

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MA Muhammadiyah Kudus tahun ajaran 2021/2022 dari tanggal 10 Juni sampai 18 Juni, jadwal dalam penelitian ini sesuai dengan jadwal yang sudah disepakati dengan sasaran/subjek penelitian. Hasil penelitian ini memiliki tiga fokus penjabaran yang terdiri dari gambaran tingkat kepercayaan diri sebelum dan sesudah pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70, pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 dalam meningkatkan kepercayaan diri yang rendah, dan pengaruh pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 terhadap tingkat kepercayaan diri.

Hasil penelitian diperoleh dari penyebaran angket yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai gambaran kepercayaan diri peserta didik sekaligus sebagai dasar penyesuaian isi layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Hasil penyebaran angket dijadikan analisis awal untuk perumusan layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang kemudian diujicobakan untuk memperoleh keefektifan. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus yang berjumlah 63 peserta didik. Sampel penelitian sebanyak 3 peserta didik.

1. Gambaran Obyek Penelitian

a. Kepercayaan Diri Peserta Didik MA Muhammadiyah Kudus

Penyajian data gambaran tingkat kepercayaan diri peserta didik di MA Muhammadiyah Kudus dalam aspek penelitian tingkat kepercayaan diri yaitu membahas tentang percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri, berpikir positif, dan berani berpendapat. Gambaran keseluruhan dari tingkat kepercayaan diri dibagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Gambaran tingkat kepercayaan diri di MA Muhammadiyah Kudus sebagai berikut:

Tabel 4.1
Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas X MA
Muhammadiyah Kudus

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	136-185	20	32%
Sedang	87-135	40	63%
Rendah	37-86	3	5%
Jumlah		63	100%

Tabel 4.1 menunjukkan gambaran kepercayaan diri peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus yang diwakili oleh 63 peserta didik. Sebanyak 32% terdiri dari 20 peserta didik termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa peserta didik mencapai tingkat kepercayaan diri yang tinggi dari setiap aspek, yaitu peserta didik percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap dirinya sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat.

Sebanyak 63% terdiri dari 40 peserta didik termasuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat diartikan bahwa peserta didik mencapai tingkat kepercayaan diri yang sedang dari setiap aspek, yaitu peserta didik memiliki kemampuan namun terkadang masih ragu, berani mengambil keputusan namun masih merasa cemas, dan terkadang belum bisa menyesuaikan diri.

Sebanyak 5% terdiri dari 3 peserta didik dari jumlah subjek penelitian termasuk dalam kategori rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa peserta didik mencapai tingkat kepercayaan diri yang rendah dari setiap aspek, yaitu peserta didik yang mudah cemas dalam menghadapi persoalan, sering gugup, cenderung bergantung pada orang lain, dan sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah.

b. Kepercayaan Diri Peserta Didik MA Muhammadiyah Kudus Berdasarkan Aspek

Gambaran kepercayaan diri peserta didik berdasarkan aspek pernyataan dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.2
Kepercayaan Diri Peserta Didik MA Muhammadiyah
Kudus Berdasarkan Aspek

Aspek	Frekuensi	%	Kategori
Percaya pada kemampuan diri sendiri	41	65%	Tinggi
	20	32%	Sedang
	2	3%	Rendah
Bertindak Mandiri	19	30%	Tinggi
	32	51%	Sedang
	12	19%	Rendah
Berpikir Positif	28	44%	Tinggi
	32	51%	Sedang
	3	5%	Rendah
Berani Berpendapat	7	11%	Tinggi
	46	73%	Sedang
	10	16%	Rendah

Tabel 4.2 menggambarkan presentase secara keseluruhan kepercayaan diri dari 63 peserta didik sebelum melakukan pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70. Presentase kategori tinggi kepercayaan diri peserta didik pada aspek percaya kemampuan diri sendiri sebanyak 41 peserta didik (65%) yang berarti peserta didik memiliki kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuan diri sendiri. Sebanyak 20 peserta didik (32%) yang termasuk dalam kategori sedang, artinya masih memiliki keraguan terhadap kemampuan dirinya sendiri. Sebanyak 2 peserta didik (3%) yang termasuk dalam kategori rendah, artinya keraguan terhadap kemampuan dirinya cukup besar.

Kategori tinggi dalam aspek bertindak mandiri sebanyak 19 peserta didik (30%), artinya peserta didik bersikap mandiri dalam mengandalkan diri sendiri dibandingkan bergantung pada orang lain. Kategori sedang dalam aspek bertindak mandiri sebanyak 32 peserta didik (51%), artinya peserta didik senang bisa bersikap mandiri tanpa bergantung dengan orang lain. Kategori rendah dalam aspek bersikap mandiri sebanyak 12 peserta didik (12%), artinya peserta didik bersikap mandiri tapi masih mengandalkan orang lain.

Kategori tinggi dalam aspek berpikir positif sebanyak 28 peserta didik (44%), artinya rasional dalam berpikir positif.

Kategori sedang sebanyak 32 peserta didik (51%), artinya cukup rasional dalam berpikir positif. Kategori rendah sebanyak 3 peserta didik (5%), artinya kurang rasional dalam berpikir positif.

Kategori tinggi dalam aspek bernai berpendapat sebanyak 7 peserta didik (11%), artinya memiliki keberanian dalam menyampaikan pendapat tanpa ada paksaan dari orang lain. Kategori sedang sebanyak 46 (73%), artinya memiliki keberanian dalam berpendapat namun masih dalam paksaan orang lain. Kategori rendah sebanyak 10 peserta didik (16%), artinya kurang keberanian dalam menyampaikan pendapat meskipun mendapat dorongan dari orang lain.

2. Analisis Data

a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen.¹ Penelitian ini menggunakan validitas isi guna melangsungkan pengujian atas validitas instrumen dengan media berbasis angket.

Adapun data yang diperoleh dari variabel bebas atau konseling realitas dengan surat Al Isra':70 bernilai 0.837 yang termasuk kedalam kategori validitas sangat tinggi.

b. Uji Reabilitas

Reabilitas merupakan instrumen ketika digunakan akan menghasilkan data yang sama. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan SPSS 25 for windows. Pada penelitian ini, nilai Cronbach's Alpha adalah $0,923 > 0,60$. Maka dapat disimpulkan bahwa instrument dinyatakan sangat reliabel atau baik.

c. Hasil Pretest, Posttest, dan Gain Skor

1) Hasil Angket Pretest Kepercayaan Diri

Pretest dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal kepercayaan diri peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus. Berikut: hasil atau kondisi pretest kepercayaan diri peserta didik.

¹ Heri Retnawati, Analisis Kualitatif Instrument Penelitian: Panduan Peneliti, Mahasiswa, Dan Psikometri (Yogyakarta: Parama Publishing, 2016), 18.

Tabel 4.3
Hasil Pretest Kepercayaan Diri

No	Inisial Peserta Didik	Hasil Pretest	Kategori
1	Responden 1	54	Rendah
2	Responden 2	57	Rendah
3	Responden 3	58	Rendah
N 3		169	
Mean/Rata-Rata		56,3	

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan hasil *pretest* dengan jumlah responden 3 peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus yang memiliki kepercayaan diri rendah, nilai hasil dari rata-rata diatas adalah 56,3. Dalam hal ini R1 menunjukan kurangnya percaya diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri, berani berpendapat, dan bertindak mandiri, R2 menunjukan kurangnya percaya diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri, berpikir positif, dan bertindak berani berpendapat, dan R3 menunjukan kurangnya percaya diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri dan bertindak mandiri. Setelah diberikan pretest yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri peserta didik, maka selanjutnya diberikan perlakuan(*tretment*) kepada peserta didik kemudian diberikan *posttest*.

2) Hasil Angket Posttest Kepercayaan Diri

Setelah memberikan perlakuan (*tretment*) layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70, maka peneliti mengukur kembali kepercayaan diri peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus, adapun hasil *posttest* kepercayaan diri peserta didik sebagai berikut:

Tabel 4.4
Hasil Posttest Kepercayaan Diri

No	Inisial Peserta Didik	Hasil Posttest	Kategori
1	Responden 1	71	Tinggi
2	Responden 2	77	Tinggi
3	Responden 3	79	Tinggi
N 3		227	
Mean/Rata-Rata		75,6	

Berdasarkan hasil tabel 4.4 dan tabel 4.5 tersebut terdapat hasil *posttest* setelah diberikan perlakuan (*treatment*) berupa layanan konseling realitas dengan surat Al Isra' 70 terdapat peningkatan terhadap kepercayaan diri peserta didik, nilai hasil dari rata-rata diatas adalah 75,6. Dalam hal ini terdapat perubahan setelah diberikan perlakuan kepada R1 yang menunjukan rasa percaya diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri, berani berpendapat, dan bertindak mandiri, R2 menunjukan kurangnya percaya diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri, berpikir positif, dan bertindak berani berpendapat, dan R3 menunjukan kurangnya percaya diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri dan bertindak mandiri.

3) Hasil Pretest, Posttest dan Gain Score Perubahan Kepercayaan Diri Peserta Didik

Setelah diberikan layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 hasil pretest, posttest, dan gain score dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.5
Hasil Perbandingan Pretest, Posttest dan Gain Score

No	Pretest	Posttest	Gain Score
1	54	76	22
2	57	84	27
3	58	78	20
N	169	238	69
Mean	56,3	79,3	23

Berdasarkan hasil penghitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* sama-sama mengalami peningkatan, yaitu, 23. Maka dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 pada peserta didik mengalami peningkatan.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini bertujuan untuk mengetahui nilai sebelum dan sesudah diberikannya treatment. Berikut: adalah nilai uji *Wilcoxon* menggunakan SPSS 25.

Tabel 4.6
Hasil Uji Wilcoxon

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest – pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	3 ^b	2.00	6.00
	Ties	0 ^c		
	Total	3		

- a. posttest < pretest
- b. posttest > pretest
- c. posttest = pretest

Dari tabel diatas dijelaskan bahwa data hasil uji *Wilcoxon* signed ranks terdapat perubahan nilai sebelum dan sesudah diberikannya treatment. Positive ranks dengan nilai N 3 artinya ketiga sampel tersebut mengalami peningkatan hasil nilai pretest dan posttest. Mean ranks atau rata-rata peningkatannya sebesar 2.00 dan *sum of ranks* atau jumlah rangking positifnya sebesar 6.00 serta nilai ties adalah 0, artinya tidak ada kesamaan antara nilai pretest dan posttest.

4. Uji Statistik

Uji statistik ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pada nilai Zhitung setelah diberikannya treatment, kemudian dibandingkan dengan nilai Ztabel. Berikut: adalah nilai statistik menggunakan SPSS 25.

Tabel 4.7
Uji Statistik

Test Statistics ^a	
	posttest – pretest
Z	-1.604 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.109

- a. *Wilcoxon* Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

Bersadarkan test statistik dari Uji *Wilcoxon* signed ranks diperoleh Zhitung -1.604, karena nilai ini adalah nilai mutlak tanda negatif tidak diperhitungkan. Sehingga nilai Zhitung menjadi 1.604, kemudian dibandingkan dengan Ztabel 0,05 = 0,0495, maka

Zhitung > Ztabel (1.604 > 0,0495), nilai asymptotik sig (2-tailed) untuk uji dua arah sebesar 109 karena sig > 0,05, ini menunjukkan bahwa H_a ditolak dan H_o diterima. Jadi pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra' : 70 tidak dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus.

B. Pembahasan

1. Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas X MA Muhammadiyah Kudus Sebelum dan Sesudah Pengaplikasian Konseling Realitas dengan Surat Al Isra': 70

Hasil penyebaran angket pada peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus yang dijadikan sampel mendapat perolehan kategori rendah pada pencapaian aspek-aspek kepercayaan diri. Pencapaian aspek-aspek dalam kepercayaan diri berupa percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri, berpikir positif, dan berani berpendapat berada pada kategori rendah. Apabila kepercayaan diri peserta didik yang rendah dibiarkan maka akan menghambat proses belajar dan cara mengaktualisasikan diri bagi peserta didik tersebut. Hal ini, menunjukkan perlu adanya upaya pemberian layanan bimbingan dan konseling secara optimal dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang rendah. Sehingga peserta didik dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada diri sendiri maupun dihadapan orang lain dengan baik.

Kepercayaan diri merupakan rasa percaya pada kemampuan diri sendiri dikarenakan mampu mencapai prestasi tertentu dan apabila prestasinya sudah tinggi maka seseorang tersebut akan lebih percaya diri. Selain itu, kepercayaan diri merupakan atribut dalam kehidupan bermasyarakat, sikap yang menerima kenyataan, membangun kesadaran, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan menimbulkan rasa aman yang ditunjukkan dari sikap dan tingkah laku yang tampak tenang, tidak ragu-ragu, serta dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan orang lain. Penelitian pada tingkat kepercayaan diri merujuk pada aspek yang dikemukakan oleh Sri Wahyuni yaitu, yakin terhadap diri sendiri, berani mengambil keputusan, berpikir positif terhadap diri sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat kepada orang lain tanpa ada paksaan.²

² Sri wahyuni. Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara didepan umum pada mahasiswa psikologi. Ejournal psikologi. Vol 2. No. 1. 2014. 54

Hasil penelitian terhadap tingkat kepercayaan diri pada aspek percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri, berpikir positif, dan berani berpendapat sebelum diberikan layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 pada peserta didik menunjukkan sikap belum percaya diri. Menurut Hakim ciri-ciri orang yang tidak percaya diri ditandai dengan seseorang yang mudah merasa cemas dalam menghadapi permasalahan, sering gugup, tidak tahu cara mengembangkan diri, sering menyendiri, dan cenderung bergantung pada orang lain.³

Hasil penelitian sesudah diberikan layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 pada peserta didik menunjukkan sikap cukup percaya diri. Menurut Mardatillah ciri-ciri orang yang percaya diri yaitu, mampu mengenali kelemahan dan kelebihan yang dimiliki serta mengembangkan potensinya, membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya dan memberikan penghargaan atas keberhasilan dalam pencapaian serta tetap berusaha lagi jika belum tercapai, tidak menyalahkan orang lain atas ketidak berhasilannya, namun lebih banyak introspeksi diri, mampu mengatasi perasaan tekanan, kecewa, dan rasa ketidak mampuan menghinggapinya, mampu mengatasi rasa cemas dalam dirinya, tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatu, berpikir positif, dan maju terus tanpa mundur.⁴

2. Pelaksanaan Pengaplikasian Konseling Realitas dengan Suart Al Isra': 70 terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik MA Muhammadiyah Kudus

Berdasarkan hasil data-data yang diperoleh melalui penyebaran angket menunjukkan tingkat kepercayaan diri peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus berada pada beberapa kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Peserta didik pada kategori tinggi diasumsikan mencapai tingkat kepercayaan diri yang tinggi dari setiap aspek, yaitu peserta didik percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap dirinya sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat. Peserta didik dalam kategori sedang diasumsikan mencapai tingkat kepercayaan diri yang sedang dari setiap aspek, yaitu peserta didik memiliki kemampuan

³ Hakim, T. 2005. Mengenal rasa tidak percaya diri. Jakarta: Puspa Swara

⁴ Syaipul Amri. Pengaruh kepercayaan diri (Self Confidence) berbasis ekstra kulikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa SMA N 6 Kota Bengkulu. Jurnal pendidikan matematika raflesia. Vol.3. no. 02. Desember 2018. 160.

namun terkadang masih ragu, berani mengambil keputusan namun masih merasa cemas, dan terkadang belum bisa menyesuaikan diri. Peserta didik dalam kategori rendah diasumsikan mencapai tingkat kepercayaan diri yang rendah dari setiap aspek, yaitu peserta didik mudah cemas dalam menghadapi persoalan, sering gugup, cenderung bergantung pada orang lain, dan sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah.

Hasil penelitian sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hakim yaitu mudah cemas dalam menghadapi persoalan, sering gugup, cenderung bergantung pada orang lain, dan sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah.⁵ Menurut Gabriell Tenerezza Paramitha seseorang yang tidak percaya diri akan mengakibatkan seseorang itu tidak menjadi pribadi yang mandiri dan selalu bergantung kepada orang lain adapun tingkah laku seseorang yang tidak percaya diri yaitu, penyendiri, peragu, tidak bisa bersaing, dan tidak suportif.⁶

Berdasarkan rancangan penelitian, langkah-langkah yang digunakan peneliti dalam pemberian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 untuk meningkatkan kepercayaan diri yang rendah pada peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus sebagai berikut:

a. Pre-test

Pretest diberikan kepada 63 peserta didik populasi kelas X yang dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2022. Tujuan diberikannya pretest untuk mengukur tingkat kepercayaan diri peserta didik kelas X MA Muhammadiyah Kudus. Hasil pretest pengungkapan tingkat kepercayaan diri peserta didik mendapat hasil 3 peserta didik yang termasuk pada kategori rendah, yaitu peserta didik yang kurang percaya pada kemampuan diri sendiri, tidak dapat bertindak mandiri, dan berpikir positif, serta kurang berani dalam menyampaikan pendapat.

b. Pelaksanaan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70

Pelaksanaan kegiatan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 dilakukan sebanyak 3 kali. Sesi pertama dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2022 yaitu melakukan perkenalan antara peneliti dan peserta didik yang menjadi sampel penelitian, sesi kedua dilaksanakan pada tanggal 14 Juni 2022 yaitu melakukan identifikasi masalah, memahami keinginan dan

⁵Hakim, T. 2005. *Mengenal Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara

⁶Paramitha, Gabriell Tenerezza

kebutuhan (*want and needs*), sesi ketiga dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2022 untuk menilai tindakan yang dilakukan dalam mencapai kebutuhan dan keinginan (*Direction and Doing*), serta mengevaluasi rencana yang dilakukan untuk mencapai keberhasilan dari tujuan melakukan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70.

c. Sesi Pertama

Kegiatan yang dilakukan di sesi pertama adalah membina hubungan baik kepada peserta didik yang menjadi sampel penelitian. Dalam membangun hubungan, peneliti dan peserta didik saling berkenalan agar peserta didik terbuka dan sukarela menceritakan masalah yang dialaminya. Peneliti mulai membicarakan pembahasan yang bersifat umum untuk mencairkan suasana dan menjelaskan tentang tujuan peneliti melakukan konseling, asas-asas dan layanan bimbingan dan konseling secara umum. Setelah konseli memahami kegiatan yang dilakukan, peneliti dan konseli melakukan kesepakatan waktu dalam melakukan konseling. Selanjutnya peneliti menanyakan kesiapan dan memberi penekanan pada konseli, berhasil atau tidaknya proses konseling bergantung pada konseli dalam melibatkan diri untuk mencapai proses keberhasilan dari tujuan konseling.

d. Sesi Kedua

Kegiatan yang dilakukan dalam sesi kedua adalah mengidentifikasi masalah secara garis besar dari peserta didik yang kurang percaya diri. Kemudian mendeskripsikan secara khusus apa masalah yang terjadi, dengan mendalami apa keinginan dan kebutuhan (*wants and needs*) peserta didik dari masalah yang dialaminya. Peneliti mulai mengarahkan peserta didik yang kurang percaya diri mengungkapkan segala permasalahan yang dirasakan.

e. Sesi Ketiga

Sesi ketiga melanjutkan pembahasan pertemuan kedua dan melanjutkan pembahasan tentang arahan dan tindakan (*direction and doing*) serta melakukan evaluasi dan *planning* sebagai tahap akhir. Peneliti mulai memahami dan menganalisis arahan dan tindakan, mengetahui perilaku dan tindakan apa saja yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Tindakan yang dilakukan dieksplorasi berkaitan dengan masa sekarang, tindakan masa lalu yang dapat dilakukan tetapi berhubungan dengan masa sekarang, dan

membantu individu membuat perencanaan lebih baik. Komitmen yang telah dijalankan adalah mencobapercaya diri pada kemampuan diri sendiri. Kemudian mengevaluasi tindakan dalam memenuhi kebutuhan dankeinginan, melihat keefektifan dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri dan tahap terakhir yaitu *planning*. Selanjutnya peserta didik menilai tindakan sendiri dan sebagai tahap pendukung peserta didik mengubah perilaku, memenuhi kebutuhan dan keinginan sehingga memiliki kepercayaan diri lebih baik.

f. Post-test

Post-testdilaksanakan pada tanggal 18Juni 2022. Hasil postestmenunjukkan terdapat perubahan skor nilai sebelum dan sesudah melakukan pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70. Hal ini dapat diartikan bahwapeserta didik mengalami peningkatan terhadap rendahnya kepercayaan diri secara signifikan berdasarkan hasilpengolahan data.

Konseling realitas bertolak belakang dengan tingkah laku sekarang merupakan proses yang rasional, setiap manusia memiliki hak untuk memilih perilakunya sendiri, bukan hanya terhadap apa yang dilakukan, namun juga terhadap apa yang dipikirkan. Selain itu, konseling realitas dapat memberikan gambaran tentang kekuatan *psikis* yang dimiliki konseli untuk menilai perilaku dan apabila perilaku tersebut tidak memenuhi kebutuhan konseli, maka perilaku tersebut harus dihilangkan dengan memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.⁷

3. Pengaruh Pengaplikasian Konseling Realitas dengan Surat Al Isra': 70 terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas X MA Muhammadiyah Kudus

Pada hasil Uji *Wilcoxon signed ranks* diperoleh Zhitung - 1.604, karena nilai ini adalah nilai mutlak tanda negatif tidak diperhitungkan. Sehingga nilai Zhitung menjadi 1.604, kemudian dibandingkan dengan Ztabel 0,05 = 0,0495, maka Zhitung > Ztabel (1.604 > 0,0495), nilai asymptotik sig (2-tailed) untuk uji dua arah sebesar 109 karena sig > 0,05, ini menunjukkan bahwa Ho diterima dan Ha ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat peningkatan terhadap kepercayaan diri yang rendah pada peserta didik, sehingga pemberian treatment melalui layanan konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 yang telah dilakukan dalam

⁷Singgih Gunasro. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia. 2007. 241-242

penelitian ini tidak memberikan pengaruh signifikan untuk meningkatkan kepercayaan diri yang rendah pada peserta didik.

Konseling realitas merupakan terapi jangka pendek yang berfokus pada masa kini, menekankan kekuatan pribadi, dan pada dasarnya merupakan jalan dimana para konseli dapat belajar tingkah laku lebih realistik.⁸ Selain itu, konseling realitas merupakan bentuk modifikasi tingkah laku dimana konselor sebagai guru dan model serta mengkonfortasikan konseli dengan cara-cara yang dapat membantu menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri maupun individu lain.⁹

Kandungan surat Al Isra': 70 yaitu tentang istimewanya kasih Allah kepada manusia yang ditandai dengan kemuliaan anak adam berupa diberikannya akal dan pikiran, khayalan untuk memikirkan masa lampau, masa sekarang dan masa depan serta diberikannya ilham. Selain itu, manusia merupakan makhluk unik yang memiliki kehormatan dalam kedudukannya sebagai manusia, baik yang taat kepada Allah maupun yang tidak, dan manusia diciptakan dengan bentuk yang baik, dapat berjalan dengan tegak di atas kedua kakinya, dan makan dengan kedua tangannya.

Kemuliaan lain yang Allah berikan berupa rizki yang baik-baik dan dilebihkan dari kebanyakan makhluk dengan kelebihan yang sempurna. Hal ini ditandai oleh kemajuan hidup manusia, semakin bertambah lama maka semakin bertambah maju. Manusia juga diperingatkan bahwa kemuliaan yang Allah berikan tidak berhenti di dunia saja, namun sampai di kehidupan akhirat dan tiap-tiap manusia dipanggil dengan iman mereka. Hasil pengaplikasian konseling realitas dengan surat Al Isra': 70 tidak berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

⁸ Lahmuddin Lubis. *Konsep-konsep dasar bimbingan dan konseling*. Bandung: citra pustaka media. 2006. 138-139

⁹ Corey. *Teori dan praktik konseling dan psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama. 2010. 264