

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Kepercayaan diri

###### a. Pengertian kepercayaan diri

Dalam bahasa Inggris, kepercayaan diri juga dikenal sebagai keyakinan diri. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kepercayaan diri berarti percaya pada diri sendiri, kekuatan, dan kemampuan. Kepercayaan diri adalah komponen kepribadian yang mencakup keyakinan seseorang akan kemampuan mereka sendiri untuk bertindak sesuai kehendak mereka, bebas dari pengaruh orang lain, optimis, cukup toleransi, dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri adalah kunci untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas untuk mencapai prestasi. Kepercayaan diri tidak tumbuh sendiri. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu. Kepercayaan diri muncul melalui proses tertentu dalam hidup seseorang.<sup>1</sup>

Menurut Lauster, kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan apa yang mereka inginkan, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, memiliki kebebasan untuk melakukan apa yang mereka inginkan dan bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan, memiliki keinginan untuk berprestasi, dan tahu apa yang baik dan buruk tentang diri mereka sendiri. Terbentuknya kemampuan kepercayaan diri adalah proses belajar bagaimana berinteraksi dengan lingkungannya dan merespons rangsangan luar. Sangat penting bagi umat Islam untuk memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Dalam Surat Al-Imron Ayat 139, Allah SWT mengatakan bahwa manusia adalah makhluk ciptaan-Nya yang paling tinggi, sehingga mereka seharusnya percaya dengan kemampuan yang mereka miliki.

Allah Subhanahu Wa Ta 'ala berfirman:

---

<sup>1</sup> Thantaway. *Kamus Istilah Bimbingan dan Konseling*. (Yogyakarta: kanisius, 2005)

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: "Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang yang beriman."(QS. Ali 'Imran 3: Ayat 139)

Menurut Mastuti dan Aswi, semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin tinggi pula apa yang ingin dicapai. Maka dapat diambil kesimpulan, definisi kepercayaan diri adalah keyakinan dalam diri sendiri untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan, serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri.<sup>2</sup> Sedangkan Dariyo (2007) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri (selfconfidence) adalah kemampuan siswa untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensi agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri biasanya mempunyai inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berfikir positif, menganggap permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Peserta yang tidak memiliki kepercayaan diri ditandai dengan sikap-sikap yang cenderung melemahkan semangat hidupnya, seperti minder dan pesimis.<sup>3</sup>

b. Karakteristik kepercayaan diri

Menurut Liendenfield, kepercayaan diri lahir dan batin adalah dua jenis kepercayaan diri. Empat ciri utama kepercayaan diri batin yang sehat adalah :<sup>4</sup>

1) Cinta diri

Individu yang percaya diri dan mencintai diri sendiri tidak menyembunyikan cinta ini kepada orang lain.

2) Pemahaman diri

Mereka yang memiliki pemahaman diri yang baik akan menyadari kekuatan, kelemahan, dan

<sup>2</sup> Asnawi Mastuti, " *Psikologi Konseling* (Malang UPT UMM, 2008)"

<sup>3</sup> Dariyo 2007 "Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Therapy. *Jurnal internasional*

<sup>4</sup> Liendenfield. 2007 *Artikel Kurang Percaya diri*. Bogor

keterbatasannya, menjadi lebih sadar diri dan terbuka untuk kritik.

- 3) Tujuan hidup yang jelas  
Mereka yang percaya diri selalu tahu tujuan hidup mereka karena mereka memiliki pemikiran yang jelas tentang mengapa mereka melakukan sesuatu. Mereka juga tahu apa hasil yang diharapkan dari tindakan mereka.
- 4) Berpikir positif  
Orang yang memiliki kepercayaan diri adalah teman yang menyenangkan karena mereka melihat kehidupan dari sudut pandang positif dan mengharapkan sesuatu yang baik dalam hidup mereka.

Empat ciri utama kepercayaan diri lahir adalah :<sup>5</sup>

- 1) Komunikasi  
Individu yang memunyai kepercayaan diri sejak kecil dapat berkomunikasi dengan orang-orang dari segala usia.
- 2) Ketegasan  
Individu yang memunyai kepercayaan diri sejak kecil akan menunjukkan kebutuhannya secara langsung dan jelas.
- 3) Penampilan diri  
Individu akan menyadari bagaimana gaya hidupnya berdampak pada pandangan orang lain tentang dirinya, tanpa terbatas pada keinginan untuk menyenangkan semua orang.
- 4) Pengendalian perasaan  
Karena mereka dapat mengendalikan rasa takut, khawatir, dan frustrasi, mereka akan berani menghadapi tantangan dan risiko.

Lauster mengatakan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah :<sup>6</sup>

- 1) Keyakinan akan kemampuan diri, yang berarti seseorang memiliki keyakinan yang kuat terhadap

---

<sup>5</sup> Siti Hartinah (2009) *karakteristik bidang kepercayaan diri* jurnal ilmu pendidikan

<sup>6</sup> Lauster, 2009. *Tes Kepribadian*. Jakarta: bumi aksara

kemampuan dirinya dan benar-benar memahami apa yang mereka lakukan.

- 2) Optimis berarti seseorang memiliki pandangan optimis tentang dirinya sendiri, harapan, dan kemampuan.
  - 3) Objektif berarti seseorang yang mempunyai kepercayaan diri melihat masalah atau segala sesuatu berdasarkan kebenaran semestinya, bukan berdasarkan keyakinan pribadi atau keyakinan dirinya sendiri.
  - 4) Bertanggung jawab adalah kemampuan seseorang untuk mengambil tanggung jawab atas akibatnya.
  - 5) Rasional dan realistis, yang berarti menganalisis suatu masalah, hal, atau peristiwa dengan menggunakan pemikiran yang diterima akal dan sesuai dengan kenyataan.
- Kepercayaan diri adalah optimis, realistis, objektif, dan bertanggung jawab.

a. Faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri

Hakim menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang memengaruhi kepercayaan diri yang muncul dengan sendirinya:<sup>7</sup>

1) Lingkungan keluarga

Keluarga adalah tempat pertama setiap orang hidup, dan keluarga sangat berpengaruh terhadap pembentukan awal kepercayaan diri seseorang. Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap keunggulan setiap aspek dirinya, yang ditunjukkan dalam perilaku sehari-hari mereka. Dalam lingkungan keluarga yang baik, seseorang dapat tumbuh dan berkembang dengan sangat baik dalam kepercayaan diri baru, tetapi jika lingkungan keluarga tidak cukup kuat untuk memupuk kepercayaan diri, teman akan kehilangan. Proses belajar kepercayaan diri pendidikan yang diterima seseorang dari keluarganya

---

<sup>7</sup> Hakim Thursan (2013) *Mengatasi Rasa tidak percaya diri*. Jakarta: puspa swara

merupakan pendidikan utama yang menentukan kualitas kepribadiannya. Menurut Hakim, model pendidikan keluarga yang dapat digunakan untuk membangun kepercayaan diri anak yaitu antara lain:<sup>8</sup>

- a) melatih anak untuk berani berbicara tentang banyak hal
- b) mengembangkan sikap mandiri pada anak
- c) memperluas lingkungan sosial anak
- d) mengembangkan harga diri anak
- e) mengembangkan sikap tanggung jawab di kalangan anak
- f) Setiap permintaan anak jangan terlalu dituruti
- g) memberi anak hadiah jika dia melakukannya dengan baik
- h) memberikan hukuman jika Anda melakukan kesalahan
- i) mengembangkan kelebihan yang dimiliki anak.

## 2) Pendidikan formal

Sekolah dapat dikatakan sebagai lingkungan kedua bagi anak, dimana sekolah merupakan lingkungan yang paling berperan bagi anak setelah lingkungan keluarga. Sekolah memberikan ruang pada anak untuk mengekspresikan kepercayaan dirinya terhadap teman sebayanya.<sup>9</sup>

## 3) Pendidikan non formal

Jika seseorang memiliki kelebihan yang membuat orang lain kagum, kepercayaan diri mereka akan menjadi lebih mantap. Pendidikan non-formal, seperti kursus bahasa asing, jurnalistik, bermain alat

---

<sup>8</sup> Hermaini. 2012. *Faktor keluarga dalam meningkatkan kepercayaan diri*. Padang: Universitas Negeri Padang

<sup>9</sup>Hakim, T. 2002. *Mengatasi pendidikan formal*. Yogyakarta.(UNY)

musik, seni vokal, kuliah agama, dan sebagainya, dapat membantu Anda mendapatkan kemampuan atau keterampilan dalam bidang tertentu. Sebagai cara untuk meningkatkan kepercayaan diri individu yang bersangkutan.<sup>10</sup>

*Lienfield* menyebutkan sejumlah komponen yang membentuk kepercayaan diri seseorang, seperti cinta, rasa aman, model, peran, hubungan, kesehatan, sumber daya, dukungan, upah, dan hadiah. Rini mengatakan bahwa ada beberapa hal yang dapat memengaruhi kepercayaan diri seseorang, seperti :<sup>11</sup>

- a) Keadaan fisik yang tidak sempurna menyebabkan perasaan tidak enak pada diri sendiri karena merasa tidak atau kurang berharga dibandingkan dengan orang lain. Rasa rendah diri adalah perasaan yang membuat seseorang kurang percaya diri.
- b) Konsep diri terdiri dari semua pikiran, ide, kepercayaan, dan pendirian yang diketahui seseorang tentang dirinya sendiri dan yang berdampak pada cara mereka berinteraksi dengan orang lain.
- c) Harga diri memengaruhi kepercayaan diri seseorang; seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi atau harga diri yang tinggi cenderung lebih percaya diri daripada orang yang memiliki harga diri yang rendah.
- d) Tingkat pendidikan mempengaruhi kepercayaan diri. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin banyak mereka tahu tentang diri

---

<sup>10</sup>Musdalifah, 2013. *Pengertian Pendidikan Non Formal*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

<sup>11</sup> Meningkatkan Rasa kepercayaan diri” jurnal penelitian pendidikan” Universitas Negeri Malang

mereka sendiri, sehingga mereka dapat menetapkan standar keberhasilan mereka sendiri.

b. Dampak kepercayaan diri

Tidak percaya diri dapat berdampak pada peserta didik. Di antaranya adalah kesulitan untuk berkonsentrasi saat belajar, prestasi akademik yang menurun, kurang diperdulikan oleh teman-temannya, merasa malu ketika berada di dekat orang lain, dan selalu menghindari tempat yang ramai. Jika ini dibiarkan berlarut-larut, akan menghambat cita-cita peserta didik.<sup>12</sup>

## 2. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian bimbingan kelompok

Bimbingan yang diberikan dalam kelompok orang disebut bimbingan kelompok. Nurihsan mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah bantuan kepada seseorang yang dilakukan dalam situasi kelompok. Sementara Yusuf mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah pemberian bantuan kepada peserta didik melalui situasi kelompok. Bimbingan kelompok membahas masalah sosial, pribadi, pendidikan, dan profesional. Bimbingan kelompok di sekolah, menurut Gazda, adalah kegiatan yang memberikan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka membuat rencana dan membuat keputusan yang tepat.<sup>13</sup>

Bimbingan kelompok adalah kegiatan bimbingan klasik yang menggunakan satuan atau grup yang dirancang untuk membantu mengelola dan meningkatkan interaksi peserta didik dari berbagai tingkatan kelas. Bimbingan kelompok adalah cara seorang konselor membantu peserta didik melalui kegiatan kelompok yang bermanfaat untuk menghentikan masalah yang sedang mereka hadapi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok yang dilakukan

---

<sup>12</sup> Rahnat (2007). *psikologi komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya

<sup>13</sup> Yusuf, S. (2011) *Psikologi perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung

oleh seorang pemimpin kelompok dan anggota kelompoknya. Kegiatan ini memanfaatkan dinamika kelompok, di mana anggota berinteraksi satu sama lain, mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, memberikan saran, dan sebagainya. Pemimpin kelompok memberikan informasi yang bermanfaat untuk membantu anggota kelompok berkembang dalam hal pribadi, sosial, belajar, dan karir.<sup>14</sup>

b. Tahap-tahap bimbingan kelompok

Proses bimbingan terdiri dari langkah-langkah yang harus dilakukan agar bimbingan tersebut terarah, runtut, dan tepat pada sasarannya. Menurut Prayitno, ada empat tahap dalam bimbingan kelompok: pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.<sup>15</sup>

1) Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini, pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota, memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilaksanakan serta menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok ini. Jika ada masalah dalam proses pelaksanaannya, mereka akan mengerti bagaimana cara menyelesaikannya. Asas kerahasiaan juga disampaikan kepada seluruh anggota agar orang lain tidak mengetahui permasalahan yang terjadi pada mereka.<sup>16</sup>

2) Tahap Peralihan

Tahap kedua merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan ketiga. Ada kalanya jembatan ditempuh dengan amat mudah dan lancar, artinya

---

<sup>14</sup> *Bimbingan dan Kelompok*: Jakarta.2005

<sup>15</sup> Prayitno 1995. “Tahap-tahap bimbingan kelompok. Jakarta

<sup>16</sup> Prayitno (1995). Tahap pembentukan bimbingan kelompok. Jakarta

para anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Ada kalanya juga jembatan itu ditempuh dengan susah payah, artinya para anggota kelompok enggan memasuki tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, yaitu tahap ketiga.<sup>17</sup>

### 3) Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok. Ada beberapa yang harus dilakukan oleh pemimpin dalam tahap ini, yaitu sebagai pengatur proses kegiatan yang sabar dan terbuka, aktif akan tetapi tidak banyak bicara, dan memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan agar dapat terungkapnya masalah atau topik yang dirasakan, dipikirkan dan dialami oleh anggota kelompok. Selain itu dapat terbahasnya masalah yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas serta ikut sertanya seluruh anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan baik yang menyangkut unsur tingkah laku, pemikiran ataupun perasaan.<sup>18</sup>

### 4) Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukan pada berapa kali kelompok itu harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil yang dicapai seharusnya mendorong kelompok itu harus melakukan kegiatan sehingga tujuan bersama dapat tercapai. Dalam hal ini ada kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan berhenti melakukan kegiatan, dan kemudian bertemu kembali untuk melakukan kegiatan. Setelah kegiatan kelompok memasuki pada tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> Prayitno (1995). Tahap peralihan bimbingan kelompok. Jakarta

<sup>18</sup> Prayitno (1995). Tahap kegiatan bimbingan kelompok. Jakarta

<sup>19</sup> Prayitno (1995). Tahap pengakhiran bimbingan kelompok. Jakarta

## B. Penelitian Terdahulu

Berikut ini penelitian terdahulu terkait penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian ini dilakukan oleh Sriatika dengan judul "Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP 2 Jati Agung Lampung Selatan". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction meningkatkan kepercayaan diri belajar peserta didik. Metode kualitatif digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dalam belajar. Menggunakan bimbingan kelompok adalah persamaan dengan penelitian ini. Penelitian ini menggunakan teknik instruksi diri, sedangkan penelitian ini menggunakan teknik diskusi kelompok.<sup>20</sup>
2. Penelitian yang dilakukan oleh Tredy Prananda berjudul "Meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan konseling individu dengan teknik reframing di SMP 2 Bangka Belitung". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah mungkin untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dengan menerapkan konseling individu dengan teknik reframing. Metode yang digunakan adalah yang kuantitatif. Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik; pada awalnya, konseli menerima skor pre-test 42,39, 40, tetapi kemudian mendapatkan skor 71,69,68, dengan peningkatan rata-rata 29. Persamaan dengan penelitian ini adalah bahwa keduanya menyelidiki kepercayaan diri siswa. Penelitian sebelumnya menggunakan konseling individu, tetapi penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok.<sup>21</sup>
3. Penelitian yang dilakukan oleh Kadek Suhardita berjudul "Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan rasa percaya

---

<sup>20</sup> Sriatika Pengaruh” Bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri belajar *Peserta didik* kelas VIII di SMP 2 JATI AGUNG LAMPUNG SELATAN”

<sup>21</sup> Tredy Prananda “Meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan konseling individu dengan teknik reframing di SMP 2 BANGKA BELITUNG”

diri peserta didik" bertujuan untuk menentukan tingkat kepercayaan diri peserta didik. Metode kuantitatif digunakan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik permainan dalam bimbingan kelompok meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok; namun, penelitian sebelumnya menggunakan teknik permainan, dan penelitian ini menggunakan teknik diskusi kelompok.<sup>22</sup>

4. Studi Wahyu Nanda Eka Saputra yang berjudul "Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik melalui Teknik *Cognitive Defusion*" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif teknik defusion kognitif dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Karena peneliti tidak menggunakan variabel kontrol dan sampel secara acak, penelitian ini menggunakan metode pre-experimental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang menerima perawatan konseling teknik defusion kognitif memperoleh skor tingkat kurang percaya diri yang lebih tinggi. Sama-sama, persamaan penelitian ini membantu mengatasi kepercayaan diri peserta didik. Penelitian sebelumnya menggunakan teknik defusion kognitif untuk meningkatkan rasa percaya diri, tetapi penelitian ini menggunakan metode diskusi kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri.<sup>23</sup>
5. Studi kasus "Studi kasus rasa kurang percaya diri peserta didik SDN 3 Tanjungtani untuk menumbuhkan rasa percaya diri peserta didik" oleh Ratna Puspitasari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan komponen yang menyebabkan siswa kurang percaya diri. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif dan studi kasus. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apa arti peristiwa interaksi tingkah laku peserta didik. Hasilnya menunjukkan bahwa peneliti mendorong peserta didik untuk meningkatkan rasa percaya diri mereka. Persamaan penelitian ini sama-sama meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena penelitian sebelumnya menggunakan

---

<sup>22</sup> kadek suhardita "Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan rasa percaya diri siswa"

<sup>23</sup> wahyu nanda eka "Meningkatkan Percaya diri Peserta didik melalui teknik Cognitive Defusion"

metode studi kasus, sedangkan penelitian ini menggunakan metode diskusi kelompok.<sup>24</sup>

6. Penelitian yang di lakukan oleh Arina Fithriyana dan DYP Sugiharto berjudul “Bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi untuk meningkatkan kemampuan komunikasi antar pribadi siswa”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan model bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dan efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi antar pribadi siswa. Metode yang digunakan adalah metode pengembangan. Hasil penelitian efektivitas di peroleh nilai signifikan hitung (2- tailed) pada uji-t sebesar 0,001 pada taraf 95%. Persamaan ini ini menggunakan layanan bimbingan kelompok. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian sebelumnya meningkatkan kemampuan belajar antar siswa sedangkan penelitian ini meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.<sup>25</sup>
7. Penelitian yang di lakukan oleh Babby Hasmayni yang berjudul “Hubungan antar kepercayaan diri dengan penyesuaian diri remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri di remaja. Metode yang di gunakan adalah metode kuantitatif. Hasil penelitian ini adalah bahwa semakin tinggi kepercayaan diri peserta didik , maka semakin tinggi penyesuaian diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri peserta didik, maka semakin rendah penyesuaian diri remaja. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas tentang kepercayaan diri peserta didik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif.<sup>26</sup>
8. Penelitian yang di lakukan oleh Nunur Yuliana Dewi yang berjudul “Upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui

---

<sup>24</sup> Ratna Puspitasari “Studi kasus rasa kurang Percaya diri peserta didik SDN 3 Tanjungtani untuk menumbuhkan rasa percaya diri peserta didik”

<sup>25</sup> Arina Fithriyana, DYP Sugiharto (2014). “Bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi untuk meningkatkan kemampuan komunikasi antar pribadi siswa” *jurnal bimbingan konseling*.

<sup>26</sup> Baby Hamayni.(2014). “ Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri remaja”. *Jurnal Magister Psikologi*

layanan bimbingan kelompok pada siswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya dan keberhasilan dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Hasil penelitian ini adalah peserta didik setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok kepercayaan dirinya yang semula berkurang menjadi meningkat. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas tentang kepercayaan diri peserta didik dan menggunakan bimbingan kelompok. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif.<sup>27</sup>

9. Penelitian yang di lakukan oleh Bayu Saputra yang berjudul “Bimbingan kelompok dengan teknik penguatan positif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik penguatan positif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, Metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Hasil penelitian ini adalah penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan bimbingan kelompok dengan teknik penguatan positif terhadap peningkatan kepercayaan peserta didik. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama menggunakan bimbingan kelompok dan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya menggunakan metode eksperimen, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif.<sup>28</sup>
10. Penelitian yang di lakukan oleh Berta Desriana yang berjudul “Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi terhadap kepercayaan diri”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik

---

<sup>27</sup> Nunur Yuliana Dewi,dkk.(2012). “Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<sup>28</sup> Bayu Saputra,dkk. (2018). “Bimbingan kelompok dengan teknik penguatan positif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa”. *Jurnal ilmiah bimbingan dan konseling*

permainan simulasi terhadap kepercayaan diri peserta didik. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Hasil penelitian ini adalah dapat dilihat berdasarkan hasil pre-test dan post-test. Rata-rata pre-test yaitu 73,47. Sedangkan rata-rata post-test yaitu 85,20. Hal tersebut telah dibuktikan dalam pengujian hipotesis yang menyatakan bahwa hasil sebesar 3,51 sementara dengan taraf signifikan 5% (0,05) sebesar 2,048. Karena jumlah  $3,51 > 2,048$ , maka berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi terhadap kepercayaan diri siswa kelas X MA Futuhiyyah 2 Mranggen”.

**C. Kerangka Berfikir**

Banyak peserta didik masih kurang aktif dan malu-malu di sekolah. Karena mereka tidak memiliki kemampuan untuk menyampaikan konsep atau pertanyaan yang sedang mereka pikirkan, hal ini pasti menghambat proses belajar peserta didik. Peserta didik sering merasa cemas dan takut tentang materi yang sedang dipelajari.<sup>29</sup>

Sangat penting bagi sekolah untuk memiliki kepercayaan diri dalam proses pembelajaran. Jadi, peserta didik harus memiliki kepercayaan diri. Di SMA NU Hasyim Asy’ari Kudus, masih ada peserta didik yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah. Guru BK dapat meningkatkan kembali kepercayaan diri peserta didik dengan bimbingan kelompok.

Uraian tersebut dapat dijelaskan melalui kerangka berfikir sebagai berikut:



**Gambar 2.1 Kerangka Berfikir**

<sup>29</sup> Sukmadinata “Bimbingan dan konseling praktek” Bandung Maesntro