

Konseling Trait and Factor untuk Meningkatkan Self Confidence Siswa

Muslima^{1*}, Abdul Haris Hasmar², Maulida Hidayati³

Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia

*¹Email: muslimatarbiyah@gmail.com

Abstract

The purpose of this study was to find out the application of Trait and Factor counseling in increasing the Self-Confidence of students at MTsN 4 Pidie and SMP Negeri 4 Sakti, by helping students to increase their self-confidence in the learning process at school and outside of school. Knowing the condition of students' self-confidence is still at a low level, counseling is given to increase self-confidence. The research method used was pre-experimental designs with one group pretest-posttest design. The results of the study showed that students with low self-confidence, lacked focus during PBM, students were passive and indifferent during the teaching and learning process, were not enthusiastic about participating in school activities, there were still many students who cheated when there were assignments. But problems can be overcome by providing Trait and Factor counseling, students are given treatment through Trait and Factor counseling with self-confidence material. The results obtained were an increase in scores from the initial pretest and posttest results at the end.

Keywords: Trait and Factor; Counseling and Self-Confidence

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan konseling Trait and Factor dalam meningkatkan Self-Confidence siswa MTsN 4 Pidie dan SMP Negeri 4 Sakti, dengan membantu siswa agar dapat meningkatkan kepercayaan diri pada proses pembelajaran di sekolah maupun di luar sekolah. Mengetahui kondisi kepercayaan diri siswa masih pada tingkatan rendah, maka diberi penanganan konseling untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri. Metode penelitian yang digunakan pre-experimental designs dengan jenis desain one grup pretest-posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan kepercayaan diri rendah, kurang fokus saat PBM berlangsung, siswa bersikap pasif dan acuh tak acuh saat proses belajar mengajar berlangsung, tidak antusias dalam mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah, masih banyaknya siswa yang mencontek ketika ada tugas. Namun permasalahan dapat diatasi dengan memberikan konseling Trait and Factor, siswa diberikan treatment melalui konseling Trait and Factor dengan

materi kepercayaan diri. Hasil yang di peroleh adanya peningkatan skor dari pemberian pretest awal dan pemberian hasil posttest pada akhir.

Kata Kunci: Konseling Trait and Factor dan Self-Confidence (Kepercayaan diri)

PENDAHULUAN

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Rasa percaya diri adalah modal dasar individu dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan yakin atas kemampuannya dapat menghadapi kondisi bagaimana dalam setiap aktivitasnya.

Menurut Fani Juliyanto Perdana dalam jurnalnya, bahwa setiap kepribadian manusia memiliki peran penting, terutama pada ranah percaya diri, percaya diri merupakan indikator yang penting untuk menghasilkan keberhasilan dalam kaitannya dengan aktivitas yang dilakukan. Akan tetapi ada hal yang tidak bisa dipungkiri bahwa tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh masing-masing individu berbeda-beda, dan hal tersebut dipengaruhi oleh faktor lain disamping proses pendewasaan dirinya sendiri.

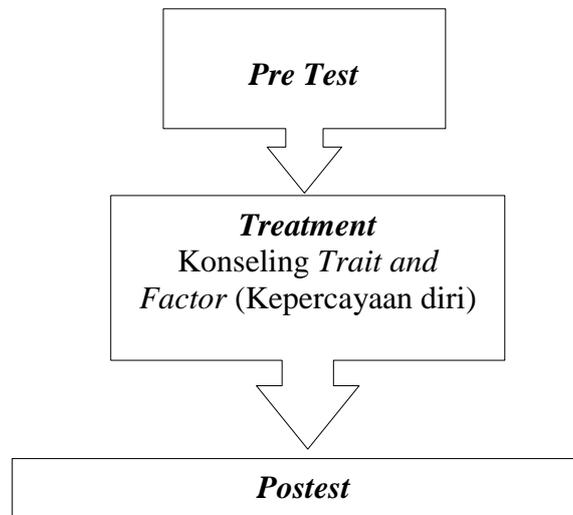
Pemasalahan yang dihadapi siswa kelas VII MTsN 4 Pidie dan SMP Negeri 4 Sakti dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah antara lain: Kurang fokus saat PBM berlangsung, siswa bersikap pasif dan acuh tak acuh saat proses belajar mengajar berlangsung, tidak antusias dalam mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah, masih banyaknya siswa yang mencontek ketika ada tugas. Hal ini berkemungkinan disebabkan oleh berbagai faktor dan salah satu faktor rendahnya kepercayaan diri.

Menghadapi kenyataan ini, sebagai tenaga pendidik yang berkualifikasi sebagai guru pembimbing pada semua kelas telah bekerja sama dengan guru mata pelajaran untuk meninjau keadaan siswa berkenaan dengan kepercayaan dirinya. Hampir pada setiap kelas tersebut ditemui keadaan siswa yang kurang sekali kepercayaan dirinya. Dalam mengatasi pemasalahan ini diupayakan pemberian layanan informasi dan layanan konseling yang mengarah pada kepercayaan diri siswa, namun belum membuahkan hasil yang diinginkan,

karena layanan informasi sifatnya memberikan pemahaman baru. Agar lebih terfokus pada siswa-siswa yang bersangkutan diberikan layanan konseling *Trait and Factor* yang sifatnya lebih mengarah langsung kepada kepribadian siswa yang menjadi fokus penanganan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain one group pretest-post test dengan pemberian treatment konseling *Trait and Factor* untuk 3 kali pertemuan. Peserta yang terlibat dalam penelitian ini yaitu 10 siswa MTsN 4 Pidie dan 7 siswa pada SMPN 4 Sakti. Sampel diambil melalui teknik purposive sampling untuk memilih siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, Alur penelitian ini dapat dilihat pada gambar 1 :



Gambar 1. Tahapan penelitian

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat ukur Skala Likert Kepercayaan Diri, yang terdiri dari 35 item. Pada alat ukur tersebut, peneliti melakukan proses backtranslation, validasi ahli untuk melihat kesesuaian dan keselarasan dengan tujuan, dan kemudian uji coba instrumen. Data yang didapatkan kemudian di analisis menggunakan Uji Paired Sample T-Tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi awal kepercayaan diri siswa pada MTsN 4 Pidie dapat dilihat dari kategori bahwa adanya tingkatan kepercayaan diri siswa yang rendah

berjumlah 10 siswa, kategori sedang berjumlah 7 siswa sedangkan yang tinggi berjumlah 3 siswa. Setelah diketahui hasil pengkatagorian maka yang akan diberikan treatment adalah siswa yang memiliki kepercayaan diri pada tingkatan rendah sebanyak 10 siswa. Berikut data skoring pretest dan posttest siswa MTsN 4 Pidie (Tabel.1)

Tabel 1. Data skoring pretest dan posttest siswa MTsN 4 Pidie

No.	Responden	Pretest	Katagori	Posttest	Katagori
1	SF	70	Rendah	92	Tinggi
2	ZA	76	Rendah	95	Tinggi
3	WD	78	Rendah	90	Tinggi
4	KL	76	Rendah	96	Tinggi
5	FA	68	Rendah	92	Tinggi
6	TR	75	Rendah	95	Tinggi
7	YU	75	Rendah	98	Tinggi
8	WN	75	Rendah	90	Tinggi
9	DW	78	Rendah	94	Tinggi
10	ZW	70	Rendah	94	Tinggi
		Mean (SD)= 73,3 (3,433)		Mean (SD)= 93,60 (2,591)	

Perubahan skor setelah mendapatkan treatment Konseling Trait and Factor, skoring kepercayaan diri siswa terjadi peningkatan dapat dilihat pada Tabel.1 Perubahan skor pada tahap pretest, Mean (SD)= 73,3 (3,433) meningkat setelah diberikan treatment dengan skor posttest Mean (SD)= 93,60 (2,591).

Kondisi kepercayaan diri siswa pada SMPN 4 Sakti dapat dilihat dari skoring pretest yang dilakukan pada langkah awal penelitian. Jumlah siswa yang ikut terlibat dalam pelaksanaan pengukuran awal sebanyak 20 siswa. Dari data yang didapatkan, kemudian skor siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dari 20 siswa dikatagorikan kedalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2 Katagori Kepercayaan diri SMPN 4 Sakti

NO.	Katagori	Skor	Jumlah
1.	Tinggi	$X > 98$	1 Siswa
2.	Sedang	$84 \leq x \leq 98$	12 Siswa
3.	Rendah	$X < 84$	7 Siswa

Katagori kepercayaan diri siswa pada SMPN 4 Sakti terbagi tiga, katagori tinggi berjumlah 1 siswa, katagori sedang berjumlah 12 siswa dan katagori rendah berjumlah 7 siswa. Siswa dengan kepercayaan diri rendah akan diberikan perlakuan konseling *trait and factor* sebanyak 3 kali pertemuan.

Tabel 3. Skoring Pretest dan Posttest siswa SMPN 4 Sakti

No.	Responden	Pretest	Katagori	Posttest	Katagori
1	YT	80	Rendah	98	Tinggi
2	GH	82	Rendah	99	Tinggi
3	TE	79	Rendah	98	Tinggi
4	QZ	75	Rendah	100	Tinggi
5	SA	75	Rendah	98	Tinggi
6	TV	80	Rendah	98	Tinggi
7	LM	75	Rendah	85	Sedang
		78,00 (2,944) Mean (SD)=		96,57 Mean (SD)= (5,159)	

Data pretest dan posttest pada tabel diatas menunjukkan adanya perbedaan jika dibandingkan dengan skor pretest, Mean (SD)= 78,00 (2,944) sedangkan Skor posttest Mean (SD)= 96,57 (5,159) maka dari itu terjadinya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah di berikan treatment konseling *trait and factor*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling *Trait and Factor* dalam meningkatkan *Self-Confidence* siswa di MTsN 4 Pidie sebelum dan setelah diberikan konseling *Trait and Factor*. Dari data penelitian yang telah dipaparkan, terlihat bahwa kondisi kepercayaan diri siswa MTsN 4 Pidie dan SMPN 4 Sakti masih pada katagori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa, sebagian siswa belum mencapai tingkat kepercayaan diri yang optimal. Untuk itu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah perlu di tingkatkan dengan harapan siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi di sekolah maupun dalam kehidupan sehari-harinya.

Beberapa studi yang dilakukan sebelumnya yang mengidentifikasi bahwa kepercayaan diri sangat penting dalam proses belajar dan kehidupan sehari-hari. Kepercayaan diri yang dimiliki siswa jika ditingkatkan dengan baik, maka akan meningkatkan hasil belajar mereka juga. Menurut hasil

penelitian yang dilakukan oleh Bambang Sugiantoro pada SMA Pertiwi 2 Padang, bahwa kepercayaan diri siswa berpengaruh positif dan signifikan terhadap hasil belajar siswa kelas X SMA Pertiwi 2 Padang.

Kepercayaan diri seseorang akan meningkat apabila pada dirinya terdapat ciri-ciri : (a) Percaya dengan kemampuan diri sendiri, (b) Mandiri dalam pengembangan Keputusan, (c) Memiliki konsep diri yang positif, (d) Berani Menyampaikan pendapat.

Penelitian ini telah berhasil menguji adanya pengaruh Konseling Trait and Factor pada peningkatan kepercayaan diri siswa. Keterbatasan penelitian tersebut antara lain. (a) Belum merencanakan kebutuhan akan tindak lanjut atau follow up pada masa yang akan datang. (b) Belum memberikan kekhususan tentang peningkatan kepercayaan diri siswa pada bidang tertentu sehingga bentuk peningkatan kepercayaan diri yang dibahas masih bersifat umum. (c) Desain dalam penelitian ini belum menggunakan kelompok pembandingan yang bertujuan untuk membandingkan tingkat keefektifan antara 2 kelompok.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian penerapan konseling trait and factor untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, maka hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa: (a) Terdapat perbedaan yang positif dari pemberian konseling konseling trait and factor untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa,. Konseling ini mampu memberikan efek positif kepada siswa sehingga adanya peningkatan dari siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah meningkat menjadi lebih percaya diri. (b) Pemberian konseling trait and factor untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri dalam kehidupannya. (c) Terdapat perbedaan tingkatan Kepercayaan diri antara sebelum dan sesudah diberikan konseling trait and factor, hasil penelitian menunjukkan adanya tingkat perbedaan yang lebih tinggi dibandingkan sebelum konseling trait and factor.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Desak Era Puspita Santi, 2014. Penerapan Konseling Karir Trait Dan Factor Dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Mengembangkan Rencana Pilihan Karir Siswa Kelas X Tpm 1 SMK Negeri 3 Singaraja, Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Fauzan Lutfi, 2004. Pendekatan-Pendekatan Konseling Individual, Malang: Elang Mas.
- Ghufron, Nur, dan Risnawita, Rini. 2011. Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, 2002. Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri, Jakarta: Puspa Swara.
- Adywibowo, I. P. (2010). Memperkuat kepercayaan diri anak melalui percakapan referensial. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 15(9), 37-49.
- Kemendikbud. (2013). Kurikulum 2013 dan Profesionalisasi Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Kemendikbud
- Lauster, Peter. 2006. Tes Kepribadian. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mohamad Surya, 2003. Teori-Toeri Konseling, Bandung : CV. Pustaka Bani Quraisy.
- Nanang Martono, 2011. Metode Penelitian Kualitatif (Analisis Isi dan Data Sekunder) Edisi Revisi. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Nur Baiti, Hisbi. 2010. Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas VII Di MTs Miftahul Huda Muncar Banyuwangi 2009-2001. Skripsi (tidak diterbitkan). Malang: UIN Maliki.
- Perdana, F. J. (2019). Pentingnya kepercayaan diri dan motivasi sosial dalam keaktifan mengikuti proses kegiatan belajar. *Edueksos: Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*, 8(2).
- Prayitno dan Erman Amti, 2008. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, Jakarta: Rineka Cipta.
- Mahfud, M. (2016). Konseling trait and factor bagi siswa yang kesulitan dalam memilih program belajar. *FIKROH: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 9(2), 124-143.
- Sugiantoro, Bambang. (2014) Pengaruh Pola Asuh Orang Tua dan Kepercayaan Diri Siswa Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa Kelas X SMA Pertiwi 2 Padang. STKIP PGRI Sumatera Barat.
- Suharsimi Arikunto, 2013 *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Vega, Asla De, Hapidin Hapidin, dan Karnadi Karnadi. (2019). Pengaruh Pola Asuh dan Kekerasan Verbal terhadap Kepercayaan Diri (Self-Confidence). *Jurnal Obsesi*. Vol. 3. No. 2.