenuhan belajar diarahkan untuk restrukturisasi sistem berpikir (*core beliefs*) melalui perubahan pola verbalisasi diri (*self statement*) yang positif sehingga lebih adaptif. Prosedur penggunaan *Self-Instruction* pada awalnya digunakan oleh Meichenbaum dan Goodman untuk menangani anak yang impulsif.

Selanjutnya prosedur teknik *Self Instruction* dapat diadaptasi untuk menangani masalah orang dewasa dengan beragam masalah. Berikut prosedur untuk melakukan *Self Instruction* dalam menangani konsep diri:

1. *Cognitive Modeling*. Adalah konselor melakukan demonstrasi instruksi diri dengan suara yang keras. Hal yang penting adalah ungkapan diri (*self-statement*) yang cocok untuk anak. Misalkan Saya pasti bisa mengendalikan diri saya untuk semangat belajar. Pertama saya harus sabar dalam berbagai situasi. Saya pasti bisa melakukannya.
2. *Overt external guidance*. Adalah konseli melakukan verbalisasi seperti yang konselor lakukan dibawah instruksi konselor. Pada tahapan ini, kata-kata yang diinstruksikan harus sama dengan yang konselor contohkan seperti di atas. Konselor melakukan instruksi secara langsung,



mengarahkan dan memperbaiki kesalahan konseli dalam mempraktekkan perilaku yang diinstruksikan.

3. *Overt self-guidance*. Adalah 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.
4. *Faded overt self-guidance*. Adalah 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.
5. *Covert Self-Instruction*. Akhirnya pada tahapan ini, konseli akan terbiasa untuk melakukan instruksi secara tersembunyi dan mampu melakukan perilaku yang tepat.

#### **1.4 Kelebihan Teknik *Self Instruction***

Adapun dalam penggunaan teknik *Self-Instruction* terdapat kelebihan yang dimiliki yaitu :

- a. Waktu terapi yang dibutuhkan relatif singkat.
- b. Dapat dilakukan perseorangan maupun kelompok (untuk CBFT selalu melibatkan kelompok keluarga).
- c. Klien dapat mengubah teknik yang digunakan dalam terapi sebagai cara *self-help*.

## **2. Kepercayaan Diri**

### **2.1 Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan sikap percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Pengertian percaya diri menurut Hakim (2002: 6) merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup di dalam hidupnya. Adler dalam Rahmad (1991: 3) menyatakan bahwa kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan rasa percaya diri dan rasa superioritas. Rasa percaya diri juga dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap diri sendiri yang dimiliki setiap orang dalam kehidupan serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya.

Pearce (dalam Rahayu, 2019: 63) mengemukakan bahwa kepercayaan diri berasal dari tindakan, kegiatan, dan usaha untuk bertindak bukannya menghindari keadaan dan bersifat pasif. Sependapat dengan Goleman (dalam Rahayu, 2019: 63) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah kesadaran yang kuat tentang harga dan kemampuan diri sendiri.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan pengertian percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan kelebihan yang dimiliki dirinya sendiri untuk mencapai tujuan dalam hidupnya dan menyelesaikan masalah serta pekerjaannya.

## 2.2 Aspek-Aspek Percaya Diri

Menurut Mardatilah (dalam Komara, 2019: 36-37), kepercayaan diri yang positif pada seseorang ditunjukkan melalui sikap sebagai berikut:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya sendiri. Individu yang percaya diri akan merasa yakin terhadap kemampuan dan sesuatu yang dilakukannya.
- b. Optimis, yaitu sikap positif seseorang yang berpandangan baik terhadap segala sesuatu yang dihadapi dan diharapkannya.
- c. Obyektif, yaitu melihat suatu permasalahan sesuai dengan kenyataannya, bukan menurut pandangan atau pendapat pribadi.
- d. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menerima segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistis, yaitu menganalisa suatu masalah, suatu hal, dan suatu kejadian menggunakan akal dan sesuai kenyataannya. Rasional berartimemandang suatu permasalahan sesuai dengan akal sehat. Sedangkan realistis berarti memandang suatu permasalahan sesuai dengan kenyataan.

## 2.3 Karakteristik Percaya Diri

Lindenfield (dalam Rahayu, 2020:66) menjelaskan ada dua jenis rasa percaya diri, yaitu :

- a. Percaya diri batin

Percaya diri batin adalah percaya diri yang memberi kepada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Lindenfield

mengemukakan empat ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, sebagai berikut:

1) Cinta diri

Orang yang cinta diri akan mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Mereka akan berusaha memenuhi kebutuhan secara wajar dan selalu menjaga kesehatan diri. Mereka juga memiliki keahlian dalam bidang tertentu sehingga kelebihan mereka bisa dibanggakan, hal ini yang menyebabkan individu tersebut menjadi percaya diri.

2) Pemahaman diri

Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri. Mereka selalu introspeksi diri agar setiap tindakan yang mereka lakukan tidak merugikan orang lain.

3) Tujuan yang jelas

Orang percaya diri selalu mengetahui tujuan hidupnya. Hal ini disebabkan karena mereka mempunyai alasan dan pemikiran yang jelas dari tindakan yang mereka lakukan serta hasil yang bisa mereka dapatkan.

4) Pemikiran yang positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan. Salah satu penyebabnya adalah mereka terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.

b. Percaya diri lahir

Percaya diri lahir bertujuan untuk memberikan kesan percaya diri pada dunia luar, melalui pengembangan ketrampilan dalam empat bidang sebagai berikut:

1) Komunikasi

Ketrampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, mengerti kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari keterampilan komunikasi yang bisa dilakukan jika individu tersebut memiliki rasa percaya diri.

2) Ketegasan

Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga diperlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan pendapat dan keinginan serta membela hak kita, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan positif dalam diri.

3) Penampilan diri

Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya, baik dari gaya pakaian, aksesoris dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

4) Pengendalian perasaan

Pengendalian perasaan juga diperlukan dalam kehidupan kita sehari-hari, dengan kita mengelola perasaan kita dengan baik akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut.

Sikap percaya diri yang dimiliki seorang individu memiliki beberapa kriteria yang menonjol, Hakim (dalam Martalima, 2019: 5) mengungkapkan ciri-ciri orang yang memiliki percaya diri, yaitu :

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
- h. Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya ketrampilan berbahasa asing
- i. Memiliki kemampuan bersosialisasi
- j. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik
- k. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
- l. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan

hidup. Dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.

#### **2.4 Faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri**

Faktor yang mempengaruhi percaya diri menurut Ghufron (2018:37) sebagai berikut:

a. Konsep diri

Konsep diri seseorang terbentuk dari interaksi yang terjadi dalam suatu lingkungan, kemudian interaksi tersebut membentuk sebuah kepercayaan diri seseorang.

b. Harga diri

Harga diri merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, yang terbentuk dari konsep diri yang dimiliki. Konsep diri positif akan membentuk harga diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

c. Pengalaman

Pengalaman hidup dapat mempengaruhi munculnya kepercayaan diri pada seseorang namun dapat pula menjadi penyebab rendahnya kepercayaan diri. Pengalaman masa lalu sangat penting untuk mengembangkan kepribadian seseorang.

d. Pendidikan

Individu yang memiliki pendidikan yang tinggi cenderung lebih percaya diri dalam mengambil keputusan dan tidak bergantung pada orang lain dibandingkan dengan individu yang pendidikannya lebih rendah.

## **2.5 Proses Pembentukan Percaya Diri**

Proses pembentukan rasa percaya diri menurut Hakim (2002: 6) sebagai berikut :

- 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 kuat untuk bisa membuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri,
- d. Pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Apabila terdapat kekurangan pada salah satu proses tersebut, kemungkinan besar akan mengakibatkan seseorang mengalami hambatan untuk memperoleh rasa percaya diri.

## **2.6 Gejala Tidak Percaya Diri**

Gejala tidak percaya diri pada remaja menurut Hakim (2002: 72-87) sebagai berikut:

- a. Takut menghadapi ulangan

Gejala ini dapat dilihat pada saat guru memberi informasi tentang jadwal tes atau ulangan yang akan dilakukan dalam waktu dekat. Biasanya tidak sedikit siswa yang mengeluh dan meminta jadwal ulangan ditunda. Setelah



guru menyetujui untuk menunda jadwal ulangan, mereka akan bersorak gembira. Gejala ini menunjukkan bahwa mereka tidak yakin kalau diri mereka siap menghadapi ulangan pada jadwal yang ditentukan sehingga mereka meminta penundaan jadwal.

b. Menarik perhatian dengan cara kurang wajar

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Mereka cenderung memiliki ego yang tinggi dan melakukan berbagai hal untuk menunjukkan eksistensi diri. Salah satunya dalam situasi belajar mengajar di kelas, tentu akan ditemukan siswa-siswa tertentu yang bertingkah laku berlebihan untuk menarik perhatian teman-temannya. Misalnya dengan banyak berbicara dan melakukan berbagai ulah untuk membuat teman-temannya tertawa saat sedang belajar di kelas. Pada umumnya, perbuatan seperti itu dilakukan oleh siswa yang memiliki berbagai kekurangan dalam prestasi, penampilan, ekonomi, dan sebagainya. Mereka seperti kekurangan modal dan tidak percaya diri untuk menarik perhatian dengan cara yang wajar.

c. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat

Rasa percaya diri dengan gejala tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat banyak dialami oleh siswa sejak sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Salah satu gejala yang sering terlihat adalah pada saat seorang guru memberi kesempatan untuk bertanya, yang terjadi adalah jarang siswa yang berani bertanya sekalipun mereka belum mengerti pelajaran yang dijelaskan. Begitu pula dalam menyatakan pendapat. Setiap kali guru memberi

kesempatan kepada siswa untuk menyatakan pendapat, jarang siswa yang memiliki inisiatif dan keberanian untuk menyatakan pendapatnya.

d. Grogi saat tampil di depan kelas

Jika seorang guru memerintahkan siswa satu per satu tampil di depan kelas untuk mengerjakan suatu tugas, misalnya mengerjakan soal, bernyanyi, atau berpidato, biasanya akan tampak jelas perbedaan antara siswa yang memiliki rasa percaya diri dan siswa yang tidak percaya diri. Pada saat seorang siswa yang tidak percaya diri tampil di depan kelas biasanya akan tampak gejala, antara lain bicara teragap-gagap, muka agak pucat, tubuh berkeringat, tidak berani menatap temanteman yang sedang dihadapinya, dan gemetar.

e. Timbulnya rasa malu yang berlebihan

Sebagai seorang yang menjelang dewasa, remaja tidak ingin dianggap seperti anak kecil. Mereka ingin berbuat segala sesuatu seperti orang dewasa yang penuh percaya diri. Namun untuk bisa tampil penuh percaya diri dan menunjukkan eksistensi diri, mereka sering mengalami berbagai hambatan. Hambatan ini terkait dengan berbagai kelemahan diri yang sedang berada dalam situasi serba salah, yaitu sebagai individu yang bukan lagi anak-anak dan bukan pula orang dewasa. Salah satu akibatnya adalah timbul gejala rasa malu yang berlebihan dan sering diwujudkan dalam bentuk tingkah laku yang justru mencerminkan tingkah laku agresif, nakal, tidak sopan, dan sebagainya. Gejala lain ditunjukkan melalui sikap yang terlalu pasif, sering menyendiri, kurang pergaulan, terisolasi, atau minder.

f. Tumbuhnya sikap pengecut

Gejala sikap pengecut bisa dilihat pada remaja yang ingin menunjukkan keberadaannya sebagai jagoan yang suka berkelahi seperti dalam film. Akan tetapi, karena rasa percaya diri yang rendah, hal ini diwujudkan dengan cara berkelahi secara keroyokan. Selain itu, banyak remaja yang ingin banyak berbicara di kelas pada saat guru mengajar, tetapi mereka tidak berani menyatakan secara wajar, sehingga diwujudkan dalam bentuk sikap sering mengeluarkan katakata yang kadang tidak sopan karena bertujuan untuk sekedar menarik perhatian kawan-kawan sekelas.

g. Sering mencontek saat menghadapi tes

Timbulnya rasa cemas, gugup, grogi, atau keluar keringat dingin ketika menghadapi tes di sekolah, adalah beberapa contoh gejala tidak percaya diri. Padahal banyak di antara mereka sudah belajar dengan cukup rajin. Pada saat tes berlangsung, tidak sedikit siswa yang berbuat curang dengan berbagai cara, antara lain dengan melihat buku catatan atau melihat lembaran tes temannya.

h. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi

Timbulnya rasa cemas dalam menghadapi perubahan situasi merupakan salah satu indikasi adanya rasa tidak percaya diri pada para remaja. Perubahan situasi tersebut antara lain menghadapi lingkungan baru, menghadapi orang-orang yang baru dikenal, timbulnya suasana persaingan di sekolah, masuk ke lingkungan yang ramai, atau berhadapan dengan orang yang status sosialnya lebih tinggi.

i. Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis

Dalam batas tertentu, gejala salah tingkah bisa dianggap wajar yang menjadi masalah adalah jika remaja menunjukkan gejala-gejala tidak percaya diri yang berlebihan ketika berhadapan dengan lawan jenisnya. Selanjutnya hal ini dilampiaskan dengan sikap yang berlebihan seperti mengganggu lawan jenisnya dengan sikap tidak senonoh dan berkembang menjadi kenakalan. Padahal dalam hatinya, ia ingin seperti remaja lainnya yang bisa bergaul dengan lawan jenis.

j. Tawuran dan main keroyok

Dalam batas dan situasi tertentu, perkelahian bisa dianggap wajar, terutama jika dilakukan untuk membela diri. Masalahnya akan menjadi serius jika remaja ingin menunjukkan kelebihan, tetapi tidak memiliki sesuatu yang bisa ditonjolkan. Di sisi lain, untuk menampilkan diri sebagai jagoan seperti di dalam film, ia tidak mempunyai rasa percaya diri dan keberanian untuk berkelahi satu lawan satu. Akibatnya, ia mengambil jalan pintas untuk ikut tawuran jika merasa ada di pihak dalam jumlah yang lebih banyak dan mundur karena takut jika hanya sedikit orang yang ikut.

### **3. *Retell Story***

#### **3.1 Pengertian *Retell Story***

Strategi story retelling adalah strategi yang dikembangkan oleh Worthy dan Bloodgood tahun 1993. Strategi ini membantu siswa untuk memahami isi cerita yang mereka baca dengan cara siswa menceritakan kembali cerita yang telah mereka baca dengan menggunakan kata-kata mereka sendiri. Worthy dan

Bloodgood (dalam Wiesendenger, 2000: 127) membagi strategi story retelling menjadi empat langkah.

1. Siswa membaca teks cerita yang telah disediakan.
2. Siswa diminta untuk menceritakan kembali cerita, menggunakan kata-kata sendiri.
3. Siswa diarahkan untuk menyebutkan urutan peristiwa yang terdapat dalam teks cerita. Guru dapat memancing ingatan siswa dengan pertanyaan, tentang apa cerita tersebut? Dapatkah kamu menceritakan apa yang kamu ingat dari cerita?
4. Setelah siswa bersedia menyebutkan ingatan mereka mengenai teks cerita yang mereka baca selanjutnya guru meminta siswa untuk merangkum isi cerita.

Ringler dan Weber (dalam Manzo, 2004:109), membagi strategi story retelling dalam tiga tahap.

1. Siswa diminta untuk menceritakan bacaan yang telah mereka baca menggunakan kata-kata mereka sendiri.
2. Siswa diminta untuk menjelaskan cerita yang mereka baca.
3. Siswa diminta menceritakan informasi sebanyak mungkin mengenai apa yang baru saja mereka baca.

Lipson dan Wixson (dalam Manzo, 2004: 110) menyebutkan ada beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk membantu mengingat kembali cerita yang telah dibaca. Pertanyaan tersebut adalah sebagai berikut.

1. Katakan kepada saya tentang apa cerita yang kamu baca.

2. Katakan kepada saya apa yang terjadi.
3. Katakan kepada saya tokoh-tokoh yang terdapat dalam cerita.
4. Katakan kepada saya di mana tepat cerita itu terjadi.

Gibson (2003:1) menyatakan bahwa menceritakan kembali cerita (story retelling) adalah sebuah kegiatan yang membutuhkan pembaca dan pendengar untuk menggabungkan dan menyusun kembali bagian-bagian dalam cerita. Hal tersebut tidak hanya membantu pembaca atau pendengar untuk mengingat ceritanya tetapi juga membantu memahami cerita, serta membangun sebuah pemahaman cerita. Hal ini sejalan dengan pernyataan Morrow (1986: 136) dalam jurnalnya yang berjudul *Effects of Structural Guidance in Story Retelling on Children's Dictation of Original Stories* yang menyebutkan bahwa dalam beberapa studi yang telah dilakukan, penggunaan strategi story retelling sebagai strategi untuk meningkatkan keterampilan menunjukkan hasil yang positif. Hasil yang positif tersebut berupa peningkatan kemampuan dalam pemahaman, perkembangan bahasa, dan dalam pencantuman elemen-elemen struktural dalam cerita anak yang diceritakan kembali.

Menceritakan kembali cerita (story retelling) juga membantu peserta didik menginternalisasi informasi dan konsep-konsep, seperti kosakata dan struktur cerita (Brown dan Cambourne dalam Gibson 2003: 2). Isbell (2002: 27) menyebutkan bahwa kualitas mutu dari menceritakan kembali cerita (story retelling) secara umum digunakan untuk mengingat, menghibur, menginspirasi, dan mengetahui proses pribadi yang menghubungkan bahasa anak. Anak-anak memiliki lebih banyak pengalaman dengan menceritakan

kembali, semakin mereka mampu memahami, mensintesis, dan menyimpulkan.

#### **4. Layanan Informasi**

##### **4.1 Pengertian Layanan Informasi**

Winkel (2012;70) menjelaskan bahwa layanan informasi merupakan suatu layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Layanan informasi juga bermakna usaha-usaha untuk membekali peserta didik dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya.

Sedangkan menurut Tohirin (2014 : 147 ) mengungkapkan bahwa layanan informasi merupakan layanan berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Layanan informasi juga bermakna usaha-usaha untuk membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman siswa tentang lingkungan hidupnya dan tentang proses perkembangan anak muda.

Dari berbagai pengertian layanan informasi yang telah dikemukakan diatas dapatlah diartikan sebagai salah satu kegiatan bimbingan8 konseling yang mampu mencakup kegiatan lainnya. Karena layanan ini memberikan berbagai informasi, baik informasi pribadi, sosial, karier, maupun belajar. Hal ini secara tidak langsung dapat menyelesaikan masalah yang dialami siswa secara keseluruhan. Layanan ini dapat menambah wawasan siswa, mengenali dirinya (konsep diri) dan mampu menata masa depannya sebaik mungkin.

## B. Penelitian Relevan

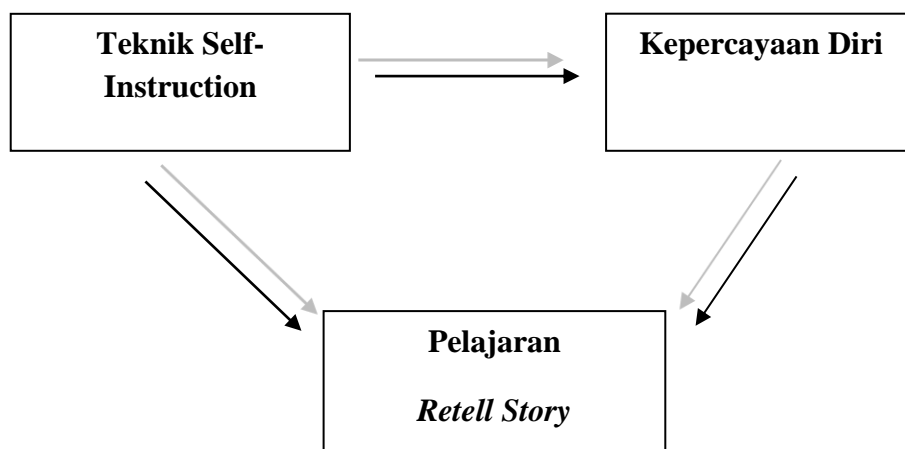
1. Penelitian oleh Ardhaneswari Habiba, dkk tahun 2013 dengan judul penelitian “Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Ketika Pelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas Viii Smpn 5 Cepu”. Hasil penelitian menunjukkan dengan adanya bukti peningkatan kepercayaan diri pada siswa 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. Kesamaan yang terdapat pada penelitian ini adalah variabel penelitian sehingga memudahkan peneliti mengembangkan topic namun pada lokasi yang berbeda.
2. Penelitian oleh Miftahul Khairiah tahun 2021 dengan judul penelitian “Efektivitas Teknik Self Instruction Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah Gobah Kabupaten Kampar”. Terdapat persamaan pada penelitian ini yaitu pada variabel teknik *Self Instruction* dan pada metode penelitian yaitu kuantitatif.
3. Penelitian relevan oleh Marini Kartika pada tahun 2019 dengan judul “Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Low Self Confidence Pada Pembelajaran Fisika Kelas Vii A Smpn 4 Tellulimpoe Kab. Sinjai” persamaan pada penelitian ini terletak



pada kedua variabelnya yaitu *Teknik Self Instruction* dan *Low Self Confidence* yang berkaitan dengan kepercayaan diri rendah.

### C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan pendapat atau asumsi dari para ahli disertai dengan pemikiran dari peneliti dan pengamatan peneliti di lapangan mengenai kepercayaan diri dan *self instruction* bahwa siswa yang mempunyai masalah kepercayaan diri dapat menerapkan teknik *self instruction* pada pelajaran *Retell Story* (menceritakan kembali) teknik *self instruction* adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri. Jadi, teknik *self instruction* ini akan membantu siswa mengontrol segala perilaku dan pemikiran-pemikiran kognitifnya yang mengarah ke arah negatif dimana dapat menyebabkan kurangnya percaya diri, sehingga pada penelitian ini akan diketahui perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri ketika pelajaran *retell story* sehingga dapat digambarkan hubungannya seperti di bawah ini:



**D. Hipotesis Penelitian**

Ha: Terdapat pengaruh teknik Self Instruction terhadap Kepercayaan diri setelah Pelajaran *Retell Story*

Ho: Tidak terdapat pengaruh teknik Self Instruction terhadap Kepercayaan diri setelah pelajaran *Retell Story*

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP PAB 10 Medan yang berlokasi di Jalan Mesjid No. 1 Medan Estate, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang Prov. Sumatera Utara.

##### **2. Waktu Penelitian**

Adapun pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2023 sampai dengan Agustus 2023. Rincian waktu penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

**Tabel 3.1. Jadwal Kegiatan**

No	Kegiatan	Bulan/Minggu													
		Des	Januari	Feb	Maret	April	Mei	Juni	Juli	Agt	sept				
1	Observasi dan wawancara awal	■													
2	Mengolah data hasil	■													
3	Kajian penelitian	■													
4	Pengajuan Judul		■	■	■	■	■								
5	Bimbingan Proposal			■	■	■	■	■	■						
6	Seminar Proposal							■							
7	Perbaikan Proposal							■	■	■	■	■	■	■	
8	Pelaksanaan Riset											■			
9	Penyusunan Skripsi											■	■	■	
10	Revisi Skripsi												■	■	■
11	Pengesahan Skripsi														■
12	Sidang Meja Hijau														■

## B. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015: 117). Adapun

dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas VIII di SMP PAB 10 Medan.

## 2. Sampel

Menurut Sugiyono (2013:116) Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, sedangkan teknik pengambilan sampel disebut dengan sampling. Dalam penelitian ini metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan memanfaatkan rumus Slovin. Menurut Lubis (2010) *purposive sampling* atau sampel secara sengaja adalah metode penarikan sampel dari populasi dengan tidak mempertimbangkan peluang (*non probability sampling*).

**Tabel 3.2. Sampel Penelitian**

No.	Kelas	Populasi	Sampel
1	VIII	31	31
	<b>Jumlah</b>	<b>31</b>	<b>30</b>

Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel sebanyak 1 kelas dari jumlah populasi terjangkau yaitu 31 siswa.

### C. Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian menurut (Sugiyono. 2013) adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Definisi variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, definisi operasional dan masing-masing variabel diatas adalah sebagai berikut:

- a. Variabel bebas: Penerapan Teknik *Self Instrucion*

*Self-Instruction* adalah suatu teknik untuk membantu konseli terhadap apa yang konseli katakan kepada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif.

- b. Variabel terikat : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story (Y)

#### **D. Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, metode ini sebagai metode ilmiah/*scientific* karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, objektif, terukur, rasional, sistematis, dan *replicable*/dapat diulang.

Menurut (Sugiyono, 2018: 150) “Metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan dan meguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

#### **E. Desain Penelitian**

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain pre-test dan post-test yang polanya seperti berikut:

$$\boxed{O_1 \times O_2}$$

(Arikunto, 2010)

Keterangan :

O1 : Pre test diberikan sebelum melakukan perlakuan

X : Perlakuan

O2 : Post-test diberikan setelah melakukan Perlakuan

#### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan salah satu langkah yang penting dalam penelitian, karena data yang diperoleh akan bermanfaat dalam penyajian hipotesis yang telah dirumuskan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan instrumen. Menurut Sugiyono (2019) instrumen merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Instrumen merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berpedoman pada Skala Likert dengan 5 alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Responden dapat memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang disesuaikan dengan keadaan subjek. Pernyataan Skala Likert mempunyai dua sifat yaitu *favourable/positif* (mendukung pernyataan) dan *unfavourable/negatif* (tidak mendukung pernyataan). Untuk pernyataan *favourable/positif* diberi rentang skor 5-1 dan yang bersifat *unfavourable/negatif* diberi rentang skor 1-5. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.3 dibawah ini:

**Tabel. 3.3**  
**Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert**

<i>Favourable (+)</i>		<i>Unfavourable (-)</i>	
<b>Pilihan</b>	<b>Skor</b>	<b>Pilihan</b>	<b>Skor</b>
Sangat Sesuai (SS)	5	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	4	Sesuai (S)	2
Kurang Sesuai (KS)	3	Kurang Sesuai (KS)	3
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	5

**Tabel 3.4**  
**Kisi - Kisi Angket**

<b>Variabel</b>	<b>Aspek</b>	<b>Deskriptor</b>	<b>No Item</b>		<b>Jlh</b>
			<b>(+)</b>	<b>(-)</b>	
<b>Kepercayaan diri</b>	Keyakinan akan kemampuan diri	1. Keyakinan mampu mengatasi masalah	1,2,3	4,	
		2. Keyakinan akan potensi yang dimiliki	6,7		
		3. Mampu membuat keputusan yang didasari diri sendiri	10,11	12,13	
	Optimis	1. Optimis bangkit dari kegagalan	14,15,16	18,19	
		2. Optimis menghadapi hal sulit	21,22	23,25	
	Obyektif	1. Tidak terpengaruh emosi pribadi	26	27,	
		2. Mengambil keputusan berdasarkan fakta	29	30,31	
		3. Mempertimbangkan dan menghargai keputusan	32,34	35,37	



Bertanggungjawab	1. Berusaha memberikan hasil yang terbaik	38,40	41	
	2. Upaya untuk kolaborasi dalam mencapai tujuan	43,44		
	3. Menjaga kepercayaan yang diberikan	49,50	46,47,48	
Rasional dan realistis	1. Melakukan analisis situasi	51,52	53,55	
	2. Mencari fakta dan data	58,60	56	
Jumlah				<b>45</b>

Sebelum dilakukan penelitian, maka terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas instrumen. Menurut Sugiyono (2013) uji coba instrumen dilakukan untuk menguji alat ukur yang digunakan apakah valid dan reliabel. Karena dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel. Oleh karena itu, dalam penelitian ini uji coba angket perlu dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas isi dan angket tersebut. Selain itu uji coba juga dimaksudkan untuk mengetahui apakah terdapat item-item pernyataan yang mengandung jawaban yang kurang objektif, kurang jelas ataupun membingungkan.

### 1. Uji Validitas

Uji Validitas merupakan pengukuran yang akan menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan instrumen yang digunakan. Suatu instrumen dikatakan valid jika memiliki validitas yang tinggi. Sebaliknya, instrumen yang tidak valid

berarti memiliki validitas yang rendah (Arikunto, 2014). Uji validitas ini digunakan untuk mengetahui apakah item-item yang tersaji dalam kuesioner benar-benar mampu mengungkapkan dengan pasti apa yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2013) cara yang digunakan adalah dengan analisa item, dimana setiap nilai yang ada pada setiap butir pernyataan untuk suatu variabel dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Syarat instrumen penelitian dikatakan valid apabila  $r_{xy} > r_{tabel}$  maka butir item dikatakan valid, sebaliknya apabila  $r_{xy} < r_{tabel}$  maka butir item dikatakan tidak valid. Pengujian validitas menggunakan program SPSS 26.0 for windows. Adapun rumus validitas yang digunakan untuk menguji validitas instrument penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Arikunto(2014

Keterangan :

$r_{xy}$  : Koefiesien Korelasi

$N$  : Jumlah responden

$X$  : Skor responden untuk tiap item

$Y$  : Total skor tiap responden dari seluruh item

$\sum X$  : Jumlah produk skor X

$\sum Y$  : Jumlah produk skor Y

$\sum X^2$  : Jumlah kuadrat masing-masing skor item X

$\sum Y^2$  : Jumlah Kuadrat masing-masing skor item Y

Hasil uji validitas instrument penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas**

No Butir	r-hitung	r-tabel	Interprestasi
1	0,456	0,355	Valid
2	0,355	0,355	Valid
3	0,407	0,355	Valid
4	0,456	0,355	Valid
5	0,588	0,355	Valid
6	0,534	0,355	Valid
7	0,629	0,355	Valid
8	0,604	0,355	Valid
9	0,595	0,355	Valid
10	0,680	0,355	Valid
11	0,559	0,355	Valid
12	0,562	0,355	Valid
13	0,618	0,355	Valid
14	0,495	0,355	Valid
15	0,534	0,355	Valid
16	0,653	0,355	Valid
17	0,463	0,355	Valid
18	0,559	0,355	Valid
19	0,522	0,355	Valid
20	0,551	0,355	Valid
21	0,399	0,355	Valid
22	0,689	0,355	Valid
23	0,574	0,355	Valid
24	0,664	0,355	Valid
25	0,588	0,355	Valid
26	0,662	0,355	Valid
27	0,543	0,355	Valid
28	0,468	0,355	Valid
29	0,443	0,355	Valid
30	0,485	0,355	Valid
31	0,462	0,355	Valid
32	0,673	0,355	Valid
33	0,583	0,355	Valid
34	0,764	0,355	Valid
35	0,827	0,355	Valid
36	0,688	0,355	Valid
37	0,748	0,355	Valid

38	0,609	0,355	Valid
39	0,799	0,355	Valid
40	0,646	0,355	Valid
41	0,763	0,355	Valid
42	0,541	0,355	Valid
43	0,706	0,355	Valid
44	0,781	0,355	Valid
45	0,781	0,355	Valid

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2013) menyatakan bahwa uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Uji reliabilitas ini dilakukan pada responden dengan menggunakan pernyataan yang dinyatakan valid dalam uji validitas dan akan ditentukan reliabilitasnya. Dalam penelitian ini untuk mencari reliabilitas digunakan rumus *alpha crombach* dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Apabila hasil analisis diperoleh jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka butir item memenuhi reliabilitas, sebaliknya apabila  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka butir item dikatakan tidak memenuhi reliabilitas. Pengujian reliabilitas menggunakan program SPSS 22.0 for windows. Untuk menguji reliabilitas dapat menggunakan rumus *alpha cronbach*:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{(k-1)} \right) \left( 1 - \frac{\sum b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

(Arikunto, 2014)

Keterangan:

$r_{11}$  : Reliabilitas instrumen

$k$  : Banyak butir soal

$\sum \sigma b^2$  : Jumlah varians butir

$\sigma^2_t$  : Varians total

Berdasarkan perhitungan untuk mencari reliabilitas tes, diperlukan angket yang sudah valid dimana sebelumnya data sudah di uji validitas terlebih dahulu menggunakan SPSS versi 26.00, maka diperoleh hasil sebagai berikut.

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.920	45

Menurut (Ghozali, 2011), suatu variabel dapat dikatakan reliabel jika memberikan nilai Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) > 0,6. Dari tabel di atas dapat dilihat nilai Cronbach alpha untuk setiap pernyataan > 0,60, dimana nilai yang diperoleh dari angket memiliki hasil  $r_{11} = 0,920$ . Jadi dapat dikatakan bahwa angket ini dinyatakan reliabel karena Cronbach Alpha yang diperoleh bernilai 0,920 yang dimana lebih besar dari 0,60. Maka dapat di defenisikan bahwa setiap pernyataan dalam kuesioner/angket pada penelitian dinyatakan reliabel.

### **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data merupakan salah satu cara yang digunakan untuk mengelola data penelitian guna memperoleh suatu kesimpulan. Dengan analisis data, maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Penentuan teknik analisis data dilakukan dengan melihat karakteristik data. Data penelitian ini mempunyai karakteristik sebagai berikut: (1) berpasangan (*pretest-posttest*), (2) dan subjek penelitian Sampel penelitian tidak berasal dari populasi yang diambil secara acak atau sampel penelitian diambil secara *purposive* (secara sengaja atau bertujuan).

## 1. Deskripsi Data

Untuk menghitung rentang data tau interval, rumus yang dapat digunakan sebagai berikut.

$$\text{Interval } k = \frac{\text{Skor maksimum} - \text{Skor minimum}}{\text{Jumlah Kategori}}$$

Perhitungan dalam menentukan skor atau interval skor dalam penelitian ini dapat diperhitungkan sebagai berikut:

$$\text{Interval } k = \frac{255 - 45}{5} = \frac{180}{5}$$

$$\text{Interval } k = 36$$

Selanjutnya peneliti menentukan kategorisasi yaitu sebagai berikut.

**Tabel 3.7 Perhitungan Kategorisasi**

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>
Sangat Tinggi	$\geq 219$
Tinggi	218-182
Sedang	181-145
Rendah	144-108
Sangat Rendah	$\leq 107$

*Sumber: Hasil Kategorisasi*

## 2. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat melalui karakteristik data. Data penelitian ini berguna untuk mengembangkan variabel meningkatkan kepercayaan diri siswa sebagai berikut:

- 1) Berpasangan (*pretest-posttest*)
- 2) Sampel penelitian tidak berasal dari populasi yang diambil secara acak atau sampel penelitian diambil secara purposive (secara sengaja atau bertujuan).

- 3) Sampel uji coba relatif kecil, sehingga dengan menggunakan uji wilcoxon diharapkan dapat diketahui dampak atau pengaruh dari suatu perlakuan

Berdasarkan karakteristik data, jumlah nilai yang di hitung sebanyak 30 siswa dan memperlihatkan skor awal (*pretest*). Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test*, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Untuk dapat melihat perkembangan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 26.00.

Adapun langkah-langkah uji hipotesis *Wilcoxon Test* dengan bantuan SPSS 26.00 adalah menentukan  $H_0$  dan  $H_1$  yang kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

- a) Terima  $H_0$  dan tolak  $H_1$  apabila probabilitas (sig 1 – tailed)  $>$  alpha ( $\alpha = 0.05$ )
- b) Tolak  $H_0$  dan terima  $H_1$  apabila probabilitas (sig 1 – tailed)  $<$  alpha ( $\alpha = 0.05$ )

Teknik analisis data merupakan tahapan yang penting dalam sebuah penelitian. Teknik analisis data merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengelola data penelitian dalam mencapai tujuan penelitian. Untuk mengetahui pengembangan karakter siswa, maka penelitian ini menggunakan statistic non parametik atau dengan menggunakan uji Wilcoxon untuk menganalisa data.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

##### **1. Identitas Sekolah**

Nama Sekolah	: SMP PAB 10 MEDAN ESTATE
NPSN	: 10213982
NDS	: 2007010043
NSS	: 23176700018
NIS	: 201250
Tahun Berdiri	: 1965
Status Sekolah	: Swasta
Alamat Sekolah	: Jl. Mesjid No. 1 Medan Estate
Kelurahan	: Medan Estate
Kecamatan	: Percut Sei Tuan
Kota	: Deli Serdang
Email	: <a href="mailto:smpswastapab10medanestate@gmail.com">smpswastapab10medanestate@gmail.com</a>
Telepon	: -
Website	: -
Organisasi Penyelenggara	: Lembaga Swasta
Akreditasi	: B
Nama Kepala Sekolah	: Feri Adha Evi, S.Pd



## 2. Stuktur Sekolah



Penelitian ini dilaksanakan di SMP PAB 10 MEDAN yang terletak di Jalan Mesjid No. 1 Medan Estate, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang Prov. Sumatera Utara. Dipimpin oleh Ibu Feri Adha Evi yang menjabat sebagai kepala sekolah dengan jumlah guru dan staf tata usaha berjumlah 15 orang. Memiliki ruang belajar 6 kelas, Ruang Laboratorium, Ruang Agama, Gerbang/Pagar sekolah dan Tempat Piket. Jumlah siswa di SMP PAB 10 MEDAN berjumlah 102 orang siswa.

Fasilitas yang di SMP PAB 10 MEDAN tersedia di yaitu memiliki ruang belajar 6 kelas, 1 Laboratorium (LAB IPA dan LAB Komputer), Ruang Agama, Gerbang/Pagar sekolah dan Tempat Piket, Sudut Literasi, Perpustakaan,

Lapangan/ Aula, Ruang Osis, Ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS), Kantin, Mushola, Ruang BK, Ruang Tata Usaha, Ruang Kepala Sekolah, Ruang Guru, dan Toilet.

Terdapat visi dan misi SMP PAB 10 MEDAN adalah sebagai berikut : visi SMP PAB 10 MEDAN adalah Cerdas Berprestasi dan Berakhlakul Karimah, Misi SMP PAB 10 MEDAN adalah (1) mewujudkan Peserta Didik Berintelektual (2) Meningkatkan Kualitas Akademik Non Akademik (3) Menumbuhkan Semangat Belajar Peserta Didik Untuk Mengembangkan IPTEK Berlandaskan IMTAQ.

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

Pada bagian bab ini maka akan dibahas hasil penelitian yang sudah dilaksanakan pada Siswa di SMP PAB 10 Medan Estate. Waktu pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2023. Maka secara spesifik bahwa penelitian ini ialah untuk dapat mengetahui bagaimana keberhasilan dalam penerapan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story*. Maka data-data yang dapat diperoleh adalah hasil dari *pretest* dan *posttest* yang berkaitan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP PAB 10 Medan Estate.

### **1. Hasil Data *Pretest* dan *Posttest***

Sesuai dengan tujuan dilakukan *pretest* dan *posttest* ialah untuk dapat mengetahui bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP PAB 10 Medan Estate. Adapun hasil dari *pretest* yang telah diperoleh, dapat dianalisis menggunakan program pengolahan data SPSS versi 26.00. Berikut ini dapat

disajikan kondisi pretest dan posttest kualitas pengembangan karakter siswa SMP PAB 10 Medan Estate.

**Tabel 4.1 Hasil Data *Pretest* dan *Posttest***

No	Kode Siswa	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	S1	110	Rendah	190	Tinggi
2	S2	127	Rendah	188	Tinggi
3	S3	155	Sedang	199	Tinggi
4	S4	109	Rendah	182	Tinggi
5	S5	117	Rendah	186	Tinggi
6	S6	110	Rendah	192	Tinggi
7	S7	108	Rendah	191	Tinggi
8	S8	119	Rendah	183	Tinggi
9	S9	139	Rendah	184	Tinggi
10	S10	117	Rendah	196	Tinggi
11	S11	109	Rendah	186	Tinggi
12	S12	109	Rendah	187	Tinggi
13	S13	130	Rendah	195	Tinggi
14	S14	134	Rendah	184	Tinggi
15	S15	151	Sedang	214	Tinggi
16	S16	149	Sedang	198	Tinggi
17	S17	108	Rendah	187	Tinggi
18	S18	127	Rendah	218	Tinggi
19	S19	130	Rendah	190	Tinggi
20	S20	130	Rendah	192	Tinggi
21	S21	144	Rendah	192	Tinggi
22	S22	145	Sedang	188	Tinggi
23	S23	137	Rendah	180	Tinggi
24	S24	142	Rendah	215	Tinggi
25	S25	166	Sedang	218	Tinggi
26	S26	139	Rendah	182	Tinggi
27	S27	135	Rendah	189	Tinggi
28	S28	141	Rendah	193	Tinggi
29	S29	126	Rendah	190	Tinggi
30	S30	130	Rendah	179	Tinggi
31	S31	139	Sedang	195	Tinggi
<b>Rata-Rata</b>		<b>130,06</b>	<b>Rendah</b>	<b>192,35</b>	<b>Tinggi</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil *pretest* yang memiliki kualitas pengembangan karakter pada kategori sedang sebanyak 6 siswa, dan pada kategori rendah sebanyak 25 siswa. Sedangkan hasil *posttest* mengalami peningkatan yakni terdapat 31 siswa pada kategori tinggi.

Maka dari uraian di atas, dapat didefinisikan bahwa kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan (treatment) yakni dengan penerapan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story*. Sebelum diberikan perlakuan rata-rata skor *pretest* sebesar 130,06 yang berada pada kategori rendah. Selanjutnya setelah diberikan perlakuan dengan dengan penerapan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story* rata-rata skor *posttest* siswa mengalami peningkatan menjadi 192,35 dengan kategori tinggi.

Dari penjabaran di atas hasil *pretest* dan *posttest* di peroleh hasil dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Data hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi berikut ini.

**Tabel 4. 2 Disitribusi Frekuensi Pretest-Posttest**

Kategori	Interval	Pretest		Posttest	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 219$	-	0%	-	0%
Tinggi	218-182	-	0%	31	100%
Sedang	181-145	6	19%	-	0%
Rendah	144-108	25	81%	-	0%
Sangat Rendah	$\leq 107$	0	0%	-	0%
Jumlah Siswa		31	100%	31	100%

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, diketahui dari 31 siswa pada *pretest* yang berada dalam kategori sedang berjumlah 6 siswa, dan pada kategori rendah berjumlah 25 siswa. Presentase kepercayaan diri siswa pada kategori sedang 19%, dan pada kategori rendah 81%. Kemudian setelah diberi perlakuan (*posttest*) diketahui dari 31 siswa mengalami peningkatan yakni semua siswa berada pada kategori tinggi. Jadi siswa yang mengalami peningkatan kepercayaan diri dalam melaksanakan pembelajaran *retell story* pada kategori tinggi mendapat jumlah presentase 100%. Maka dapat didefinisikan bahwa kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story* mengalami peningkatan 100% setelah diberikan perlakuan (*treatment*) dengan penerapan teknik *self instruction* di sekolah.

### **C. Pengujian Hipotesis**

Untuk menguji hipotesis dapat dilakukan dengan menggunakan uji non parametik dengan menggunakan rumus Wilcoxon Signed Rank Test dengan menggunakan SPSS versi 26.00. Uji Wilcoxon Signed Rank Test digunakan sebagai analisis dari pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah kedua data tersebut memiliki persamaan atau tidak.

Berdasarkan metode perhitungan yang dilakukan di dalam rumus Wilcoxon Signed Rank Test, nilai-nilai yang di dapat adalah nilai mean rank dan sum of ranks dari kelompok negative ranks, positive ranks dan ties.

Negative ranks artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (*posttest*) lebih rendah dari nilai kelompok pertama (*pretest*). Positive ranks artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (*posttest*) lebih tinggi dari nilai kelompok pertama

(*pretest*). Sedangkan ties adalah nilai kelompok kedua (*posttest*) sama besarnya dari nilai kelompok pertama (*pretest*). Simbol N menunjukkan jumlah/banyak siswanya. Mean rank adalah peringkat rata-ratanya. Dan sum of ranks adalah jumlah dari peringkatnya.

Adapun kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

- 1) Terima  $H_0$  dan tolak  $H_1$  apabila probabilitas (sig 2-tailed)  $>$  alpha ( $\alpha = 0.05$ )
- 2) Tolak  $H_0$  dan terima  $H_1$  apabila probabilitas (sig 2-tailed)  $<$  alpha ( $\alpha = 0.05$ )

Berdasarkan hal tersebut telah di dapatkan hasil perhitungan seperti pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.3 Hasil Analisis Uji Wilcoxon Signed Rank Test Pretest-Posttest**

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Posttest - Pretest
Z	-4.862 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, terlihat bahwa hasil dari perhitungan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan *probabilitas Asymp. Sig. (2 tailed)* siswa sebesar 0,000 atau *probabilitas* dibawah alpha 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian, maka terdapat perbedaan yang positif dan signifikan sebelum dan sesudah diberi perlakuan dengan penerapan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri

siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story*. Jadi penerapan teknik *self instruction* di sekolah sangat efektif dan berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam pembelajaran *retell story*.

Selanjutnya untuk melihat arah perbedaan tersebut, apakah *pretest* atau *posttest* yang lebih tinggi dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

**Tabel 4.4 Arah Perbedaan Pretest dan Posttest**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	31 <sup>b</sup>	16.00	496.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	31		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Berdasarkan tabel 4.4 di atas, nilai *positive ranks* 31<sup>b</sup> berarti dari 31 responden/siswa yang dilibatkan dalam perhitungan, semuanya mengalami peningkatan secara signifikan dari *pretest* ke *posttest*. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story* mengalami peningkatan setelah mendapatkan perlakuan teknik *self instruction*. Hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* lebih tinggi dari hasil *pretest*. Jadi dapat didefinisikan bahwa dengan menggunakan penerapan teknik *self instruction* sangat berpengaruh dan efektif dalam meningkatkan karakter siswa dalam pembelajaran *retell story* pada kelas VII di SMAN 10 Medan.

#### **D. Pembahasan dan Hasil Diskusi Penelitian**

Penerapan teknik *self instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* di sekolah adalah sebuah konsep yang sangat relevan. Pendekatan ini membawa manfaat yang signifikan dalam membentuk kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*, karena berfokus pada penetapan tujuan dan pencapaian mereka. Pertama, dengan menggunakan pendekatan penerapan teknik *self instruction*, guru BK dapat bekerja bersama dengan siswa untuk menetapkan tujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* yang spesifik. Misalnya, siswa dapat merencanakan untuk menjadi lebih aktif atau lebih bertanggung jawab untuk pembelajarannya di kelas. Tujuan yang jelas memberikan arah yang jelas bagi upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*.

Kedua, pendekatan ini memungkinkan pengukuran yang lebih baik terhadap kemajuan siswa dalam mencapai tujuan. Guru BK dapat menggunakan indikator yang terukur untuk memantau perkembangan siswa, sehingga dapat memberikan umpan balik yang lebih tepat. Dengan demikian, program bimbingan dan konseling menjadi lebih responsif terhadap kebutuhan individu siswa.

Ketiga, penerapan teknik *self instruction* juga memfasilitasi keterlibatan siswa dalam proses meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*. Dengan terlibat aktif dalam menetapkan tujuan dan merencanakan tindakan untuk mencapainya, siswa menjadi lebih bertanggung jawab atas perkembangan karakter mereka. Hal ini dapat membantu mereka



merasa memiliki proses ini, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa.

Keempat, teknik ini memungkinkan untuk penyesuaian yang lebih baik dalam program bimbingan dan konseling. Jika siswa menghadapi hambatan atau perubahan dalam kehidupan mereka, tujuan dan rencana tindakan dapat disesuaikan sesuai kebutuhan. Fleksibilitas ini memastikan bahwa program tetap relevan dan efektif seiring berjalannya waktu.

Kelima, dengan penerapan teknik *self instruction*, siswa dapat merasakan pencapaian secara langsung. Ketika mereka mencapai tujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* yang telah ditetapkan, mereka merasakan kepuasan pribadi yang kuat, yang dapat menjadi motivasi tambahan untuk terus meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*. Dengan demikian, teknik ini tidak hanya membantu dalam pengembangan karakter siswa tetapi juga mendorong pertumbuhan pribadi yang positif.

Dari semua penjelasan di atas, dapat didefinisikan bahwa penerapan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story* dapat menjadi pendekatan yang efektif di sekolah.

## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Sebelum dilakukannya perlakuan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran *retell story*, hasil dari pengisian angket (*pretest*) oleh 31 siswa yaitu pada kategori sedang sebanyak 6 siswa dengan mendapat presentase 19%, dan pada kategori rendah sebanyak 25 siswa dengan mendapat presentase 81%.
2. Kemudian setelah diberikannya perlakuan (*posttest*) dengan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story* mengalami peningkatan 100%, dimana dari ke 31 siswa ini berada pada kategori tinggi dengan skor rata-rata 192,35.
3. Dengan hasil pengujian hipotesis menggunakan rumus Wilcoxon Signed Rank Test yang telah dilakukan peneliti, dapat diketahui bahwa hasil dari perhitungan Wilcoxon Signed Rank Test dengan *probabilitas Asymp. Sig. (2 tailed)* mendapatkan hasil 0,000 atau *probabilitas* dibawah alpha 0,05 dimana ( $0,000 < 0,05$ ). Dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian, maka terdapat perbedaan yang positif dan signifikan antara *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

## B. Saran

Adapun saran yang diusulkan oleh peneliti yaitu:

### 1. Bagi siswa

Didasarkan pada siswa hendaknya mengikuti secara tekun apabila guru BK melakukan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story* di sekolah ataupun sebagainya, karena apabila siswa dapat fokus dengan materi layanan yang disampaikan maka dapat membantu siswa untuk menjadi pribadi yang positif dan berwawasan luas.

### 2. Bagi guru BK

Hendaknya guru BK dapat melakukan teknik *self instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melaksanakan pembelajaran *retell story*.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat sebagai acuan Pengembangan Keterampilan Konselor Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan atau bahan pertimbangan penelitian lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, Ana & Catharina Tri Anni. 2015. Studi Kasus Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri Kota Surakarta. Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application. 4(4).
- Arikunto. 2014. Evaluasi Program Pendidikan Pedoman Teoretis Praktis Bagi Mahasiswa dan Praktisi Pendidikan. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Aulia, Dea, Firman, Nevlyerni. 2022. Penyusunan Program BK di Tingkat SMA. Jurnal *Education & Learning* .2(2).
- Kartika, Marini. 2019. Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Low Self Confidence Pada Pembelajaran Fisika Kelas VII A SMPN 4 Tellulimpoe Kab. Sinja. Skrip. UIN Alauddin
- Nuraeni, Intan. Milda Yanuvianti. 2018. Identifikasi Permasalahan Perancangan Program Bimbingan Dan Konseling Pada Guru SMK Di Kota Yogyakarta. Prosiding Psikologi. Universitas Islam Bandung. 4(1).
- Nove, Albertus Hengka, dkk. 2021. Efektivitas teknik diskusi dalam bimbingan kelompok untuk membantu dalam membantu meningkatkan percaya diri siwa. Jurnal Konseling dan Pendidikan. 9(4).
- Noviawati, Elvi. Syamsu Yusuf L.N , A Juntika Nurihsan. 2016. Efektivitas Program Bimbingan Dan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan

Regulasi Diri, Efikasi Diri, Dan Prestasi Akademik. *Edusentris: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*. 3(2).

Pautina, Amalia Rizki,dkk. 2021. Efektivitas Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling pada Madrasah Unggulan. *IRFANI: Jurnal Pendidikan Islam*. 17(1).

Pratiwi, Septiana. 2018. Pengaruh Prestas Terhadap Kepercayaan Diri Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Melati. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Putri, Julia Eva. 2022. Efektivitas Teknik Self-Instruction dalam Menangani Kepercayaan Diri Siswa.

Rokke, P.D & Rehm, L.p. *Self Management Therapes*. Dalam Dobson. K.S. (Penyunting), *Handbook of Cognitive Behaviour Therapies*. New York: The Guilford Pers, 2001.

Safaria, T & Saputra, N. (2009). *Manajemen Emosi*. Jakarta : Bumi Aksara.  
Sugara, Gian Sugiana. (2011). Efektivitas Teknik Self-Instruction dalam Menangani Kejenuhan Belajar. Skripsi PPB FIP UPI Bandung: Tidakditerbitkan.

Widyoko, Eko Putro. 2009. *Evaluasi Program Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

# LAMPIRAN



## Lampiran 01

**RENCANA PELAKSANAAN  
LAYANAN  
( RPL )**

A.	Tugas Perkembangan	:	Meningkatkan kepercayaan diri
B.	Topik / Tema Layanan	:	Meningkatkan kemampuan dan bertindak mandiri dalam bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yang positif
C.	Bidang Layanan	:	Sosial
D.	Jenis Layanan	:	Layanan Informasi
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan pengembangan
F.	Tujuan Layanan	:	1. Siswa/i mampu mengembangkan kepercayaan diri 2. Siswa/i mampu mengelola kepercayaan diri menjadi lebih baik
G.	Metode	:	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
H.	Waktu Pertemuan, Tanggal	:	1 Pertemuan X 40 Menit
	Tempat Penyelenggaraan	:	Ruang Kelas VII
I.	Materi	:	1. Pengertian percaya diri 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri 3. Ciri-ciri orang yang percaya diri 4. Cara meningkatkan rasa percaya diri
J.	Sarana Media / Alat Sumber Materi Layanan	:	Infocus, power point 1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMA-MA kelas 11</i> , Yogyakarta, Paramitra Publishin 2. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bidang Sosial</i> , Yogyakarta, Paramitra. 3. Elisalmania Eva, Suwarjo. 2011. <i>permainan (games) dalam bimbingan dan konseling</i> . Yogyakarta: paramitra
K.	Langkah Kegiatan		
	1. Pendahuluan ( alokasi waktu: 5 menit )	:	a. Guru BK/Konselor mengucapkan salam, dilanjutkan dengan berdo'a, presensi, mengecek situasi & kondisi kelas. b. Guru BK/ Konselor menyampaikan topik / tema layanan informasi c. Guru BK/Konselor memotivasi dengan Ice Breaking: agar siswa senang, tertarik, bersemangat, siap mengikuti layanan informasi d. Guru BK/Konselor menjelaskan tujuan layanan informasi dan tugas perkembangan yang akan dipahami e. Guru BK/Konselor menanyakan kepada siswa terkait pelayanan yang diajarkan pada pertemuan sebelumnya.



<p>2. Kegiatan Inti ( alokasi waktu: 35 menit)</p>	<p><b>a. Berfikir :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK /Konselor mengajak berfikir dengan siswa tanya jawab tentang bagaimana cara bertindak mandiri dalam berpikir positif</li> <li>2. Guru BK /Konselor mengajak curah pendapat pada siswa tentang tema “percaya diri siswa”</li> </ol> <p><b>b. Merasa :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK /Konselor mengadakan diskusi bersama siswa terkait perasaannya yang mereka hadapi dalam menyampaikan sesuatu didepan umum</li> <li>2. Guru BK /Konselor memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya/komentar mengenai hal yang belum dapat dipahami dan memberikan ide atau gagasan yang ingin disampaikan/ dirasakan.</li> </ol> <p><b>c. Bersikap</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK/Konselor menanyakan pada siswa apa saja yang telah ia pelajari dari bagaimana meningkatkan kemampuan diri</li> <li>2. Guru BK/Konselor menanyakan pada siswa apa yang menjadi faktor penyebab dari ketidak percaya diri nya siswa</li> </ol> <p><b>d. Bertindak</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK /Konselor menanyakan pada siswa apa saja yang telah ia ambil tindakan pada pemahaman bagaimana bertindak mandiri</li> <li>2. Guru BK /Konselor memberikan motivasi pada siswa yang masih tidak memiliki percaya diri</li> </ol> <p><b>e. Bertanggungjawab</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK/Konselor memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya/komentar mengenai hal yang belum dapat dipahami dan memberikan ide atau gagasan yang ingin disampaikan/ dirasakan, untuk mengambil sikap bertanggungjawab</li> <li>2. Guru BK/Konselor menanyakan pada siswa apa saja yang telah ia ambil tindakan yang dapat dipertanggungjawab- kan dalam memahami dan mengatasi rasa tidak percaya diri</li> </ol>
--	---

3. Penutup ( alokasi waktu : 5 menit	1. Guru BK /Konselor bersama-sama dengan siswa menyimpulkan isi tema yang telah disampaikan. 2. Guru BK /Konselor mendorong siswa agar yang belum berperan aktif dalam kegiatan, supaya berperan aktif 3. Guru BK/Konselor menutup pertemuan dengan berdoa bersama dan salam.
L Rencana Penilaian	
1. Penilaian Proses	: Guru BK/Konselor melakukan penilaian segera terhadap proses pelaksanaan layanan informasi format klasikalnya, yaitu menilai kesungguhan/ semangat / antusias konseli.
2. Penilaian Hasil	: Guru BK/Konselor melakukan penilaian segera terhadap proses pelaksanaan layanan informasi format klasikalnya, yaitu : a. Pemahaman baru apa yang diperoleh konseli ?( <i>Understanding</i> ) b. Bagaimana perasaan positif konseli ? ( <i>Confort</i> ) c. Apa rencana tindakan yang akan dilakukan konseli ? ( <i>Action</i> )

Medan, 14 September 2023

**Mengetahui**

Guru Bimbingan dan Konseling



Lila Ismayanti, S.Pd

Peneliti



Putri Handayani

Menyetujui

Kepala Sekolah SMP PAB 10 MEDAN ESTATE



Erra Adha Eyi, S.Pd

## Lampiran 02

### Angket Penelitian

Petunjuk Pengisian:

1. Tulis nama dan kelas pada kolom yang telah disediakan.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan memberikan tanda (√) atau (X) pada alternatif jawaban yang telah tersedia berikut ini:

**Keterangan :**

**SS : Sangat Sesuai**

**S : Sesuai**

**KS : Kurang Sesuai**

**TS : Tidak Sesuai**

**STS : Sangat Tidak Sesuai**

**Nama :**

**Kelas :**

**Umur :**

No.	PERNYATAAN	SS	S	KS	TS	STS
1. (+)	Saya yakin bahwa saya memiliki kemampuan yang diperlukan untuk mengatasi tantangan dan mencapai tujuan yang saya tetapkan.					
2. (+)	Saya yakin bahwa saya memiliki kapasitas untuk menghadapi hambatan dan rintangan dengan ketekunan dan ketabahan.					
3. (+)	Saya yakin bahwa saya memiliki kemampuan untuk mengatasi kegagalan dan belajar dari pengalaman tersebut.					
4. (+)	Saya meragukan kemampuan dan keterampilan saya untuk berhasil mencapai tujuan yang telah					

	ditetapkan.					
5. (+)	Saya cenderung melakukan diri sendiri dan merasa bahwa saya tidak mampu menghadapi tantangan yang kompleks.					
6. (-)	Saya percaya bahwa dengan kerja keras dan pembelajaran yang terus menerus, saya dapat mengembangkan dan meningkatkan keterampilan dan kemampuan saya.					
7. (-)	Saya memiliki keyakinan kuat bahwa saya dapat memberikan kontribusi yang berharga dan sukses dalam lingkungan kerja atau tim.					
8. (-)	Saya merasa kurang percaya diri dalam berkomunikasi dan merasa sulit untuk mempengaruhi orang lain.					
9. (-)	Saya memiliki keyakinan rendah tentang potensi saya untuk mengatasi hambatan dan rintangan yang mungkin muncul.					
10. (-)	Saya percaya bahwa saya mampu menginspirasi dan mempengaruhi orang lain dengan kehadiran dan keterampilan komunikasi saya.					
11. (-)	Saya memiliki keyakinan diri yang kokoh dalam mengambil keputusan penting dan menghadapi situasi yang tidak pasti.					
12. (-)	Saya sering merasa takut akan penilaian negative orang lain dan seringkali menjadi terlalu kritis terhadap diri sendiri.					
13. (+)	Saya merasa tidak yakin dalam mengambil keputusan penting dan sering kali merasa ragu-ragu.					
14. (+)	Saya melihat setiap situasi sebagai peluang dan percaya bahwa hal-hal baik akan terjadi dalam hidupnya.					

15. (+)	Saya yakin setiap masalah memiliki solusi yang dapat ditemukan dan mampu mengatasinya.					
16. (+)	Saya melihat hambatan sebagai peluang untuk berkembang dan memperkuat diri bukan sebagai penghalang yang tidak dapat diatasi.					
17. (+)	Saya memiliki keyakinan kuat bahwa saya dapat belajar dari pengalaman negative dan menggunakannya sebagai pelajaran untuk tumbuh dan berkembang.					
18. (+)	Saya berusaha fokus pada saat belajar.					
19. (+)	Saya melihat hambatan yang tidak teratasi dan merasa putus asa dalam menghadapinya.					
20. (-)	Saya sering kali pesimis tentang masa depan dan merasa bahwa segala sesuatu cenderung berakhir dengan kegagalan.					
21. (-)	Saya optimis dalam hubungan interpersonal dan percaya bahwa orang-orang disekitar memiliki niat baik.					
22. (-)	Saya memiliki kegagalan dalam perjalanan menuju kesuksesan, dan tetap bersemangat untuk mencoba lagi.					
23. (-)	Saya meragukan niat baik orang-orang disekitar dan sering merasa curiga terhadap motivasi mereka.					
24. (-)	Saya cenderung kehilangan semangat dan motivasi setelah mengalami kegagalan dan sulit untuk mencoba lagi.					
25. (-)	Saya meragukan kemampuan diri sendiri untuk mencapai tujuan dan merasa bahwa tanggapan yang sulit tidak dapat diatasi.					

26. (+)	Saya berusaha untuk melihat suatu situasi dengan objektif dan tidak terpengaruh oleh emosi pribadi.					
27. (+)	Saya cenderung dipengaruhi oleh pendapat pribadi dan emosi dalam membuat penilaian atau keputusan.					
28. (+)	Saya membuat penilaian berdasarkan prasangka atau preferensi pribadi.					
29. (+)	Saya berkomitmen untuk mengumpulkan fakta dan informasi yang akurat sebelum membuat penilaian dan keputusan.					
30. (-)	Saya siap mendengarkan berbagai sudut pandang dan pendapat sebelum mencapai suatu kesimpulan.					
31. (+)	Saya cenderung memilih informasi yang mendukung pandangan pribadi dan mengabaikan informasi yang bertentangan.					
32. (+)	Saya terbuka terhadap perubahan sudut pandang jika ada bukti yang mengarah pada kesimpulan yang berbeda.					
33. (-)	Saya menghargai keadilan dan berusaha untuk memberikan perlakuan yang sama kepada semua pihak terlibat.					
34. (-)	Saya mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dalam membuat keputusan bukan hanya berfokus pada jangka pendek.					
35. (-)	Saya sulit menerima perubahan sudut pandang, bahkan ketika ada bukti yang kuat.					
36. (+)	Saya tidak konsisten dalam memberikan perlakuan yang adil kepada semua pihak yang terlibat dalam situasi.					
37. (+)	Saya selalu mengambil tanggung jawab atas tugas dan kewajiban					

	dengan sungguh-sungguh.					
38. (+)	Saya memprioritaskan kualitas pekerjaan dan tanggung jawab untuk memberikan hasil terbaik.					
39. (+)	Saya selalu menghormati tempat waktu dan berupaya untuk menyelesaikan pekerjaan tepat waktu.					
40. (-)	Saya sering kali menunda-nunda tugas atau kewajiban dan tidak mengambil tanggung jawab dengan serius.					
41. (-)	Saya tidak selalu memberikan perhatian penuh terhadap pekerjaan dan terkadang kurang peduli dengan kualitasnya.					
42. (+)	Saya menghargai kepercayaan yang diberikan kepada saya dan bertanggung jawab dalam menjaga kepercayaan tersebut.					
43. (-)	Saya selalu siap untuk membantu rekan kerja dan mendukung tim dalam mencapai tujuan bersama.					
44. (-)	Apapun yang terjadi saya selalu menjaga kepercayaan orang lain terhadap diri saya.					
45. (-)	Saya menghargai kepercayaan yang diberikan kepada saya dan bertanggung jawab dalam menjaga kepercayaan tersebut.					

**Lampiran 03****DOKUMENTASI****Pemberian Layanan Informasi**

Membuka kegiatan doa dan memberitahukan kepada peserta didik tujuan kegiatan



Menampilkan slide ppt yang membahas mengenai kepercayaan diri siswa






Peneliti mengakhiri kegiatan

**Link Video Penelitian : <https://youtu.be/Cqsk9PLvxes?feature=shared>**

## lampiran 04

FORM K 1



**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](mailto:fkip@umsu.ac.id)

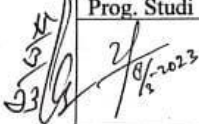

---

Yth : Ketua dan Sekretaris  
 Program Studi Bimbingan dan konseling  
 FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**


Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Putri Handayani  
 N P M : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Kredit Kumulatif : 138,0 IPK = 3,65

Persetujuan Ketua/ Sekretaris Prog. Studi	Judul yang diajukan	Disyahkan Oleh Dekan Fakultas
	Penerapan Teknik Self Instuction untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran retil story pada siswa kelas VIII SMP PAB 10 MEDAN ESTATE Tahun Ajaran 2022/2023	
	Meningkatkan Motivasi Belajar dan dukungan social teman sebaya dengan mengembangkan prestasi peserta didik kelas VIII SMP PAB 10 MEDAN ESTATE Tahun Ajaran 2022/2023	
	Penerapan Strategi Self-Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan siswa dalam belajar kelas Tahun Ajaran 2022/2023	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 03 Maret 2023

  
Putri Handayani



FORM K 2

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

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

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putri Handayani  
 NPM : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

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

“Penerapan Teknik Self Instruction untuk Meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran retell story pada siswa kelas VIII SMP PAB 10 MEDAN Tahun Ajaran 2022/2023 ”

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak sebagai :

Dosen Pembimbing : Drs. Zaharuddin Nur, M.M *2/8/2023*

Sebagai Dosen Pembimbing proposal/risalah/makalah/skripsi saya.  
 Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya.  
 Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 08 Maret 2023  
 Hormat Pemohon,

Putri Handayani



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 1343/IL3.AU /UMSU-02/F/2023  
Lamp : ---  
Hal : Pengesahan Proyek Proposal

**Dan Dosen Pembimbing**  
*Bismillahirrahmanirrahim*  
*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

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 : Putri Handayani  
NPM : 1902080020  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : Penerapan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan Tahun Ajaran 2022/2023  
Pembimbing : Drs. Zaharuddin Nur.,S.Pd.,M.M

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 : 15 Maret 2024



Medan, 15 Sya'ban 1444 H  
15 Maret 2023 M




**Dra. H. Syamsu Aurnita, 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 05







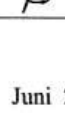
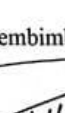
**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
 Jl. Kapten Mochtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
 Website : <http://www.fkip.umstu.ac.id> Email: [fbkp@umstu.ac.id](mailto:fbkp@umstu.ac.id)

---

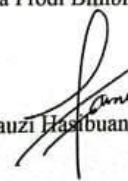
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL**

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Jurusan/Prog.Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Nama Lengkap : Putri Handayani  
 NPM : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VII SMP PAB 10 MEDAN T.A 2022/2023

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Tanda Tangan
15 Mei 2023	memperbaiki kalimat pengantar memperbaiki pada tabel bab 3	
22 Mei 2023	memperbaiki identifikasi masalah memperbaiki cover	
29 Mei 2023	memperbaiki bab ij memperbaiki penyusunan daftar pustaka	
16 Juni 2023	memperbaiki tabel dan data siswa	
18 Juni 2023	memperbaiki kata-kata dalam pembuatan sistem penulisan proposal	
23 Juni 2023	disetujui untuk seminar proposal	

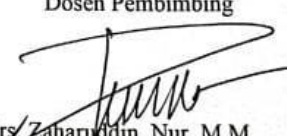
Diketahui/Disetujui  
Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling



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

Medan, Juni 2023

Dosen Pembimbing



Drs. Zaharuddin Nur, M.M

**SURAT PERMOHONAN**

Medan, Juni 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 : PUTRI HANDAYANI  
NPM : 1902080030  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan  
Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell  
Story Pada Siswa Kelas VII SMP PAB 10 MEDAN T.A  
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,



PUTRI HANDAYANI



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

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### PENGESAHAN PROPOSAL

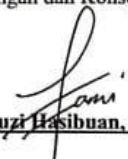
Panitia Proposal Penelitian Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Strata-1 Bagi:

Nama : PUTRI HANDAYANI  
 NPM : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 JudulSkripsi : Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan  
 Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell  
 Story Pada Siswa Kelas VII SMP PAB 10 MEDAN T.A  
 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 Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Pembimbing,

  
Des. Zahruddin Nur, M.M

## lampiran 06



**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.flkip.umsu.ac.id> Email: [flkip@umsu.ac.id](mailto:flkip@umsu.ac.id)

---

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI**

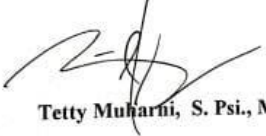
Pada hari ini Kamis, Tanggal 27 Juli 2023 telah diselenggarakan Seminar Proposal Skripsi atas nama Mahasiswa dibawah ini :

Nama Lengkap : Putri Handayani  
 NPM : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Penerapan Teknik Self Instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran retell story pada siswa SMP PAB 10 MEDAN Tahun Ajaran 2022/2023

No	Masukan dan Saran
Judul	
Bab I	
Bab II	Tambahkan perbandingan teori Meichenbaum dengan teori dari sumber lain
Bab III	
Kesimpulan	<input type="checkbox"/> Disetujui <input type="checkbox"/> Ditolak <input type="checkbox"/> Disetujui dengan adanya perbaikan


Medan, Agustus 2023

Dosen Pembahas



**Tetty Muhandi, S. Psi., M. Pd**


Dosen Pembimbing



**Drs. Zaharudin Nur, M.M**


**Panitia Pelaksana**

Ketua Prodi



**M. Fauzi Haryanto, S.Pd., M.Pd**

Sekretaris Prodi



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

Dinindai dengan CamScanner





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](mailto:fkip@umsu.ac.id)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa dibawah ini :

Nama Lengkap : Putri Handayani  
 NPM : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Penerapan Teknik Self Instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran retell story pada siswa SMP PAB 10 MEDAN Tahun Ajaran 2022/2023 Pada hari ini Kamis, 27 Juli 2023 sudah layak menjadi Proposal Skripsi.

Medan, Agustus 2023

Disetujui Oleh :

Dosen Pembahas

Tetty Muharni, S. Psi., M.  
Pd

Dosen Pembimbing

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Diketahui Oleh :

Ketua Prodi

M. Fauzi Hasbuan, 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](mailto:fkip@umsu.ac.id)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN**

NO. : .....

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Menerangkan di bawah ini :

Nama Lengkap	: Putri Handayani
NPM	: 1902080030
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal	: Penerapan Teknik Self Instruction untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melaksanakan pembelajaran retell story pada siswa SMP PAB 10 MEDAN Tahun Ajaran 2022/2023

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Kamis, 27 Juli 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, 28 Agustus 2023

Diketahui Oleh :

Ketua Prodi

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

## lampiran 07

CS Dipindai dengan CamScanner



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

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/SK/BAH-PT/Ak.KPIPT/XI/2022  
 Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003  
<https://fkip.umsu.ac.id> \* fkip@umsu.ac.id \* umsumedan \* umsumedan \* umsumedan \* umsumedan

Nomor : 3143/IL.3.AU/UMSU-02/F/2022      Medan, 06 Shafar 1444 H  
 Lamp : ---      03 September 2022 M  
 Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth, Bapak/ Ibu Kepala  
 SMP PAB 10 Medan  
 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 memberikan izin kepada mahasiswa untuk melakukan penelitian/riset di tempat Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa kami tersebut sebagai berikut :

Nama : Putri Handayani  
 NPM : 1902080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Skripsi : Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan diri siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa SMP PAB 10 Medan Tahun Ajaran 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.




\*\*Penting!!\*\*



CS Dipindai dengan CamScanner

## lampiran 08

 **SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP)  
PERKUMPULAN AMAL BAKTI (PAB) 10 MEDAN ESTATE**

NSS : 23176700018  
NDS : 2007010043

NPSN : 10213982  
NIS : 201250

---

Jl. Masjid No. 1 Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan Kab. Deli Serdang, 20371, smpswastapab10medest@gmail.com

**SURAT KETERANGAN  
B.P.10/640/SMP-PAB/IX/2023**


Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP PAB 10 MEDAN ESTATE, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara. Menerangkan bahwa Mahasiswa/i UMSU:


Nama : Putri Handayani  
NPM : 1902080030  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling

telah melaksanakan Riset di SMP PAB 10 MEDAN ESTATE pada tanggal 12 - 14 September 2023, sesuai dengan Surat Izin Riset Nomor : 3143/II.3-AU/UMSU-02/F/2022, tanggal 03 September 2022..

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan Estate, 18 September 2023  
KEPALA SMP PAB 10  
MEDAN ESTATE

  
FERY ADHA EVI, S.Pd





Putri Handayani\_Penerapan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melaksanakan Pembelajaran Retell Story Pada Siswa Kelas VIII SMP PAB 10 Medan

ORIGINALITY REPORT

<b>16%</b> SIMILARITY INDEX	<b>13%</b> INTERNET SOURCES	<b>1%</b> PUBLICATIONS	<b>9%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>eprints.uny.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>2</b>	<b>repository.umsu.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>repositori.uin-alauddin.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>www.neliti.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repository.uinsu.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>eprints.iain-surakarta.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>Submitted to Universitas Pamulang</b> Student Paper	<b>1%</b>

9	<a href="http://repository.uinjambi.ac.id">repository.uinjambi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
10	<a href="http://ummaspul.e-journal.id">ummaspul.e-journal.id</a> Internet Source	<1 %
11	Submitted to Universitas Sang Bumi Ruwa Jurai Student Paper	<1 %
12	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1 %
13	<a href="http://journal.uny.ac.id">journal.uny.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	Submitted to Universitas Merdeka Malang Student Paper	<1 %
15	Submitted to Universitas Islam Malang Student Paper	<1 %
16	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	<1 %
17	Submitted to Padjadjaran University Student Paper	<1 %
18	Submitted to Universitas Nasional Student Paper	<1 %
19	Submitted to Universitas Pendidikan Ganesha Student Paper	<1 %

20	Submitted to Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Student Paper	<1 %
21	Submitted to University of North Texas Student Paper	<1 %
22	Submitted to Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Student Paper	<1 %
23	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	<1 %
24	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
25	<a href="https://ntrs.nasa.gov">ntrs.nasa.gov</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="https://repository.upstegal.ac.id">repository.upstegal.ac.id</a> Internet Source	<1 %
27	Submitted to Universitas Jambi Student Paper	<1 %
28	Submitted to Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Student Paper	<1 %
29	Submitted to Universitas Jenderal Achmad Yani Student Paper	<1 %



30	Submitted to Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Student Paper	<1 %
31	repo.iain-tulungagung.ac.id Internet Source	<1 %
32	Submitted to IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Student Paper	<1 %
33	Submitted to UIN Sunan Gunung Djati Bandung Student Paper	<1 %
34	Submitted to Universitas Hang Tuah Surabaya Student Paper	<1 %
35	Submitted to University of Oklahoma Student Paper	<1 %
36	etheses.uinmataram.ac.id Internet Source	<1 %
37	docplayer.info Internet Source	<1 %
38	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1 %
39	Submitted to Universitas Negeri Medan Student Paper	<1 %
40	blog.iain-tulungagung.ac.id Internet Source	<1 %



41	<a href="https://etheses.uin-malang.ac.id">etheses.uin-malang.ac.id</a> Internet Source	<1 %
42	<a href="https://jurnal.polsri.ac.id">jurnal.polsri.ac.id</a> Internet Source	<1 %
43	<a href="https://repositori.uma.ac.id">repositori.uma.ac.id</a> Internet Source	<1 %
44	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
45	Ni Made Putri Dwi Yanti, Anak Agung Ketut Agus Suardika. "PENGARUH TIME BUDGET PRESSURE, PENGALAMAN KERJA, DAN KOMITMEN PROFESIONAL PADA PENGAMBILAN KEPUTUSAN ETIS KONSULTAN PAJAK DI PROVINSI BALI", Hita Akuntansi dan Keuangan, 2020 Publication	<1 %

Exclude quotes  Off      Exclude matches  Off  
Exclude bibliography  On

**Lampiran 09**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**Data Pribadi**

Nama Lengkap : Putri Handayani  
 Npm : 1902080030  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Tempat, Tanggal Lahir : Kelantan, 04-05-2001  
 Alamat : Dusun IX Kelantan Dalam, Desa Pasar Rawa,  
 Kec.Gebang  
 Anak ke : 1 Dari 3 Bersaudara  
 Program studi : Bimbingan Konseling  
 Fakultas : Keguruan Ilmu pendidikan

**Nama Orang Tua**

Ayah : YANTO  
 Ibu : SUNARTIK

**Pendidikan**

Tahun 2007 : TK AL-IJTIHADIAH  
 Tahun 2008 - 2013 : SDN 056636 KELANTAN  
 Tahun 2014 - 2016 : SMPN 3 SATU ATAP GEBANG  
 Tahun 2017 - 2019 : SMAN 1 GEBANG