

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VII SMPK  
ST. THERESIA KUPANG TAHUN PELAJARAN 2025/2026**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu  
Pendidikan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan**

**Oleh**

**Maria Egabriela Luan  
NIM: 11122013**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA  
KUPANG  
2026**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maria Egabriela Luan  
NIM : 11120013  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul: Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026 adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan penyimpangan, maka saya bersedia dituntut secara hukum.

Disahkan/diketahui

Pembimbing I



P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S. Fil., MA  
NIDN: 0826127301

Mahasiswa/Pemilik



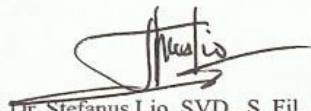
Maria Egabriela Luan  
NIM: 11122013

## LEMBAR PENGESAHAN


Skripsi ini telah disetujui dan disahkan untuk diuji pada tanggal 20 Januari 2026

Oleh

Pembimbing I

  
P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S. Fil., MA  
NIDN: 0826127301

Pembimbing II

  
Drs. Wens Nagul, M.Pd., Kons  
NIDN: 0828116301

Mengetahui

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling

  
Gracianus Edwin Tue P. Lejar, S.Pd., M. Pd  
NIDN: 1515049401

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

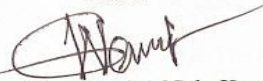
  
Dr. Madar Alexsius, M. Ed  
NIDN: 0827076201

Skripsi ini telah dipertanggungjawabkan dihadapan panitia ujian skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling serta diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan demi memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu (S1) pada tanggal 27 Januari 2026.

PANITIA



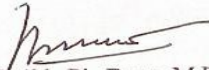
Dra. Maria Erlinda, M.Pd  
NIDN: 0815056602  
Ketua



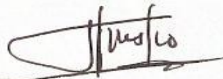
Drs. Wens Nagul, M.Pd., Kons  
NIDN: 0828116301  
Sekretaris



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd  
NIDN: 0822066201  
Penguji I



Dra. Matilda Pia Bone, M.Pd  
NIDN: 0818066201  
Penguji II



P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S. Fil., MA  
NIDN: 0826127301  
Penguji III

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **Motto**

Dalam kesulitan ada jalan kemudahan (Refleksi Pribadi)

### **Persembahan**

Karya ilmiah ini kupersembahkan kepada:

1. Bapak Dominikus Luan dan Mama Djulita Bete Untung
2. Kakak Jeni De Fatima Luan, Migalani Narito Luan dan Adik Dominikus Junior Luan
3. Almamaterku tercinta Universitas Katolik Widya Mandira

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan yang Maha Kuasa yang telah membimbing dan menuntun sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Skripsi ini berjudul: Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII di SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini telah berhasil disusun berkat bantuan, baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti patut menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Madar Aleksius, M.Ed selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira, yang telah membantu peneliti dalam segala urusan administrasi penelitian.
2. Gracianus Edwin Tue P. Lejap, S.Pd., M.Pd sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Widya Mandira yang telah memberikan arahan, serta dukungan kepada peneliti selama menyelesaikan penelitian ini.
3. P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S. Fil., MA sebagai pembimbing I yang dengan sabar membimbing, meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan

arahan kepada peneliti mulai dari penyusunan proposal sampai pada penyelesaian skripsi ini.

4. Drs. Wens Nagul, M.Pd., Kons sebagai pembimbing II yang dengan sabar membimbing, meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan arahan kepada peneliti mulai dari penyusunan proposal sampai pada penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen pada Program Studi Bimbingan dan Konseling yang dengan caranya masing-masing telah membantu peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Bapak/Ibu pegawai pada Program Studi Bimbingan dan Konseling yang dengan caranya masing-masing telah membantu peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Sr. Bergitta. Muti, SSpS, S. E, selaku Kepala SMPK St. Theresia Kupang yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
8. Guru Bimbingan dan Konseling SMPK St. Theresia Kupang yang telah membantu peneliti dalam memperlancar proses penelitian di SMPK St. Theresia Kupang.
9. Siswa kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026 sebagai responden penelitian yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian ini.
10. Bapak Dominikus Luan dan Mama Djulita Bete Untung, kakak Jeni De Fatima Luan, Migalani Narito Luan dan adik Dominikus Junior Luan serta

semua anggota keluarga yang selama ini telah memberikan cinta, doa dan dukungan baik moril maupun material selama proses studi dari semester satu sampai sekarang.

11. Teman-teman seperjuangan angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling yang selalu memberikan semangat dan dukungan untuk peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini, terkhususnya teman Anjela Burak Liwun dan Grace Darlene Malelak.

12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah mendukung peneliti hingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala kritikan dan saran yang bersifat membangun sangat penting agar peneliti dapat memperbaiki skripsi ini.

Kupang, Januari 2026

Peneliti

## ABSTRAK

Judul skripsi: Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026. Masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026?. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 8 orang siswa yang berada di kelas VII E SMPK St. Theresia Kupang, yang memiliki kepercayaan diri sedang dan rendah, teknik pengambilan sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan tipe *pre-Experimental*. Variabel dalam penelitian adalah variabel bebas (X) layanan bimbingan kelompok dan variabel terikat (Y) kepercayaan diri. Alat pengumpul data yang digunakan berupa angket kepercayaan diri dan pedoman layanan bimbingan kelompok. Teknik analisis data menggunakan uji t. Hasil analisis menunjukkan  $t_{hitung}$  sebesar 12,973 sedangkan nilai  $t_{tabel}$  2,306 pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPK St. Theresia Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberi saran kepada: a) Kepala sekolah diharapkan untuk lebih mengkoordinir dan mendukung seluruh program Bimbingan Konseling, agar terlaksana dengan

baik guna membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri. b) Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat mengoptimalkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan pendekatan dan teknik layanan yang tepat, sehingga mampu mendorong siswa untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat serta berinteraksi sosial. c) Siswa diharapkan berpartisipasi aktif dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk peningkatan kepercayaan diri.

## ***ABSTRACT***

Thesis title: Implementation of Group Guidance Services to Increase Self-Confidence of Grade VII Students of SMPK St. Theresia Kupang in the Academic Year of 2025/2026. The problem in this study is whether the implementation of group guidance services can increase the self-confidence of grade VII students of SMPK St. Theresia Kupang in the Academic Year of 2025/2026? This study aims to determine the implementation of group guidance services can increase the self-confidence of grade VII students of SMPK St. Theresia Kupang in the Academic Year of 2025/2026. The population in this study amounted to 30 people, to find out the sample in the study, the researcher conducted a pretest. The results of the pretest showed that 5 students had low self-confidence and 3 students had moderate self-confidence. Therefore, students who had low and moderate self-confidence were used as samples in this study. This type of research is quantitative research with a pre-Experimental type. The variables in the study are the independent variable (X) group guidance services and the dependent variable (Y) self-confidence. The data collection tools used were self-confidence questionnaires and group guidance service guidelines. The data analysis technique used the t test. The results of the analysis show that t count is 12.973 while the t table value is 2.306 at a significance level of 5%. Thus,  $t \text{ count} > t \text{ table}$  then  $H_a$  is accepted and  $H_o$  is rejected, this shows that group guidance services can increase the self-confidence of class VII students of SMPK St. Theresia Kupang in the 2025/2026 academic year. Based on the results of this study, the researcher provides suggestions to: a) The principal is expected to better coordinate and support all Guidance and Counseling programs,

so that they are implemented well to help students increase their self-confidence. b) Guidance and Counseling teachers are expected to optimize the implementation of group guidance services by applying appropriate service approaches and techniques, so as to encourage students to increase their self-confidence in expressing opinions and interacting socially. c) Students are expected to actively participate in following group guidance services implemented by Guidance and Counseling teachers to increase their self-confidence

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	ix
<b>ABSTRACT</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xvi
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xvii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xviii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Definisi Konseptual .....	4
E. Manfaat penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	7
A. Teori-teori Tentang Variabel-variabel Penelitian .....	7
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	15
C. Kerangka Konseptual .....	18
D. Hipotesis Penelitian .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	21
A. Jenis Penelitian .....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	22
C. Populasi dan Sampel .....	22
D. Definisi Operasional Variabel .....	23
E. Instrumen Penelitian .....	24
F. Pengumpulan Data .....	30
G. Teknik Analisis Data .....	48
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	52
A. Hasil .....	52
B. Pembahasan .....	57

<b>BAB V PENUTUP</b> .....	59
A. Simpulan .....	59
B. Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	60
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	62

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban .....	25
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Angket Kepercayaan Diri .....	27
Tabel 3.3 Uji Reliabilitas .....	29
Tabel 3.4 Pedoman kategori Kepercayaan Diri .....	33
Tabel 3.5 Uji Normalitas.....	50
Tabel 4.1 Data Hasil <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri .....	52
Tabel 4.2 Data Hasil <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri Sampel Penelitian .....	53
Tabel 4.3 Data Hasil <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri .....	54
Tabel 4.4 Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	55
Tabel 4.5 Hasil Uji t .....	56

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual .....	19
-------------------------------------	----

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Data <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri .....	54
Grafik 4.2 Data <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri .....	55
Grafik 4.3 Perbedaan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Pelaksanaan <i>Treatment</i> Hari ke-1 .....	34
Gambar 3.2 Pelaksanaan <i>Treatment</i> Hari ke-2 .....	37
Gambar 3.3 Pelaksanaan <i>Treatment</i> Hari ke-3 .....	40
Gambar 3.4 Pelaksanaan <i>Treatment</i> Hari ke-4 .....	43
Gambar 3.5 Pelaksanaan <i>Treatment</i> Hari ke-5 .....	45
Gambar 3.6 Pelaksanaan <i>Posttest</i> .....	48