

**EFEKTIFITAS PENERAPAN STRATEGI PEMODELAN KOGNITIF  
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK PENINGKATAN  
KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**(Study Deskriptif Kuantitatif Pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 1  
Kota Kupang Tahun Pelajaran 2018/2019)**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**VECILIANA IRMA SURYANI**

**NIM: 111 14 065**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA**

**2019**

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala hikmat, berkat dan anugerah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Adapun judul Skripsi ini: Efektifitas Penerapan Strategi Pemodelan Kognitif melalui Bimbingan Kelompok Untuk Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang. Skripsi ini ditulis sebagai tugas akhir untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan dan merupakan laporan hasil kegiatan penelitian pada SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019.

Masalah yang ditelusuri dalam skripsi ini adalah apakah penerapan strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019?. Berdasarkan permasalahan ini maka tujuan yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui pengaruh penerapan strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok untuk peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok efektif peningkatan kepercayaan diri siswa siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti dengan rendah hati menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Damianus Talok, MA. sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira Kupang yang telah membantu peneliti memperlancar urusan penelitian.
2. Dra. Maria Erlinda, M.Pd. sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira Kupang yang telah memberikan surat permohonan izin penelitian kepada peneliti.
3. Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd sebagai Pembimbing I, dan Drs. Yohanes Demon M.Si sebagai Pembimbing II yang selalu merelakan waktu, kesempatan dan pikiran dalam membimbing peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Para Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberi dukungan dan pengarahan yang berguna dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Rini sebagai pegawai Tata Usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu peneliti dalam pengurusan administrasi yang berkaitan dengan penelitian ini.
6. Ibu Margarice Ratu, S.Pd selaku kepala SMP Negeri 1 Kupang yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian

7. Bapak Marthen Boymau S.Pd selaku guru BK di SMP Negeri 1 Kupang yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Bapak tercinta Alfonsus Aven dan ibu tercinta Maria Nurtiana yang selama ini telah mendoakan, memberikan perhatian dan dukungan baik dalam bentuk materi maupun moril dari awal perkuliahan sampai pada penyelesaian skripsi ini.
9. Om Rafel Guntur dan Tanta Agnes Murniati yang selalu mendukung dalam bentuk moril maupun materi dari awal perkuliahan hingga pada penyelesaian skripsi ini
10. Kakak dan adik-adikku tersayang, Afni Guntur, Putra Fernandez, Astrid Guntur, Jeli, Nesri, Andi, Ester serta seluruh keluarga yang telah mendoakan, mendukung baik dalam bentuk materi maupun moril dari awal perkuliahan sampai pada penyelesaian skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan Program Studi Bimbingan Konseling angkatan 2014 yang selalu memberi motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca sangat diharapkan peneliti guna menyempurnakan skripsi ini.

Kupang, Juni 2019

Peneliti

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini disetujui dan disahkan pada tanggal 09 Juli 2019

Oleh

Pembimbing I



Dra. Dhiu Margaretha, M. Pd

Pembimbing II



Drs. Yohanes Demon, M. Si

Mengetahui

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Dra. Maria Erlinda, M.Pd

Mengetahui

Dekan FKIP Unwira



Dr. Damianus Talok, MA

Skripsi ini telah dipertanggung jawabkan di hadapan panitia Ujian Skripsi,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan  
Konseling, dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan (S-1) pada tanggal 18 Juni 2019

Panitia Ujian



Dra. Dhiu Margaretha, M. Pd

Ketua



Drs. Yohanes Demon, M. Si

Sekretaris



Drs. Kristianus Manek, M,Sc

Penguji I



Drs Wens Nagul, M. Pd, Kons

Penguji II



Dra. Dhiu Margaretha, M. Pd

Penguji III

## DAFTAR ISI

|                                                              |            |
|--------------------------------------------------------------|------------|
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                   | <b>iii</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                         | <b>vi</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                       | <b>vii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                    | <b>ix</b>  |
| <b>DAFTAR GRAFIK.....</b>                                    | <b>x</b>   |
| <b>DAFTAR BAGAN .....</b>                                    | <b>xi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                                  | <b>xii</b> |
| <b>BAB I: PENDAHULUAN .....</b>                              | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang .....                                      | 1          |
| B. Rumusan Masalah .....                                     | 4          |
| C. Tujuan Penelitian .....                                   | 4          |
| D. Batasan Istilah atau Defenisi Konseptual .....            | 5          |
| E. Manfaat Penelitian.....                                   | 7          |
| <b>BAB II: KAJIAN PUSTAKA.....</b>                           | <b>8</b>   |
| A. Teori-teori tentang variabel penelitian .....             | 8          |
| 1. Strategi pemodelan kognitif.....                          | 8          |
| a. Pengertian Strategi Pemodelan Kognitif.....               | 8          |
| b. Tujuan dari Strategi Pemodelan Kognitif .....             | 9          |
| c. Langkah-langkah Strategi Pemodelan Kognitif .....         | 10         |
| 2. Bimbingan Kelompok.....                                   | 11         |
| a. Pengertian Bimbingan Kelompok.....                        | 11         |
| b. Tujuan Bimbingan Kelompok.....                            | 12         |
| c. Manfaat Bimbingan Kelompok.....                           | 12         |
| d. Karakteristik Bimbingan Kelompok .....                    | 13         |
| e. Teknik-teknik dalam Bimbingan Kelompok.....               | 13         |
| f. Langkah-langkah dalam Pelaksanaan Bimbingan Kelompok..... | 14         |
| 3. Kepercayaan Diri .....                                    | 15         |
| a. Pengertian Kepercayaan Diri .....                         | 15         |
| b. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....                         | 16         |
| c. Proses Terbentuknya Kepercayaan Diri.....                 | 17         |
| d. Faktor-Faktor Pembentukan Kepercayaan Diri.....           | 18         |
| e. Cara Membangun Kepercayaan Diri.....                      | 21         |
| B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan .....             | 22         |

|                                                |           |
|------------------------------------------------|-----------|
| C. Kerangka Konseptual .....                   | 23        |
| D. Hipotesis Penelitian.....                   | 25        |
| <b>BAB III: METODE PENELITIAN.....</b>         | <b>26</b> |
| A. Jenis Penelitian.....                       | 26        |
| B. Tempat dan Waktu .....                      | 27        |
| C. Populasi dan Sampel .....                   | 27        |
| D. Defenisi Operasional Variabel .....         | 28        |
| E. Instrumen Penelitian.....                   | 29        |
| F. Fase dan Prosedur Penelitian .....          | 33        |
| G. Teknik Analisis Data.....                   | 37        |
| <b>BAB IV: PENGUMPULAN DATA, ANALISIS DATA</b> |           |
| <b>DAN INTERPRETASI DATA.....</b>              | <b>42</b> |
| A. Pengumpulan Data .....                      | 42        |
| B. Analisis Data Penelitian .....              | 47        |
| C. Interpretasi Data .....                     | 52        |
| <b>BAB V: PENUTUP .....</b>                    | <b>53</b> |
| A. Kesimpulan .....                            | 53        |
| B. Saran .....                                 | 53        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                     | <b>55</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                                |           |

## ABSTRAK

Judul skripsi : Efektifitas penerapan strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok untuk peningkatan kepercayaan diri siswa. (Studi Deskriptif Kuantitatif pada siswa-siswi kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang Tahun Pelajaran 2018/2019). Masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok efektif peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019?. Tujuan penelitian adalah : untuk mengetahui keefektifan penerapan Strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok dalam peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan tipe pra-eksperimen dan alat pengumpulan data yang digunakan adalah angket kepercayaan diri. Teknik analisis data menggunakan rumus uji t, dan hasil analisis data menunjukkan nilai  $t_{hitung}$  sebesar 7,186 sedangkan nilai  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 1% sebesar 4,032. Dengan demikian nilai  $t_{hitung} > \text{nilai } t_{tabel}$  hal ini membuktikan bahwa strategi pemodelan kognitif melalui bimbingan kelompok efektif peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Kupang tahun pelajaran 2018/2019.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada:

1) Kepala Sekolah diharapkan untuk meningkatkan kerja sama dengan semua pihak baik guru BK sekolah maupun guru mata pelajaran untuk melancarkan kegiatan-kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan strategi pemodelan kognitif agar dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa. 2) Guru BK diharapkan agar secara berkesinambungan memberikan bimbingan kepada siswa/siswi dengan menerapkan strategi pemodelan kognitif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. 3) Siswa agar secara sadar memanfaatkan strategi pemodelan kognitif melalui layanan bimbingan dan konseling yang diberikan sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri. 4).Diharapkan agar meningkatkan kerjasama dengan guru BK sekolah untuk memotivasi siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.