

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berperan penting dalam perkembangan individu. Menurut Hakim (dalam Oktavia & Syam, 2024), Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan keunggulan dirinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Individu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung mampu menghadapi tantangan, berinteraksi secara sehat, dan mengembangkan potensinya secara optimal.

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Sementara itu, faktor eksternal mencakup pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan sosial (Sitepu et al., 2016).

Individu yang percaya diri cenderung memiliki sikap positif dalam pengambilan keputusan, lebih percaya pada diri sendiri, serta mampu mengatasi rasa takut yang mungkin muncul dalam kehidupan sehari-hari. **Sebaliknya**, individu dengan tingkat kepercayaan diri rendah sering merasa tidak aman, menunjukkan keraguan pada diri sendiri, dan kesulitan dalam beradaptasi (Mega, 2023:2)

Fenomena rendahnya kepercayaan diri juga ditemukan dalam konteks pendidikan. Temuan ini diperoleh peneliti pada Agustus 2025 saat melaksanakan kegiatan Magang Bimbingan dan Konseling (BK) di SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026 melalui analisis AKPD (Angket

Kebutuhan Peserta Didik) yang diberikan kepada kelas VII. Dari data yang diperoleh, peneliti menemukan bahwa 21 dari 29 siswa (72,41%) memilih item nomor 8 dengan pernyataan Saya masih merasa belum memiliki rasa percaya diri.

Selain itu, berdasarkan pengamatan awal dan informasi dari guru Bimbingan dan Konseling SMPK St. Theresia Kupang, sebagian siswa kelas VII menunjukkan gejala kurang percaya diri, hal ini ditandai dengan siswa yang tampak ragu berbicara di depan kelas dan menarik diri dari pergaulan. Kondisi ini menandakan perlunya intervensi agar siswa dapat mengembangkan rasa percaya diri sejak dini.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan sekolah adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Suryani (2019) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sejumlah siswa (8–15 orang) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik-topik aktual. Menurut Hartanti (2022:12), bimbingan kelompok membantu individu memperoleh pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri, sehingga mereka mampu berkembang secara optimal.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa (Puri et al., 2021; Mirzah, 2021). Hal ini terlihat dari meningkatnya pemahaman siswa terhadap aturan-aturan dalam kehidupan serta meningkatnya keyakinan terhadap diri sendiri mengenai cara-cara yang dapat dilakukan dalam

menyelesaikan setiap permasalahannya.

Demikian pula, penelitian yang dilakukan oleh Monika et al., (2025) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok memberikan dampak positif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian lain juga membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII. 1 SMPN 1 Metro (Pranoto et al., 2022).

Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus menitikberatkan pada penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII di Kota Kupang masih jarang ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMPK St. Theresia Kupang.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa perlu melakukan penelitian berjudul: Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah sebagai berikut: Apakah penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

D. Definisi Konseptual

Untuk menghindari kekeliruan, penafsiran yang berkaitan dengan istilah dalam penelitian ini, berikut ini beberapa batasan istilah:

1. Bimbingan Kelompok

Hartanti (2022:11), mendefinisikan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu bentuk bantuan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok melalui penyampaian informasi maupun kegiatan bersama untuk membahas permasalahan pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

Sukardi (2007:64) mengatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai materi dari pembimbing atau konselor untuk menunjang kehidupan sehari-hari sebagai individu, pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta sebagai pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai suatu layanan yang dilaksanakan dalam bentuk kegiatan kelompok, di mana para peserta didik secara bersama-sama menerima informasi atau materi dari pembimbing untuk membahas persoalan terkait pendidikan, pekerjaan, pribadi, maupun

sosial, sehingga dapat menunjang kehidupan sehari-hari serta membantu dalam proses pengambilan keputusan.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya (Mastuti dalam Alpian et al. 2020).

Menurut Anthony (dalam Selviana & Yulinar, 2022), “kepercayaan diri merupakan sikap seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, mandiri, mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan kepercayaan diri adalah sikap mental seseorang yang ditunjukkan melalui keyakinan akan kemampuan diri dalam menerima kenyataan, berpikir positif, mandiri, serta mampu mencapai hal-hal yang diinginkan sesuai kemampuannya.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi:

1. Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada kepala sekolah mengenai pentingnya layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu strategi pengembangan peserta didik, sekaligus menjadi dasar dalam mendukung kebijakan sekolah terkait penyediaan fasilitas, pengaturan

alokasi waktu, serta pemberian dukungan program yang berorientasi pada peningkatan kepercayaan diri siswa.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat menjadi panduan bagi guru BK dalam merancang dan melaksanakan layanan bimbingan kelompok yang tepat guna membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri.

3. Siswa

Penelitian ini dapat memberikan peluang bagi siswa untuk mengembangkan rasa percaya diri, keberanian, dan kemampuan bersosialisasi dengan mengikuti secara aktif kegiatan bimbingan kelompok.