**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Manusia merupakan mahluk biopsikososial dimana terdapat pengertian bahwa manusia merupakan mahluk yang berdasarkan biologi, psikologi dan hubungan sosial dengan lingkungan sekitar, dimana ketiga unsur tersebut saling terikat untuk saling mempengaruhi dan dipengaruhi, kondisi biologi manusia mempengaruhi psikologi manusia, dimana segala aspek yang terjadi didalam kondisi biologis manusia ini akan di olah lewat psikologi dengan penerimaan maupun penolakan, dan dari kedua hubungan tersebut akan sangat mempengaruhi sikap seseorang dalam memasuki ke dunia masyarakat atau sosial. Dalam psikologi terdapat dua aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan bersosial manusia, yaitu rasa percaya diri dan superioritas (Ghufron, 2012).

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang *urgen* untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok (Ghufron, 2012).

1

Kepercayaan diri merupakan salah satu kunci keberhasilan hidup seseorang. Kehidupan nyata menunjukkan banyak keberhasilan dalam pekerjaan dan berbagai kehidupaan lainnya dipengaruhi oleh kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan salah satu bagian dari kunci keberhasilan hidup seseorang. Kesuksesan dalam bidang apapun tidak mungkin dicapai seseorang jika tidak memiliki rasa percaya diri yang cukup. Dari sini bisa dikatakan bahwa rendahnya kepercayaan diri tentunya akan menghambat seseorang untuk mencapai harapannya dan kurang berani dalam melakukan suatu kegiatan atau sebaliknya seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan lebih berani dalam melakukan segala hal. Kepercayaan diri yang rendah membuat seseorang mudah dihinggapi oleh perasaan ragu, cemas, rendah diri dan gejala kejiwaan lainnya yang menghambat seseorang untuk melakukan sesuatu.

Kenyataannya tidak setiap orang memiliki rasa percaya diri yang tinggi dengan mudah, sebagian besar orang justru mengalami gejala-gejala tidak percaya diri dengan intensitas yang beragam. Gejala rasa tidak percaya diri dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu di dalam berbagai aspek kepribadian seseorang, dimana kelemahan tersebut akan mempengaruhi kepercayaan diri yang nantinya dapat menghambat seseorang dalam mencapai tujuan dalam hidupnya. Selain itu faktor yang melatarbelakangi gejala tidak percaya diri yang parah adalah adanya rasa minder atau rendah diri karena orang tersebut memiliki banyak kekurangan dalam berbagai segi, seperti kelainan fisik, kemampuan ekonomi yang lemah, pendidikan rendah, buruk rupa maupun kekurangan dalam segi-segi lain yang membuatnya merasa lebih rendah dari orang lain. Masalah akan jauh lebih parah jika seseorang pernah mengalami penghinaan yang hebat dan membuatnya *shock* mental (trauma) sehingga gangguan tersebut akan selalu menetap di dalam batin dan menghalanginya untuk bisa tampil percaya diri yang baik dalam pergaulan. Kepercayaan diri sangat penting dalam kehidupan, karena dengan kepercayaan diri seseorang akan lebih mampu dalam mengoptimalkan sesuatu yang telah dimiliki dan menumbuhkan potensi yang ada dalam diri.

Kepercayaan kepada diri sendiri dapat mencapai dua hal penting yaitu: kekuatan untuk bertekun dalam pekerjaan dan akan mempengaruhi orang lain untuk mempercayai kita, baik kemampuan, penilaian, dan mungkin yang lebih penting lagi, nilai gagasan kita. Jika kita memiliki kepercayaan kepada diri kita, maka akan menemukan bahwa sangat mudah untuk meyakinkan orang lain agar percaya kepada kita. Tunjukkan rasa percaya diri melalui kemampuan kita untuk memecahkan problem secara kreatif, untuk membuat orang lain merasa lega, untuk melenyapkan rasa takut dan bimbang yang dapat memojokkan kita jika membiarkannya.

Lenyapkan rasa takut, hal itu tidak kreatif. Mungkin alasan paling sering yang diberikan untuk tidak menyarankan suatu gagasan ialah: ‘’Saya takut’’. Rasa takut dari luar seringkali tidak beralasan. Kita takut kepada apa yang akan ‘’mereka’’ pikirkan; bahwa hal itu akan membuat kita kehilangan, Bahwa: ‘’Saya akan membuat kesalahan’’, atau yang terburuk: ‘’Saya akan kehilangan pekerjaan saya’’. Untuk mencapai sukses dalam segala sesuatu, kita harus mengambil resiko. Jika kita meneliti semua alasan mengapa tidak mencoba sesuatu yang baru, kemungkinan besar belum pernah mencobanya.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 11 April 2013 dengan mengadakan wawancara langsung dengan guru pembimbing Ibu Hj. Rasmidah, S.Pd di SMK Negeri 2 Pinrang tentang adanya kepercayaan diri rendah yang dimiliki oleh siswa. Teridentifikasi banyak siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hal ini ditunjukkan dengan adanya sikap siswa yang tidak berani mengemukakan pendapat, pesimis, takut gagal, selalu menempatkan dirinya pada level terakhir karena menganggap dirinya kurang mampu, cenderung menolak pujian, mudah menyerah, sulit menerima realita diri. Hal ini juga menyebabkan siswa tidak dapat melakukan hubungan sosial dengan baik dan kemungkinan gagalnya siswa melaksanakan dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah.

Dengan melihat efek yang ditimbulkan dari kepercayaan diri yang rendah dan akan memberikan efek negatif seperti menyimpan rasa takut, sulit menerima realita diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, pesimis, takut gagal, dan selalu menempatkan diri sebagai yang terakhir karena menilai dirinya tidak mampu, maka hal ini perlu diatasi segera mungkin. Berbagai cara dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri yang rendah dan salah satunya adalah dengan menggunakan teknik bibliokonseling. Hal ini sesuai dengan pendapat Novitawati (Arifin, 2011) intervensi bibliokonseling dapat dikelompokkan dalam empat tingkatan, yaitu intelektual, sosial, perilaku, dan emosional. Pertama, pada tingkat intelektual individu memperoleh pengetahuan tentang perilaku yang dapat memecahkan masalah, membantu pengertian dini, serta mendapatkan wawasan intelektual. Kedua, di tingkat sosial, individu dapat mengasah sosialnya. Siswa dapat melampaui bingkai referensinya sendiri melalui imajinasi orang lain. Teknik ini dapat menguatkan pola-pola sosial, budaya, menyerap nilai kemanusiaan dan saling memiliki. Ketiga, tingkat perilaku individu akan mendapatkan kepercayaan diri untuk membicarakan masalah-masalah yang sulit didiskusikan akibat perasaan takut, malu, dan bersalah. Lewat membaca, individu didorong untuk diskusi tanpa rasa malu akibat rahasia pribadinya terbongkar. Keempat, pada tingkat emosional, individu dapat terbawa perasaannya dan mengembangkan kesadaran menyangkut wawasan emosional. Teknik ini dapat menyediakan solusi-solusi terbaik dan rujukan masalah sejenis yang telah dialami orang lain sehingga merangsang kemauan yang kuat pada individu untuk memperbaiki diri. Berdasarkan latar belakang inilah, konselor mencoba untuk menerapkan teknik bibliokonseling dan melihat keefektifan konseling ini dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

1. **Rumusan Masalah**

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik bibliokonseling pada siswa kelas XII TKJ (Teknik Komputer Jaringan) di SMK Negeri 2 Pinrang?
2. Apakah penerapan Teknik bibliokonseling dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XII TKJ (Teknik Komputer Jaringan) di SMK Negeri 2 Pinrang?
3. **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik bibliokonseling pada siswa kelas XII TKJ di SMK Negeri 2 Pinrang.
2. Untuk mengetahui apakah penerapan Teknik bibliokonseling dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XII TKJ di SMK Negeri 2 Pinrang.
3. **Manfaat Penelitian**

Dengan tujuan seperti dikemukakan tersebut, hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat secara teoritis dan praktis, yakni:

1. Manfaat Teoritis
2. Bagi akademis, sebagai bahan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dalam upaya meningkatkan mutu mahasiswa dalam jurusan tersebut.
3. Bagi peneliti, menjadi bahan acuan atau referensi untuk mengkaji lebih dalam sejauh mana penerapan bibliokonseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.
4. Manfaat Praktis
5. Bagi guru pembimbing (konselor sekolah), diharapkan menjadi masukan dalam menghadapi permasalahan siswa, terutama dalam mengubah perilaku siswa ke arah lebih positif.
6. Bagi siswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai latihan untuk membantu dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi.
7. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pelajaran atau rujukan kedepannya jika sudah terjun ke lapangan sebagai seorang pembimbing (konselor).

**BAB II**

**TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS**

1. **Tinjauan Pustaka**
2. **Konsep dasar Bibliokonseling**

Konsep biblioterapi merujuk kepada efek terapeutik dari membaca buku. Secara umum, ada dua kategori buku yang digunakan dalam bibilioterapi. Kategori pertama mengandung manual eksplisit *self-help*, yang didesain untuk memungkinkan orang-orang memahami dan memecahkan masalah tertentu dalam hidup mereka. Buku *self-help* biasanya mengandung latihan dan saran tindakan, dan karena itu sering kali dianggap berorientasi behavioral. Buku lain yang sering kali digunakan dalam bibilioterapi adalah buku teks, biasanya berkenaan dengan topik psikologi, yang secara esensial mendiskusikan ide dan pengalaman ketimbang berorientasi secara eksplisit kearah perubahan perilaku (McLeod, 2010: 496)

Bibliokonseling adalah pendekatan bimbingan dan konseling dengan menggunakan informasi atau pengetahuan yang terdapat dalam buku pustaka. Dengan menggunakan buku bacaan sebagai alat untuk membantu siswa agar guru BK memiliki ribuan alternatif bantuan untuk membimbing siswa, khususnya yang mengalami masalah. Mulai dari komik, buku cerita, artikel dari koran atau majalah, novel, teenlit atau bahkan buku-buku yang tergolong berat seperti tulisan ilmiah.

8

Istilah bibliokonseling diadopsi dari teori dan praktik psikologi yaitu biblioterapi. Jadi, dalam penelitian ini penjelasan mengenai bibliokonseling diambil dari penjelasan biblioterapi.

1. **Pengertian Bibliokonseling**

Menurut Mahmud & Sunarty (2008: 19) bahwa: ‘’Bibliokonseling adalah proses penggunaan bahan-bahan bacaan untuk membantu siswa dalam memecahkan masalah penyesuaian dan perkembangan pribadi dan sosial siswa’’. Kemudian Mahmud & Sunarty menambahkan (2008: 4) bahwa :

Bibliokonseling adalah teknik kognitif yang digunakan konseling Rasional Emotif Behavior therapy untuk mengembangkan akar-akar keyakinan irrasional dan logis dalam diri siswa serta melatih siswa berfikir rasional dan logis dengan mempelajari bahan-bahan yang dipilih dan ditentukan oleh konselor**.**

Dalam buku Neugrug (2009: 102) mengemukakan bahwa:

Biblioterapi biasa juga disebut bibliokonseling adalah suatu teknik konseling dalam bentuk penyediaan sejumlah bahan bacaan untuk dibaca oleh konseli sesuai dengan permasalahan spesifik yang dihadapi oleh konseli dengan membaca buku, konseli dapat melakukan perubahan cara fikir dan cara bertindak yang sesuai dengan isu-isu permasalahan yang dihadapi.

Pardeck (Jamila: 2007) mengemukakan ‘’*bibliotherapy can be defined as the use of books to help people solve problems. Another, more precise definition is that bibliotherapy is a family of technique for structuring interaction between a facilitator and participant based on mutual sharing of literature.* Secara sederhana dapat dikemukakan bahwa biblioterapi dapat didefinisikan sebagai buku yang berguna untuk membantu mengatasi masalah setiap orang. Definisi lain lebih khusus bahwa biblioterapi adalah suatu rumpun teknik struktur interaksi antara seorang fasilitator dan seorang partisipan berdasarkan literatur yang sama)’’.

Smith (Jamila: 2007: 29) mendefinisikan biblioterapi sebagai:

*The use of books in healing however, has been interpreted differently by classical scholars, physicians’, psychologists, social workers, nurses, parents, teachers, librarians, and counselors. There is, in fact, confusion in determining the dividing line between reading guidance and bibliotherapy. And the vast amount of professional literature that is available on bibliotherapy* (Kegunaan buku ini adalah untuk menyembuhkan, tetapi telah diinterpretasikan berbeda oleh sarjana terdahulu, dokter, psikolog, pekerja sosial, perawat, orang tua, guru, pustakawan, dan konselor. Tetapi pada kenyataannya, sulit menentukan garis pemisah antar membaca terbimbing dan biblioterapi. Dan kebanyakan literatur terbaik diperoleh dalam biblioterapi).

Harbert & Kent (Jamila. 2007: 30) mengemukakan bahwa:

*Teenage readers, for example, may feel relief that they are not the only ones facing a specific problems. They learn vicariously how to solve their problems by reflecting on how the characters in the book solve their* (sebagai contoh, pembaca pemula, mungkin merasakan bahwa hanya mereka yang menghadapi masalah yang spesifik. Mereka belajar seolah-olah mengalami sendiri bagaimana mengatasi masalah dengan merefleksikan pada cara tokoh-tokoh dalam buku mengatasi masalah mereka).

Menurut Lanasa, Criscoe, Terry dan Brennan (Jamila: 2007: 30)

*Bibliotherapy is defined as healing through book, reading books to help solve and better understand personal problems, and/or. Mutual sharing of literature to structure interaction between a facilitator and participant* (Biblioterapi didefinisikan sebagai penyembuh melalui buku membantu untuk mengatasi dan lebih mengerti masalah pribadi, dan/ atau, saling berbagi literatur untuk struktur interaksi antara fasilitator dan partisipan).

“*Bibliotherapy or reading therapy is a therapy in which a person suffering from depression reads self-help books and other motivational books in between therapies to speed up the recovery* (Biblioterapi atau terapi membaca adalah terapi dimana seseorang yang menderita karena depresi membaca buku *self-help* dan semua buku yang memberi motivasi antara terapi yang cepat menyembuhkan)*”* (Smith: 2000).

Menurut Pardeck (Abdullah, 2007: 1). “*Bibliotherapy generally refers to the use of literature to help people cope with emotional problems, mental illness, or changes in their lives* (Biblioterapi biasanya mengacu pada penggunaan literatur untuk membantu mengatasi seseorang dengan masalah emosional, sakit jiwa, atau perubahan dalam hidupnya)*”*; Lenkowsky tahun 1987, Adderholdt**-**Elliott & Eller, tahun 1989 (Abdullah, 2007: 1) mengemukakan “*or to produce affective change and promote personality growth and development* (Atau memberikan perubahan yang efektif dan meningkatkan kemajuan kepribadian dan perkembangannya)*”*. Dan Hebert & Kent pada tahun 2000 (Abdullah, 2007: 1) “*By providing literature relevant to their personal situations and developmental needs at appropriate times* (Dengan memberikan litertur yang sesuai dengan kondisi kepribadian mereka dan kebutuhan perkembangan yang tepat pada waktunya)*”*

Gladding(Abdullah, 2007: 3) menambahkan hal yang mendasar dari biblioterapi dalam adalah:

*Clients identify with literary characters similar to themselves, an association that helps the clients release emotions, gain new directions life, and explore new ways of interacting* (klien mengidentifikasi dengan karakter literatur yang sama dengan mereka sendiri, yang diasosiasikan dengan menolong klien mengeluarkan emosinya, memperoleh bimbingan hidup yang baru, dan mengeksplorasi cara interaksi yang baru)*”*.

White (Jamila: 2007) mengemukakan pula biblioterapi adalah: *using the reading of books as way to heal yourself, again insight, or solve problem. Although it is often associated with ‘’self-help’’ books, any kind of book, and as you read, a dialog begins to take palace between the two of you. You interpret what you read in light of your own experiences, and this become a part of the book* (menggunakan buku sebagai cara untuk terapi diri sendiri, menambah wawasan, atau mengatasi masalah. Walaupun selalu diasosiasikan dengan buku *self-help*, berbagai macam buku, fiksi atau non fiksi dapat digunakan. Biblioterapi adalah proses yang dinamis, maksudnya adalah bahwa anda dapat bertemu dengan penulis dalam setiap halaman buku, dan seperti yang anda baca, dialog dimulai antara anda menginterpretasikan apa yang anda baca sebagai pengalaman anda sendiri, dan menjadi bagian dari buku).

Dari beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa bibliokonseling adalah suatu teknik konseling dalam bentuk penyediaan sejumlah bahan bacaan untuk dibaca oleh konseli yang menghadapi masalah yang spesifik dengan melalui buku, membantu untuk mengatasi dan lebih mengerti masalah pribadi mereka, dan saling berbagi literatur. Selain itu, biblioterapi adalah (1) penyembuhan menggunakan buku; (2) treatmen tambahan dengan menggunakan buku atau bahan tertulis; (3) penggunaan media buku dalam membantu individu/kelompok menyelesaikan masalah emosional, mental yang sakit, dan perubahan hidupnya; (4) Proses interaksi antara partisipan dengan fasilitator dalam berbagai literatur yang sama dalam menyelesaikan suatu masalah.

1. **Tujuan Bibliokonseling**

Menurut Abdullah (Jamila: 2007) biasanya aktivitas dalam biblioterapi bertujuan untuk: *(1) provide information, (2) provide insight, (3) stimulate discussion about problems, (4) communicate new palues and attitudes, (5) crate awareness that other people have similar problems, (6) provide realistic solutions to problems*. Dengan demikian tujuan bibliokonseling adalah untuk memberikan informasi, wawasan/pengetahuan, stimulus diskusi yang berkaitan dengan masalah, mengkomunikasikan kemampuan dan sikap baru, menyadarkan orang lain tentang masalah yang sama, memberikan solusi yang nyata terhadap masalah.

Fitzgerald ([www.minddisorders.com](http://www.minddisorders.com), diakses tgl 21 februari 2013, Pukul : 19.30) juga mengemukakan tujuan biblioterapi adalah sebagai berikut:

1. Untuk memperoleh pemahaman klien yang luas dan mendalam mengenai masalah tertentu yang memerlukan terapi.
2. Merupakan bahan tertulis yang dapat mendidik klien mengenai gangguan terhadap dirinya atau digunakan untuk meningkatkan klien menerima terapi yang diusulkan.
3. Banyak orang menemukan peluang untuk membaca tentang masalah-masalahnya di luar ruangan psikoterapi yang memudahkan keikutsertaan dalam meningkatkan rasa tanggung jawab yang kuat terhadap dirinya untuk penyembuhannya.
4. Selain itu, banyak yang menemukan bahwa ada yang sama dengan dirinya, berhasil mengatasinya dengan biblioterapi.
5. Dari sudut pandang psikoterapi, apabila klien dengan informasi dan latihan khusus di luar ruang dapat mempercepat kemajuan dalam terapi.

Menurut Gregory, Canning, Lee, dan Wise (Jamila: 2007) Tindakan Biblioterapeutik dilakukan karena banyak alasan:

* 1. Untuk pengembangan konsep diri;
  2. Untuk meningkatkan pemahaman individu tentang tingkah laku manusia atau motivasi;
  3. Untuk membantu perkembangan penilaian individu yang benar;
  4. Memberikan jalan bagi individu untuk menemukan minat diluar dari diri;
  5. Untuk mengurangi emosi dan tekanan mental;
  6. Untuk menunjukkan kepada individu bahwa bukan dia yang pertama atau hanya dia orang menghadapi masalah seperti itu;
  7. Untuk menunjukkan pada individu bahwa ada banyak solusi untuk masalahnya;
  8. Untuk membantu individu membahas masalahnya dengan leluasa; dan
  9. Untuk membantu individu merencanakan rangkaian kegiatan yang membangun untuk mengatasi masalah.

1. **Teknik Bibliokonseling**

Menurut Brown & Lent (Mahmud & Sunarty: 2008) mengemukakan 4 teknik konseling pustaka atau bibliokonseling yaitu:

1. Kelola sendiri, menegaskan klien ke perpustakaan atau mempelajari bahan-bahan bacaan yang tersedia di rumah.
2. Kontak minimal, disamping menugaskan klien ke perpustakaan atau mempelajari bahan-bahan bacaan terpilih, juga di tindak lanjuti dengan pertemuan antar konselor dan klien untuk membicarakan apa yang telah dipelajari. Kontak ini bisa melalui pertemuan tatap muka juga bisa melalui surat menyurat atau telpon.
3. Kelola konselor, konselor menciptakan kondisi seperti mengadakan pertemuan secara teratur dengan memimpin pertemuan atau narasumber dengan tetap berpedoman pada materi bibliokonseling.
4. Arahan konselor, mengadakan pertemuan wawancara kelompok secara regular (mingguan).
5. **Prinsip Bibliokonseling**

Mahmud & Sunarty (2008) mengemukakan bahwa prinsip penggunaan konseling pustaka yaitu:

1. Buku atau artikel yang disarankan konselor harus mengandung kebenaran dan memiliki daya pengubah;
2. Konselor memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap buku yang disarankan;
3. Rentang waktu untuk membaca buku atau artikel tidak terlalu lama;
4. Hasil bacaan perlu di diskusikan;
5. Sediakan daftar buku-buku sebagai alternatif pilihan klien;
6. Buku yang digunakan dipilih yang tipis;
7. Perwajahan dan disain buku memiliki daya tarik.

Jadi, dapat dikatakan bahwa prinsip bibliokonseling yaitu bahan bacaan yang digunakan harus tipis dan memiliki daya tarik, sehingga konseli tidak bosan membaca bahan bacaan.

1. **Prosedur Pelaksanaan Bibliokonseling**

Adapun tahap-tahap prosedur pelaksanaan bibliokonseling Menurut Mahmud & Sunarty (2008), dapat dikemukakan sebagai berikut: (1) Konselor meminta konseli membaca buku; (2) Konselor meminta konseli secara berkelompok membaca satu bacaan; (3) Konseli mendiskusikan materi bacaan; (4) Konselor memberikan balikan.

Aiex (Jamila: 2007) mengemukakan bahwa hal yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan biblioterapi adalah:

1. *Identify students needs. This is done through observation, parent conferences, student writing assignments, and the review of school records.*
2. *Match the students with appropriate materials. In books which deal with divorce, a death in the family, or whatever students needs have been identified. Keep the following in mind: (a) the book must be at the students reading ability level, (b) the text must be at an interest level appropriate to the maturity of the student, (c) the theme of the readings should be believable so that the student can empathize their predicaments, (e) the plot of the story should be realistic and involve creativity in problem solving.*
3. *Decide on the setting and time for sessions, and how sessions will be introduced to the student.*
4. *Design follow-up activities or the reading (e.g., discussion, paper writing, drawing, drama).*
5. *Motivate the student with introductory activities.*
6. *Engage in the reading viewing, or listening phase.*
7. *Take a break or allow a few minutes for the student of reflect on the material.*
8. *Introduce the follow-up activities.*
9. *Assist the student in the achieving closure thought discussion and a listing of possible-solutions, or some other activity.*

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, penulis mengemukakan secara lengkap pelaksanaan biblioterapi dari hasil terjemahan sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi kebutuhan siswa melalui pengamatan, konferensi orang tua, tugas-tugas penulisan siswa, dan tinjauan ulang dari sekolah.
2. Siswa memerlukan bahan-bahan bacaan yang sesuai misalnya (a) buku tersebut harus sesuai dengan tingkat kemampuan membaca siswa; (b) buku bisa harus sesuai dengan tingkat kemampuan membaca siswa; (c) tema dari bahan bacaan sesuai dengan kebutuhan siswa; (d) karakter dari buku dapat dirasakan oleh siswa; (e) alur cerita dari kisah itu harus realistis yang melibatkan kreativitas di dalam memecahkan masalah.
3. Ada pengaturan waktu dan tempat dari setiap segi dan bagaimana memperkenalkannya kepada siswa.
4. Desain tindak lanjut dalam membaca (diskusi, karya tulis, menggambar, drama).
5. Memotivasi siswa sebagai pengantar aktivitas.
6. Siswa mau terlibat dalam membaca, mengamati, atau tahap mendengarkan.
7. Memberikan siswa waktu untuk berfikir.
8. Memperkenalkan aktivitas tindak lanjut.
9. Membantu siswa menutup diskusi.

Oslen (Arifin: 2011) menyarankan lima tahap penerapan bibliokonseling, baik dilakukan secara pribadi maupun kelompok, meliputi:

1. Pertama, awali dengan motivasi. Peneliti/konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan atau bermain peran, yang dapat memotivasi konseli untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan treatment.
2. Kedua, memberikan waktu yang cukup untuk membaca bahan-bahan bacaan yang telah disiapkan hingga selesai. Sebelumnya, peneliti/konselor sudah memahami benar bahan-bahan bacaan yang disediakan.
3. Ketiga, lakukan inkubasi. Peneliti/konselor memberikan waktu pada konseli untuk merenungkan dan merefleksi materi yang baru saja mereka baca.
4. Keempat, tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Melalui diskusi, konseli mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Kemudian, peneliti/konselor membantu konseli untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya.
5. Kelima, evaluasi. Sebaiknya evaluasi dilakukan secara mandirioleh konseli. Hal ini dilakukan untuk memancing konseli memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami.
6. **Kelebihan dan Kelemahan Bibliokonseling**
   * + 1. **Kelebihan Bibliokonseling**

Menurut Mahmud & Sunarty (2008) bahwa kelebihan dari bibliokonseling adalah berfungsi terapeutik yaitu: dapat menghemat waktu, mempunyai nilai sumatik, merangsang untuk berfikir, memungkinkan konselor untuk memberikan dorongan kepada klien. Sedangkan white ([www.minddisorders.com](http://www.minddisorders.com), diakses tgl 22 Februari 2013 Pukul: 20.30 WITA) mengemukakan kelebihan bibliokonseling adalah:

*Bibliotherapy is used as an adjunct to more traditional forms of psychotherapy. Practitioners of cognitive-behavioral therapies are among the most enthusiastic supporters of bibliotherapy. Particularly in the development of individualized treatment protocols, including workbooks, for specific disorders. For example, clients with eating disorders, especially bulimia nervosa, often benefit from receifing educational information appropriate to their stage of recovery, such as books or articles about cultural biases regarding weight, attractiveness, and dieting. This information helps clients better understand the rationale for their treatment an to work on new skills or behavioral changes more effectively.*

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa biblioterapi cenderung digunakan sebagai wujud tradisional dari psikoterapi. Biblioterapi banyak mendapat dukungan ahli-ahli psikoterapi dalam hal buku-buku, catatan-catatan mengenai gangguan yang spesifik. Misalnya, klien yang mengalami gangguan makan terutama bau lima nervosa, bermanfaat dalam menerima informasi pendidikan sesuai dengan tahap penyembuhannya. Dalam hal ini buku tentang berat badan, daya pikat, dan diet yang berhubungan dengan pola makan, dapat menjadi informasi dalam membantu klien lebih memahami dasar pemikirannya mengenai keterampilan barunya dan perubahan prilaku yang efektif. Dengan demikian, biblioterapi dapat membantu orang yang tidak memiliki waktu dan biaya besar untuk datang pada psikoterapi, melainkan hanya memerlukan buku-buku untuk dibaca.

McLeod, Jhon (2010: 496) mengemukakan bahwa Biblioterapi dapat menjadi cara yang efektif untuk memfasilitasi wawasan dan perubahan dalam diri klien, khususnya jika dikombinasikan dengan konseling bertatap muka dan kontak telepon.

* + - 1. **Kelemahan Bibliokonseling**

Keterbatasan bibliokonseling menurut Mahmud & Sunarty (2008) adalah dapat menimbulkan sikap resistensi, adanya anggapan-anggapan klien bacaan dapat memecahkan masalahnya dan dapat memperkuat kecemasan yang telah dialami.

Glading (Jamila: 2007) mengemukakan efetivitas biblioterapi mungkin terbatas dari tersedianya materi pada topik yang cocok, serta kekurangan klien dalam kesiapan dan kerelaan untuk membaca. Klien juga merancang pendorong dalam karakter dan menggunakan persepsi dan solusi mereka sendiri. Tambahan partisipan mungkin defensif, memotong kegiatan dari karakter dan kekurangan dalam mengidentifikasinya, atau mengakhirinya dengan pengkambinghitaman.

McLeod, Jhon ( 2010: 497) mengemukakan bahwa :

Banyak teori dan riset dalam konseling yang menekankan nilai penting hubungan terapeutik, akan tetapi dalam biblioterapy tidak terdapat hubungan langsung. Efektivitas biblioterapy pada daerah lain seperti kegemukan, merokok, masalah seksual dan ketegasan sulit untuk dinilai karena kelemahan metodelogis dalam studi yang telah dilaksanakan. Selain itu, biblioterapy tampaknya hanya akan lebih efektif jika ditujukan kepada klien berusia lanjut dan berpendidikan.

Keterbatasan seorang fasilitator juga merupakan sebuah tantangan yaitu: keterbatasan pengetahuan seorang fasilitator terhadap perkembangan manusia dan perkembangan masalah, dan tidak cukupnya pengetahuan tentang literatur yang tepat. Salah satu dari keterbatasan dalam proses biblioterapi adalah sebagai contoh klien mungkin segan untuk berdiskusi dalam ruangan yang tidak nyaman, atau fasilitator mungkin mendesak pengeluaran. Proses ini terbatas pula jika antara konselor dan klien berada pada permukaan masalah.

1. **Bimbingan Kelompok**
   * + 1. **Pengertian Bimbingan Kelompok**

Pelaksanaan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan mereka sehari-hari. Dan atau untuk pengembangan diri baik secara individual maupun sebagai siswa, dan untuk pengambilan keputusan dan atau tindakan tertentu Sumardi (Sukardi: 2000).

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Menurut Gazda (Prayitno, 1995: 308) ’’Bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat”.

Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Dengan demikian jelas bahwa dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.

Menurut Sukardi (2000) ”bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik yang secara bersama-sama memperoleh berbagai pengetahuan yang berfungsi menunjang kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar melalui dinamika kelompok”.

Menurut Nurihsan (2006: 23) bimbingan kelompok adalah:

Bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok, bimbingan kelompok berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

Romlah (1989: 3) mengemukakan bahwa: “Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok”. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.

* + - 1. **Keterampilan dan Sikap Serta Peranan Pemimpin Kelompok**
  1. Keterampilan dan sikap pemimpin kelompok.

Menurut Prayitno (1995: 34) ”setiap pemimpin kelompok, khususnya dalam kegiatan bimbingan kelompok harus menguasai dan membangkitkan keterampilan dan sikap yang memadai untuk terselenggaranya kegiatan kelompok”. Adapun beberapa keterampilan dan sikap antara lain:

1. Kehendak dan usaha untuk mengenal dan mempelajari dinamika kelompok.
2. Kesedian menerima orang lain tanpa pamrih.
3. Kehendak untuk dapat didekati dan membantu tumbuhnya saling hubungan antara anggota kelompok.
4. Kesediaan menerima pandangan dan sikap yang berbeda dalam kelompok.
5. Pemusatan perhatian terhadap suasana, perasaan dan sikap seluruh anggota kelompok termasuk dirinya sendiri sebagai pemimpin kelompok.
6. Pemeliharaan saling hubungan antar kelompok.
7. Pengarahan yang teguh demi tercapai tujuan bersama yang telah ditetapkan.
8. Keyakinan akan manfaat proses dinamika kelompok.
9. Rasa humor bahagia dan percaya terhadap diri sendiri dan orang lain.
   1. Peranan anggota dan pemimpin kelompok
10. Peranan anggota kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok sebagaian besar isi, arah, dan tujuan bimbingan kelompok hanya ditentukan oleh peranan para anggotanya. Adapun beberapa peranan yang harus dijalankan sebagai anggota kelompok menurut Prayitno (1995: 32) adalah:

* + 1. Membantu terbinanya suasana keakraban dalam kelompok
    2. Membantu tercapainya tujuan bersama
    3. Ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok
    4. Mampu berkomunikasi secara terbuka dalam kelompok
    5. Berusaha membantu teman-teman dalam kelompok, dan
    6. Menyadari penting kegiatan kelompok.

1. Peranan pemimpin kelompok

Menurut Prayitno (1995) selain anggota kelompok, pimpinan kelompok juga memegang peranan penting dalam bimbingan kelompok. Beberapa peranan yang harus dilaksanakan sebagai pemimpin kelompok adalah:

* + 1. Memberikan bantuan dan pengarahan kepada kelompok, baik berupa isi maupun proses dalam bimbingan kelompok;
    2. Membantu anggota kelompok untuk dapat menjalankan peranan dengan baik;
    3. Memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok;
    4. Mengatur lalu lintas kegiatan kelompok; dan
    5. Menjaga agar kegiatan kelompok tidak merusak atau menyakiti satu orang atau lebih anggota kelompok.
       1. **Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dalam Bibliokonseling**

Kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dalam 4 tahap, yaitu 1) tahap pembentukan, 2) tahap peralihan, 3) tahap kegiatan, dan 4) tahap pengakhiran, Prayitno (1995: 40). Sedangkan menurut Nurihsan (2005) penyelenggaraan bimbingan memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan yang memadai, dari langkah awal sampai dengan evaluasi dan tindak lanjutnya.

1. Langkah awal

Langkah awal atau tahap awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap untuk melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah awal dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para siswa, pengertian, tujuan dan kegunaan bimbingan kelompok. Setelah penjelasan ini langkah selanjutnya menghasilkan kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan bagian kegiatan bimbingan kelompok.

1. Perencanaan kegiatan

Perencanaan kegiatan bimbingan meliputi penetapan:

1. Materi layanan.
2. Tujuan yang ingin dicapai.
3. Sasaran kegiatan.
4. Bahan dan sumber bahan untuk bimbingan kelompok.
5. Rencana penilaian, dan
6. Waktu dan tempat.
7. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan yang telah direncanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui kegiatan sebagai berikut:

1. Persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat dan kelengkapannya); persiapan bahan, persiapan keterampilan dan persiapan administrasi.
2. Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan

Adapun tahap-tahap pelaksanaan kegiatan Prayitno (1995: 40) sebagai berikut:

* 1. Tahap pembentukan

Pada tahap ini merupakan tahap pengenalan diri dari anggota dalam kelompok. Tujuan tahap ini adalah agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok. Dengan pemahaman itu akan memungkinkan anggota kelompok mau berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan bimbingan kelompok. Pemahaman itu selanjutnya akan menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Di samping itu tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana mengenal, percaya, menerima, dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok.

* 1. Tahap peralihan

Tahap peralihan merupakan tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap ke tahap kegiatan. Dalam tahap ini dilakukan kegiatan sebagai berikut Prayitno (1995:40):

* 1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya,
  2. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya,
  3. Membahas suasana yang terjadi,
  4. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, dan
  5. Kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama atau tahap pembentukan.
  6. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan kegiatan inti dalam bimbingan kelompok. Sasaran yang ingin dicapai dalam tahap kegiatan ini adalah terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok. Sasaran lain yang terpenting adalah terciptanya suasana untuk mengembangkan diri anggota kelompok, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi (mengajukan pendapat, menanggapi pendapat, terbuka, sabar, tenggang rasa dan sebagainya) maupun menyangkut dengan pemecahan masalah yang dikemukakan dalam anggota kelompok. Rangkaian kegiatan dalam tahap ini tergantung kepada bimbingan kelompok yang diselenggarakan apakah bimbingan kelompok bebas atau bimbingan kelompok tugas.

* 1. Tahap pengakhiran

Prayitno (1995) mengemukakan tahap ini merupakan tahapan penutup dalam satu atau seluruh rangkaian pertemuan kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan-kegiatan yang perlu dilakukan pemimpin kelompok pada tahap ini adalah:

1. Penyampaian pengakhiran kegiatan
2. Mengemukakan kesan-kesan
3. Penyampaian tanggapan-tanggapan
4. Pembahasan kegiatan lanjutan
5. Penutupan
6. Evaluasi kegiatan

Penilaian kegiatan bimbingan kelompok difokuskan pada perkembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan berguna bagi mereka. Isi kesan-kesan yang diungkapkan oleh para peserta merupakan isi penilaian yang sebenarnya. Penilaian terhadap bimbingan kelompok dilakukan secara tertulis, baik melalui essai, daftar cek, maupun isian sederhana. Secara tertulis para peserta diminta mengungkapkan perasaannya, pendapatnya, harapannya, minat, dan sikapnya terhadap berbagai hal, baik yang telah dilakukan selama kegiatan bimbingan kelompok, maupun kemungkinan keterlibatan mereka untuk kegiatan serupa selanjutnya.

1. Analisis dan Tindak Lanjut

Hasil pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut kemajuan para peserta dan proses penyelenggaraan bimbingan kelompok. Tindak lanjut dapat dilaksanakan melalui bimbingan kelompok selanjutnya atau kegiatan yang dianggap sudah memadai dan selesai, oleh karena itu upaya tindak lanjut secara tersendiri dianggap tidak diperlukan (Nurihsan: 2005)

**3. Konsep Dasar Kepercayaan Diri**

1. **Defenisi Kepercayaan Diri**

Menurut Willis 1985 (Ghufron : 2012) kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.

Lauster (Ghufron: 2012) mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Lauster (Ghufron: 2012) menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik.

Anthony 1992 (Ghufron: 2012) berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Kumara 1988 (Ghufron: 2012) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Hal ini senada dengan pendapat Afiatin dan Andayani (1998) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya.

Menurut Perry (2005) Percaya diri berarti merasa positif tentang apa yang bisa anda lakukan dan tidak mengkhawatirkan apa yang tidak bisa anda lakukan, tapi memiliki kamauan untuk belajar. Kepercayaan diri adalah pelumas yang memperlancar roda hubungan antara anda, kemampuan yaitu bakat, keahlian, dan potensi, dan cara anda memanfaatkannya.

Kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya. Ghufron (2012)

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, tidak menunjukkan sikap konformis, berani menghadapi penolakan orang lain, optimis, mempunyai pengendalian diri yang baik, bertanggung jawab, mempunyai cara pandang yang positif, dan realistis.

1. **Ciri-ciri Seseorang yang Memiliki Kepercayaan Diri dan Kurang Kepercayaan Diri**

Gunawan (Blog) <http://wargasawitto.blogspot.coml>, diakses 28 Februari 2013 Pukul 19.00 WITA juga mengemukakan beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional dan ciri-ciri individu yang kurang percaya diri, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
2. Tidak terdoronng untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
3. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dan berani menjadi diri sendiri.
4. Mempunyai pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil).
5. Memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain.
6. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi di luar dirinya.
7. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, siswa tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Sebaliknya, karakteristik atau ciri-ciri individu yang kurang percaya diri adalah sebagai berikut:

1. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
2. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.
3. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri. Namun dilain pihak, memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri.
4. Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif.
5. Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
6. Cenderung menolak pujian yang ditujukan  secara tulus (karena kelebihan diri sendiri).
7. Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu.
8. Mempunyai external locus of control (mudah menyerah pada nasib, sangat bergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).
9. **Aspek-aspek Kepercayaan Diri**

Lauster 1992 (Ghufron: 2012) berpendapat bahwa kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri.

Menurut Rini (Ghufron: 2012) orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya.

Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. (Ghufron: 2012).

Menurut Lauster 1992 (Ghufron: 2012), orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif yaitu:

1. Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

1. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

1. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

1. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

1. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berikut ini merupakan aspek-apsek kepercayaan diri menurut Drajat (1997) antara lain:

* + 1. Rasa aman. Terbebas dari perasaan takut, rasa cemas dan tidak ada    kompetisi terhadap situasi atau orang di sekitarnya.
    2. Ambisi normal. Ambisi disesuaikan dengan kemampuan tidak ada kompetensi dari ambisi yang berlebihan, dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan bertanggung jawab.
    3. Konsep diri. Memberikan penilaian positif terhadap potensi fisik, psikis, sosial maupun moral.
    4. Mandiri. Tidak tergantung pada orang lain dalam melakukan sesuatu dan tidak tidak membutuhkan dukungan dari orang lain secara berlebihan.
    5. Tidak mementingkan diri sendiri atau toleransi. Mengerti kekurangan yang ada pada dirinya, menerima pendapat orang lain dan memberi kesempatan pada orang lain.

1. **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kurangnya Kepercayaan Diri**

Menurut Ghufron (2012) kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

1. Konsep diri

Menurut Anthony (Ghufron: 2012) terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

1. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

1. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang. Anthony (Ghufron: 2012) mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

1. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

Perry (2005) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kurangnya kepercayaan diri meliputi tujuh pengaruh negatif utama, yaitu:

1. Tudingan dan Kritik

Pengaruh tudingan dan kritik dapat menggerogoti kepercayaan diri anda secara perlahan. Pengaruh ini bisa berasal dari berbagai sumber.

1. Orang tua

Mungkin anda selalu mendapat kritik dari orang tua. Kritik ini mungkin saja tanpa alasan yang jelas. Contohnya, anda lahir sebagai perempuan padahal mereka mengharapkan anak laki-laki, atau sebaliknya. Karenanya, anda takkan pernah bisa memenuhi harapan mereka. Sebagai seorang anak, anda mungkin ceroboh dan orang tua anda sering marah karena sifat ini. Hal ini membuat anda makin tertekan dan justru makin ceroboh. Mungkin orang tua menaruh ekspektasi yang sangat tinggi pada anda untuk mencapai sesuatu yang tidak mampu mereka capai. Jika anda tidak mampu memenuhinya, kekecewaan mereka akan berubah menjadi kritik. Sangat sulit bersikap percaya diri bila menghadapi kritik.

1. Pasangan

Kritik yang terus-menerus dari pasangan bisa berakibat sangat negative terhadap kepercayaan diri anda. Kritik menggerogoti kepercayaan diri alami anda, terutama karena anda lebih terbuka dan mudah terpengaruh oleh kata-kata negatif dari orang terdekat. Pasangan mungkin menginginkan anda tampil sempurna dan anda tidak mampu memenuhinya. Kesenjangan ini membuat mereka sangat kritis pada hal-hal yang anda lakukan yang tidak sesuai dengan harapan mereka. Keadaan seperti ini sangat tidak nyaman. Anda akan berpikir bahwa apapun yang anda lakukan tidak cukup baik. Hal yang anda dengar tentang diri sendiri hanyalah pesan negatif. Lama-kelamaan, pesan ini akan mengakar dan anda mulai mempercayainya. Akhirnya, anda pun percaya anda patut menerima kritik tersebut.

1. Konformitas

Pernahkah anda berada di sebuah ruangan yang penuh orang dan diam saja meskipun mengetahui jawaban atas pertanyaan guru atau rekan anda keran takut salah? Hal ini mungkin terjadi karena anda ditertawai saat terakhir kali member jawaban yang salah. Jika anda sensitif, pengalaman ini pasti sangat menyakitkan sehingga anda tidak menginginkannya terulang kembali.

Teman sekelas atau kolega anda mungkin telah mengkritik anda karena selalu benar. Anda tidak salah mengetahui jawabannya, tetapi reaksi ini membuat anda tidak mau benar lagi karena tidak ingin dikritik. Anda tidak ingin dikucilkan dari pergaulan. Karenanya, anda menahan keinginan untuk aktif di kelas atau rapat agar tidak dicap bodoh atau sok pintar. Kondisi ini merusak kepercayaan antara anda dengan diri sendiri. Cara kita mengambil keputusan dipengaruhi oleh tindakan orang lain, bukan naluri kita.

1. Pengucilan

Pengucilan sangat mempengaruhi kepercayaan diri karena perbuatan ini menciptakan perasaan bahwa anda sendiri, dan payah. Anda menganggap ada yang salah pada diri anda karena pengucilan sering kali terjadi tanpa alasan yang jelas. Dampak dari kesendirian ini membuat anda berpikir bahwa anda salah. Karena itulah orang lain mengasingkan anda. Perasaan ini adalah gejala awal sabotase diri *(self-sabotage*).

1. Persaingan

Anda mungkin membentuk pola pikir bahwa anda takkan pernah mencapai keinginan. Pola pikir inilah yang mengatakan orang lain samapi lebih dulu. Anda menjadi terbiasa dengan kekecewaan. Hal ini mempengaruhi kepercayaan diri anda karena upaya keras anda tidak mendapat ganjaran. Lalu anda tidak berpikir lagi untuk menang dan mengembangkan sikap ‘apa gunanya?’.

1. Kekecewaan

Begitu banyak kekecewaan dalam hidup bisa membuat anda tidak percaya kepada orang lain dan diri sendiri. Akibatnya, anda jadi sangat berhati-hati dalam membuat komitmen karena takut kecewa lagi. Anda menjadi sinis dan tidak mempercayai perkataan orang lain. Janji yang dilanggar berdampak besar pada kemampuan anda untuk mempercayai.

1. Kesempurnaan

Masalah kesempurnaan biasanya berasal dari orang gtua yang menetapkan standar tinggi bagi anda. Hal ini menyebabkan anda juga menetapkan standard an ekspektasi tinggi pada diri sendiri, karena orang tua anda ingin anda lebih baik. Anda mungkin pernah mendengar orang lain menilai anda dari prestasi, bukan siapa anda. Anda mungkin mengukur diri sendiri berdasarkan pencapaian orang tua. Kesempurnaan menjadi pengaruh dominan, bukan membebaskan, karena anda tidak bebas melakukan kesalahan. Hal ini mempengaruhi kepercayaan diri anda karena merasa harus melakukan segala hal dengan sempurna lebih awal.

1. Dominasi

Penindasan, di sekolah atau tempat kerja, mengakibatkan dampak yang parah pada kepercayaan diri anda. Bentuknya bisa diremehkan di depan orang lain, diperlakukan tidak adil, dicela, atau diawasi secara berlebihan. Banyak cara membuat anda merasa menjadi korban.

Proses ini melunturkan kepercayaan diri karena anda menganggap orang bisa melakukan apa saja dan anda tidak kuasa menolaknya. Anda menjadi pemberi yang kompulsif, bahkan sebelum orang lain meminta, hanya agar tidak ditindas lagi. Memberi jadi alat ukur yang aman untuk mencegah penindasan. Orang yang mengurangi nilai jasanya sering kali menjadi korban penindasan. Mereka takut mengatakan nilai yang sebenarnya karena takut ditolak.

1. **Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri**
2. Kenali rasa ketidaknyamanan anda

Kita semua memiliki rasa ketidaknyamanan. Bisa muncul karena jerawat di muka anda, selalu menyesali, tidak nyaman pada teman-teman anda. Memberikan nama pada sesuatu hal yang dapat membuat anda merasa tidak berharga, malu atau rendah dapat membantu melawan hal-hal tersebut.

Anda bisa menuliskan pikiran anda pada sehelai kertas dan ini dapat membuat perasaan Anda lebih ringan dan bahagia. Ingat tidak ada seorang pun yang sempurna. Orang-orang disebelah Anda mungkin juga memiliki banyak rasa ketidaknyamanan yang sama dengan anda. Jika dengan menuliskan masalah anda tidak cukup membantu, anda bisa membicarakannya dengan teman dekat anda atau seseorang yang anda cintai. Membagi pikiran anda akan menolong meringankan beban yang anda tanggung sendiri.

1. Kenali kesuksesan anda

Tidak jadi soal seberapa besar perasaan ketidaknyamanan anda, Tuhan telah memberkahi diantara kita dengen suatu bakat tertentu. Temukan sesuatu hal yang anda ahli dan jago di bidang itu dan fokuslah untuk mengembangkannya. Rendah diri adalah pernyataan pikiran yang mendeklarasikan diri anda sebagai Korban. Jangan biarkan diri anda menjadi Korban.

1. Bersyukurlah Atas Apa Yang Anda Miliki

Waktu membuktikan akar dari perasaan ketidaknyamanan dan tidak percaya diri adalah perasaan selalu tidak cukup atas kepemilikan sesuatu, apakah itu pengakuan emosional, keberuntungan, uang, dll. Dengan mengakui dan menghargai apa yang kita miliki, anda dapat melawan perasaan tidak utuh dan tidak puas. Menemukan kedamaian dalam diri akan membangkitkan percaya diri anda.

1. Selalu Berpikiran Positif

Hindari mendapatkan rasa kasihan dan simpati dari orang lain. Jangan pernah membuat orang lain memiliki rasa rendah terhadap anda, mereka bisa merasa sepert itu hanya dengan seijin anda. Jika anda terus menerus benci dan merendahkan diri anda sendiri, orang akan melakukan dan menilai anda seperti itu. Anda harus berbicara positif tentang diri anda,tentang masa depan anda, dan tentang kemajuan anda. Jangan pernah takut menunjukkan kekuatan dan qualitas anda pada orang lain.

1. Berpakaian Rapi

Walaupun pakaian tidak membuat orang lebih berkualitas, tapi dapat mempengaruhi cara berpikir kita terhadap diri kita sendiri. Ketika kita tidak terlihat bagus, maka perasaan anda juga tidak bagus. dan ini dapat merubah cara anda membawa diri anda sendiri dan berinteraksi dengan orang lain. Ini bukan berarti anda harus menyediakan uang yang banyak untuk belanja baju. Daripada membeli banyak pakaian murah, lebih baik membeli beberapa baju dengan kualitas tinggi. Dalam jangka waktu yang lama juga akan menghemat pengeluaran, sebab baju yang lebih bagus dan sedikit lebih mahal akan lebih kuat dibandingkan baju yang jelek dengan harga yang murah.

1. Berjalan Dengan Cepat

Gaya berjalan sangat berbicara banyak tentang kepribadian anda. Apakah lambat? Seperti kelelahan? Menyakitkan? atau Enerjik? Orang dengan rasa percaya diri bagus akan berjalan lebih cepat.

Mereka memiliki tempat yang harus dituju, orang yang harus ditemui, pekerjaan penting yang harus dilakukan. Anda dapat meningkatkan kecepatan langkah jalan anda.

Berjalan 25% lebih cepat dari sebelumnya akan dapat membuat anda terlihat dan merasa lebih penting.

1. Berikan Pujian Kepada Orang Lain

Ketika berpikir negatif tentang diri kita, kadang kita juga melakukan hal yang sama pada orang lain dalam bentuk hinaan dan gosip. Hindari bergosip ria yang mana dapat menusuk diri anda sendiri dan berusaha memberikan pujian pada orang-orang disekitar anda. Dalam prosesnya, anda akan menjadi disukai dan dapat membangun rasa percaya diri. Dengan melihat sisi yang terbaik dari orang lain, secara tidak langsung membawa hal yang terbaik pada diri sendiri.

1. Duduk di bangku paling depan

Orang-orang Aliran belakang mungkin dapat bersenang-senang di sekolah atau di kuliah pada saat duduk di belakang, tapi itu tidak akan memberikan dorongan untuk membangun rasa percaya diri. Jangan pernah takut untuk diperhatikan. Dengan memutuskan untuk duduk di baris depan, anda dapat menghilangkan ketakutan yang tak beralasan karena diperhatikan dan dapat membangun kepercayaan diri anda.

1. Berbicara dan Tersenyumlah

Penelitian membuktikan banyak orang takut berbicara atau bertanya pada grup diskusi atau acara umum. Mereka takut akan dinilai orang lain karena berbicara sesuatu yang konyol. Padahal, orang kebanyakan lebih menerima daripada yang kita bayangkan. Kenyataannya kebanyakan orang memiliki ketakutan yang sama persis. Dengan berusaha berbicara setidaknya sekali di setiap diskusi kelompok, anda akan menjadi pembicara yang bagus, lebih percaya diri tentang pikiran anda, dan akan dikenali sebagai leader oleh rekan-rekan anda. Selain itu,jangan lupa juga untuk selalu tersenyum, coba untuk tersenyum sesering mungkin. Orang selalu menyenangi wajah yang penuh senyum. Orang akan selalu *welcome* jika kontak dengan anda. Wajah yang selalu tersenyum akan selalu menerima kehangatan dan rasa sayang. Penerimaan yang baik dari orang lain akan meningkatkan rasa percaya diri kita.

1. Berolahraga

Pikiran yang sehat muncul dari badan/ fisik yang sehat pula. Jika anda dalam kondisi fit, anda akan memiliki energi positif. Jika anda tidak fit, anda akan merasa tidak menarik. Ini akan menyebabkan kemerosotan akhlak. Sedikit disiplin dalam hidup anda dapat membantu banyak dalam pencapaian rasa percaya diri anda yang lebih tinggi.

**4. Hubungan Teknik Bibliokonseling Dengan Kepercayaan Diri**

Menurut Novitawati (Arifin, 2011) intervensi bibliokonseling dapat dikelompokkan dalam empat tingkatan, yaitu intelektual, sosial, perilaku, dan emosional. Pertama, pada tingkat intelektual individu memperoleh pengetahuan tentang perilaku yang dapat memecahkan masalah, membantu pengertian dini, serta mendapatkan wawasan intelektual. Kedua, di tingkat sosial, individu dapat mengasah sosialnya. Ia dapat melampaui bingkai referensinya sendiri melalui imajinasi orang lain. Teknik ini dapat menguatkan pola-pola sosial, budaya, menyerap nilai kemanusiaan dan saling memiliki. Ketiga, tingkat perilaku individu akan mendapatkan kepercayaan diri untuk membicarakan masalah-masalah yang sulit didiskusikan akibat perasaan takut, malu, dan bersalah. Lewat membaca, individu didorong untuk diskusi tanpa rasa malu akibat rahasia pribadinya terbongkar. Keempat, pada tingkat emosional, individu dapat terbawa perasaannya dan mengembangkan kesadaran menyangkut wawasan emosional. Teknik ini dapat menyediakan solusi-solusi terbaik dan rujukan masalah sejenis yang telah dialami orang lain sehingga merangsang kemauan yang kuat pada individu untuk memperbaiki diri.

* 1. **Kerangka Pikir**

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah-sekolah banyak kita jumpai berbagai masalah-masalah yang dialami oleh siswa yang perlu mendapatkan perhatian serius dari para pendidik. Masalah-masalah yang dimaksud disini adalah masalah kurang kepercayaan diri terhadap siswa. Ketidakpercayaan diri yang dialami oleh siswa dapat merugikan dirinya sendiri dan dapat berdampak terhadap aktivitas belajarnya. Oleh karena itu diperlukan peran serta konselor untuk menangani dan memberikan bantuan kepada siswa.

Pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada siswa bertujuan agar siswa dapat memahami dirinya, mengarahkan dirinya, dan kemudian merealisasikan dirinya dalam kehidupan nyata. Dalam hal ini tugas seorang konselor adalah bagaimana memberikan bantuan yang sesuai dan cocok dengan masalah yang dihadapi oleh seorang siswa. Salah satu bentuk kegiatan yang diasumsikan yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan dirinya adalah melalui bibliokonseling. Teknik ini mempunyai penekanan-penekanan tertentu (alternatif dalam memecahkan masalah) yang sekiranya dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa terutama dalam kepercayaan diri terhadap lingkungan dimana ia berada.

Bibliokonseling merupakan suatu teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Sehubungan dengan proses belajar siswa di SMK Negeri 2 Pinrang yang siswanya cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, maka dalam hal ini bibliokonseling dianggap sebagai teknik yang dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang. Teknik bibliokonseling atau penggunaan literatur/buku dalam mencegah dan mengatasi masalah yang dihadapi oleh seseorang. Penggunaan bibliokonseling ini diharapkan dapat membantu mengenal faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri dengan membaca buku yang berkaitan dengan kepercayaan diri, dan apa yang diperoleh dalam buku tersebut nantinya dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hubungan antara kepercayaan diri siswa dengan penerapan teknik konseling kelompok bibliokonseling dapat dilihat dari skema kerangka pikir berikut:

Karakteristik Kurang Percaya Diri:

1. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.
2. Sulit menerima realita diri
3. Pesimis
4. Takut gagal
5. Tidak bertanggung jawab
6. Selalu menempatkan/ memposisikan diri sebagai yang terakhir

Pemberian perlakuan(treatment) penerapan teknik bibliokonseling :

1. Pemberian motivasi melalui permainan.
2. Memberikan waktu kepada konseli untuk membaca bahan-bahan bacaan.
3. Inkubasi (memberikan waktu kepada konseli untuk merefleksi materi yang telah dibaca).
4. Tindak lanjut (diskusi, memberikan ruang kepada konseli untuk bertukar pandangan).
5. Evaluasi (memancing konseli memperoleh kesimpulan yang tuntas).

Karakteristik Percaya Diri:

1. Percaya akan kemampuan diri.
2. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain
3. Mempunyai pengendalian diri yang baik.
4. Optimis
5. Bertanggung jawab
6. Rasional
7. memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri

2.1 Skema Kerangka Pikir

* 1. **Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pikir, maka adapun hipotesis penelitian ini adalah ‘’Penerapan teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang’’

**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Penelitian yang digunakan disini adalah *Pre*-*Experimental Designs,* yang akan mengkaji tentang Penerapan Teknik *Bibliokonseling* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan diri Siswa Di SMK Negeri 2 Pinrang.

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian yaitu di mulai dari tahap perencanaan, *pretest,* teknik *bibliokonseling,* kemudian *posttest*, adapun prosedur pelaksanaan yaitu:

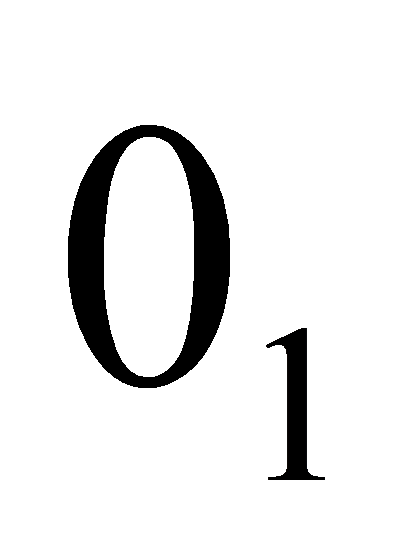
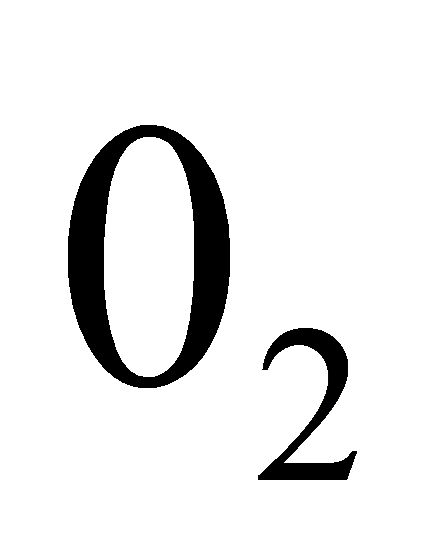
1. Penentuan subyek eksperimen dengan berdasar pada penentuan sampel, yaitu kelas XII TKJ di SMK Negeri 2 Pinrang.
2. Pelaksanaan *pretest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian yang berisi daftar pertanyaan tentang kepercayaan diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang.
3. Pemberian teknik *bibliokonseling* yang diberikan terhadap subjek penelitian. Secara rinci tahapteknik *bibliokonseling* dapat dilihat dilampiran.
4. Pelaksanaan *posttest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian seperti pada pelaksanaan *pretest* tentang kepercyaan diri siswa.

47

1. **Variabel dan Disain Penelitian**

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji dua variabel, yaitu “penerapan teknik *bibliokonseling* dalam bimbingan kelompok “sebagai variabel bebas (X) atau yang mempengaruhi (independen), dan kepercayaan diri sebagai variabel terikat (Y) atau yang dipengaruhi (dependen).

Disain yang digunakan adalah *One-Group Pretest-Posttest Designs.* Dengan pola sebagai berikut:

 X

(Sugiyono, 2010)

keterangan :

O1 : Pengukuran pertama sebelum diberi perlakuan (*pretest*)

X : Treatment atau perlakuan (teknik *bibliokonseling*)

O2  : Pengukuran Kedua setelah diberi perlakuan (*posttest*)

1. **Defenisi Operasional Variabel**

Defenisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap peubah yang dikaji, maka dikemukakan definisi operasional peubah penelitian sebagai berikut:

1. Bibliokonseling adalah suatu teknik konseling dalam bentuk penyediaan sejumlah bahan bacaan untuk dibaca oleh konseli yang menghadapi masalah yang spesifik dengan melalui buku, membantu untuk mengatasi dan lebih mengerti masalah pribadi mereka, dan saling berbagi literatur. Selain itu, biblioterapi adalah (a) penyembuhan menggunakan buku; (b) treatmen tambahan dengan menggunakan buku atau bahan tertulis; (c) penggunaan media buku dalam membantu individu/kelompok menyelesaikan masalah emosional, mental yang sakit, dan perubahan hidupnya; (d) Proses interaksi antara partisipan dengan fasilitator dalam berbagai literatur yang sama dalam menyelesaikan suatu masalah.

2. Kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, tidak menunjukkan sikap konformis, berani menghadapi penolakan orang lain, optimis, mempunyai pengendalian diri yang baik, bertanggung jawab, mempunyai cara pandang yang positif, dan realistis.

**D. Populasi dan Sampel**

**1. Populasi**

Sugiyono (2010: 80) mengemukakan bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam suatu penelitian keberadaan populasi merupakan hal yang mutlak sebagai sumber data atau informasi penelitian guna menjawab permasalahan penelitian. Penelitian dilakukan di SMK Negeri 2 Pinrang terhadap siswa kelas XII TKJ dengan jumlah 105 siswa. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII TKJ-1, XII TKJ-2, dan XII TKJ-3 dengan cara memperoleh data langsung dari siswa dengan pertanyaan yang sederhana mengenai kepercayaan diri rendah, sehingga teridentifikasi siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah sebanyak 35 siswa. Dan hal ini juga berdasarkan informasi dari guru pembimbing di SMK Negeri 2 Pinrang dan berdasarkan hasil observasi dengan cara pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti.

**Tabel 3.1 : Penyebaran Siswa yang menjadi Populasi Penelitian**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kelas** | **Siswa yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah** |
| XII TKJ-1 | 12 |
| XII TKJ-2 | 12 |
| XII TKJ-3 | 11 |
| **Jumlah** | **35** |

**2. Sampel**

Karena penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok sehingga untuk populasi 35 siswa dianggap tidak efektif dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dan dibatasi untuk 20 responden. sehingga memungkinkan untuk penarikan sampel dalam jumlah yang masih kecil, maka penarikan sampel dilakukan secara proporsional dan penentuan siswa sampel secara random sampling. Dengan cara tersebut, maka diperoleh jumlah sampel sebanyak 20 responden. Lebih jelasnya mengenai sampel penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.2. Keadaan Sampel Penelitian**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kelas** | **Banyaknya Siswa** |  |
| XII TKJ-1 | 7 orang |
| XII TKJ-2 | 7 orang |
| XII TKJ-3 | 6 orang |
| **Jumlah** | **20 orang** |

**E**. **Teknik Pengumpulan Data**

Adapun teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian ini, sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Teknik Angket (Kuesioner)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner ini diberikan kepada subjek eksperimen untuk memperoleh gambaran kepercayaan diri siswa sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan berupa pemberian berupa pemberian teknik *bibliokonseling.*

Kuesioner penelitian ini bersifat tertutup dan menyediakan berbagai pilihan jawaban diberi bobot dengan menggunakan angket Likert yang telah diformat atau dimodifikasi, dengan rentang 1 sampai 5 dengan kategori : sangat sesuai (SS) sesuai (S), cukup sesuai (CS), kurang sesuai (KS), dan tidak sesuai (TS).

**Tabel 3.3. Pembobotan Angket Penelitian**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pilihan Jawaban** | **Kategori jawaban** | |
| **Favorable** | **Unfavorable** |
| Sangat Sesuai (SS) | 5 | 1 |
| Sesuai (S) | 4 | 2 |
| Cukup Sesuai (CS) | 3 | 3 |
| Kurang Sesuai (KS) | 2 | 4 |
| Tidak Sesuai (TS) | 1 | 5 |

1). Uji Validitas

Uji validitas rasional bertujuan mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi bahasa, konstruk dan isi. Penimbangan atau uji validitas rasional ilakukan oleh tiga dosen ahli. Uji validitas rasional dilakukan dengan meminta pendapat dosen ahli untuk memberikan penilaian pada setiap item.

Dari hasil uji validitas skala dengan menggunakan pengolahan computer program SPSS 16,0 ditemukan bahwa dari 45 item pertanyaan, yang tidak valid sebanyak 5 item disebabkan nilai r yang diperoleh < (lebih kecil atau kurang) dari 0,3 seperti yang dikemukakan oleh Sugiono dan Wibowo dalam (Sujianto, 2009), yaitu item nomor 6 (-0,269), nomor 17 (-0,124), nomor 25 (-0,030), nomor 27 (-0,137), nomor 30 (-0,274), sehingga jumlah item setelah uji validitas sebanyak 40 item pernyataan.

2). Uji Reliabilitas

Suatu alat ukur dikatakan memiliki realibilitas yang baik apabila alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden tersebut mengisi angket pada waktu yang tidak bersamaan atau pada tempat yang berbeda, walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik. Dalam penentuan tingkat realibilitas suatu instrumen penelitian dapat diterima apabila memiliki koefisien alpha lebih besar dari 0,60, sesuai yang dikemukakan oleh Nugroho dan Suyuthi dalam (Sujianto, 2009). Sehingga instumen penelitian ini dikatakan reliabel karena memiliki koefisien alpha > 0,60 yaitu 0,764.

2. Observasi

Observasi digunakan untuk mencatat reaksi-reaksi dan perubahan selama mengikuti pelaksanaan teknik *bibliokonseling* melalui pengamatan secara langsung terhadap subjek penelitian. Adapun aspek-aspek yang diobservasi adalah keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, kesetaraan. Cara penggunaannya dengan cara memberi tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul. Adapun kriterianya ditentukan sendiri oleh peneliti berdasarkan persentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan teknik *bibliokonseling* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:



Analisis Individual

Analisis Kelompok (**Abimanyu, 1983: 26)**



Dimana:

nm : Jumlah item yang tercek dari satu siswa

N : Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

Nm : Jumlah cek pada item aspek tertentu yang tercek dari seluruh siswa

P : Jumlah siswa

NmP : Jumlah cek seluruh item aspek yang tercek dari seluruh siswa

N : Jumlah item dalm aspek yang diobservasi

Kriteria untuk penentuan hasil observasi dibuat berdasarkan hasil analisis persentase individual dan analisis kelompok, yaitu nilai tertinggi 100 % dan angka terendah 0 % sehingga diperoleh kriteria sebagai berikut:

**Tabel 3.4. Kriteria penentuan hasil observasi**

|  |  |
| --- | --- |
| **Persentase** | **Kriteria** |
| 80 % - 100 % | Sangat tinggi |
| 60 % - 79 % | Tinggi |
| 40 % - 59 % | Sedang |
| 20 % - 39 % | Rendah |
| 0 % - 19 % | Sangat rendah |

Sumber: (Abimanyu, 1983: 26)

**F. Teknik Analisis Data**

Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil tes penelitian berkaitan dengan kepercayaan diri siswa, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan analisis *nonparametricwilcoxon signed rank test*.

1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk mengambarkan tingkat kepercayaan diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest)* diberi perlakuan berupa skenario pemberian teknik *bibliokonseling.*

Dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan rumus persentase, yaitu :

P =  **(Tiro, 2004: 242)**

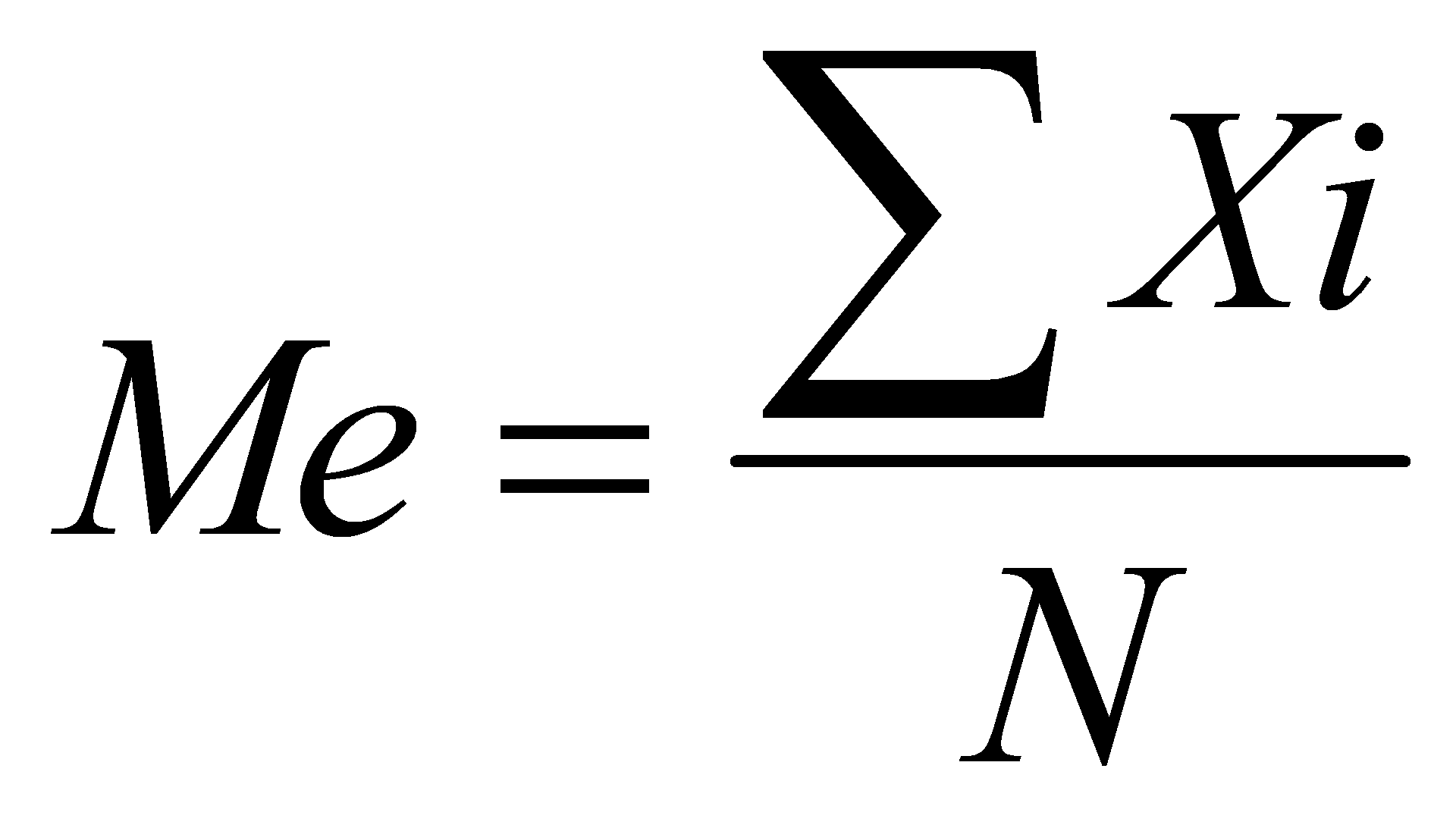
Di mana :

P : Persentase

N : Jumlah subjek (sampel)

f : Frekuensi yang dicari persentase

Guna memperoleh gambaran umum tentang kepercayaan diri siswa SMK Negeri 2 Pinrang sebelum dan sesudah perlakuan teknik *bibliokonseling*, maka untuk keperluan tersebut, maka dilakukan perhitungan rata-rata skor peubah dengan rumus:

 (**Hadi, 2004: 40)**

Di mana:

 : Mean (rata-rata)

Xi : Nilai X ke i sampai ke n

N : Banyaknya subjek (sampel)

Guna memperoleh gambaran umum tentang kepercayaan diri siswa di SMKN 2 Pinrang sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa teknik *bibliokonseling* dilakukan dengan mengetahui skor ideal tertinggi 200 (40 x 5 = 200) kemudian dikurangkan dengan skor ideal terendah yaitu 40 (40 x 1 = 40), selanjutnya dibagi 5 kelas interval sehingga diperoleh interval kelas 32.

Adapun kategorisasi kepercayaan diri siswa yaitu:

**Tabel 3. 5. Kategorisasi Kepercayaan DiriSiswa**

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval** | **Kategori** |
| 169-200 | Sangat Tinggi |
| 137-168 | Tinggi |
| 105-136 | Sedang |
| 73-104 | Rendah |
| 40-72 | Sangat Rendah |

Sumber: Hasil perhitungan skor angket

1. *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Untuk menguji hipotesis penelitian tentang meningkatkan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah di beri perlakuan berupa teknik *bibliokonseling* dalam bimbingan kelompok dilakukan dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan statistik Z (non parametrik). Dalam pengujian taraf kesalahan ditetapkan sebesar 0,05%.

Uji ini digunakan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Rumus uji *Wilcoxon* (Sugiyono, 2010)

Keterangan:

T = Jumlah jenjang yang kecil

n = Jumlah sampel

µ = Rata-rata yang dihipotesiskan

σ = Simpangan baku

Z = Uji *wilcoxon*

Tingkat signifikansi yang digunakan 0,05 dengan kriteria adalah tolak Ho jika nilai *Asymp. Sig* ≤ α dan diterima H0 jika nilai *Asymp. Sig*>α.

**BAB IV**

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

1. **Hasil Penelitian**

Penelitian dengan menggunakan *Pre*-*Experimental Designs* yang dilakukan terhadap 20 siswa mengenai Kepercayaan DiriSiswa di SMK Negeri 2 Pinrang sebelum dan sesudah perlakuan yang berupa, teknik Bibliokonseling, maka datanya berikut ini akan dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkatkepercayaan diri siswa sebelum (*pretest)* dan sesudah (*posttest)* diberi perlakuan, dan analisis *nonparametricwilcoxon signed rank test* untuk menguji hipotesis penelitian tentang adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa teknik Bibliokonseling*.*

1. **Analisis Statistik Deskriptif**

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat kepercayaan diri siswa sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) teknik Bibliokonseling terhadap siswa kelas XII TKJ di SMK Negeri 2 Pinrang, maka berikut ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang diklasifikasikan dalam 5 (lima) kategori, yaitu: tingkat kepercayaan dirisangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah dengan hasil sebagai berikut:

57

Tabel 4.1: Data Tingkat Kepercayaan Diri SMKN 2 Pinrang Sebelum (*Pretest*) Dan Sesudah (*Posttest*) Diberi Perlakuan Teknik *Bibliokonseling*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Interval** | **Kategori** | ***Pretest*** | | ***Posttest*** | |
| F | P (%) | F | P (%) |
| 169-200 | Sangat Tinggi | 0 | 0 | 6 | 30% |
| 137-168 | Tinggi | 4 | 20% | 12 | 60 % |
| 105-136 | Sedang | 15 | 75 % | 2 | 10 % |
| 73-104 | Rendah | 1 | 5 % | 0 | 0 |
| 40-72 | Sangat Rendah | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Jumlah** | | **20** | **100** | **20** | **100** |

Sumber: Hasil Angket Penelitian

Tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang sebelum diberi teknik bibliokonseling dalam kategori tinggi sebanyak 4 responden (20%), kemudian kategori sedang sebanyak 15 responden (75 %), dan kategori rendah sebanyak 1 responden (5%) sedangkan pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah tidak terdapat sama sekali responden pada kategori tersebut. Namun setelah diberikan perlakuan berupa teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok, maka tingkat kepercayaan dirisiswa menunjukkan peningkatan, di mana pada kategori sangat tinggi sebanyak 6 responden (30%), kategori tinggi sebanyak 12 responden atau (60 %), kategori sedang sebanyak 2 responden (10%) dan tidak ada responden yang berada di kategori rendah dan sangat rendah.

Tabel 4.2: Kecenderungan umum penelitian berdasarkan pedoman interpretasi kepercayaan diri siswa.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Jenis Data** | **Mean** | **Interval** | **Klasifikasi** |
| Pre-Test | 127.00 | 105 – 136 | Sedang |
| Post-Test | 157.50 | 137 – 168 | Tinggi |

Sumber: Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Dari hasil observasi selama kegiatan bibliokonseling berlangsung yang dilaksanakan dalam tiga tahap diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4.3: Data hasil persentasi observasi pelaksanaan teknik bibliokonseling

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Persentase** | **Kriteria** | **Pertemuan** | | |
| **I** | **II** | **III** |
| 80% - 100% | Sangat Tinggi | 5 | 11 | 15 |
| 60% - 79% | Tinggi | 5 | 8 | 5 |
| 40% - 59% | Sedang | 8 | 1 | 0 |
| 20% - 39% | Rendah | 2 | 0 | 0 |
| 0% - 19% | Sangat Rendah | 0 | 0 | 0 |
| Jumlah | | 20 | 20 | 20 |

Sumber: Hasil Observasi

Berdasarkan hasil pengamatan pada pertemuan pertama, terdapat 2 orang siswa yang berada pada kategori rendah, 8 orang siswa pada kategori sedang, 5 orang siswa berada pada kategori tinggi, dan 5 orang siswa pada kategori sangat tinggi, dan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat rendah. Pada pertemuan kedua, terdapat 1 orang siswa yang berada pada kategori sedang, 8 orang siswa yang berada pada kategori tinggi, 11 orang siswa yang berada pada kategori sangat tinggi, dan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Pada pertemuan ketiga, terdapat 5 orang siswa yang berada pada kategori tinggi, 15 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi, dan tidak terdapat siswa yang menempati kategori sangat rendah, rendah, dan sedang. Berdasarkan hasil yang diperoleh maka setiap pertemuan partisipasi siswa mengalami peningkatan dan memberikan bukti bahwa kegiatan yang dilaksanakan dapat diikuti dengan baik oleh para siswa.

1. ***Wilcoxon Signed Ranks Test***

Untuk mengetahui signifikansi perbedaan tingkat Kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah teknik Bibliokonseling digunakan berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan SPSS 16 for windows melalui uji statistic nonparametrik Wilcoxon Match Pair Test. Uji Wilcoxon (Z) ini merupakan uji beda parameter rata-rata untuk dua sampel berpasangan.

Hipotesis penelitian ini adalah ‘’Penerapan Teknik Bibliokonseling dalam Bimbingan Kelompok dapat Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMK Negeri 2 Pinrang’’

Berdasarkan hasil penghitungan dengan menggunakan SPSS 16 for windows melalui *two related samples tests* terdapat perbedaan signifikan nilai rata-rata setelah perlakuan yaitu lebih tinggi dari sebelum diberikan perlakuan, hal ini dipertegas dari nilai gain score pada kelompok pretest dan posttest yaitu 30.5, kemudian setelah itu data tersebut dianalisis maka diperoleh nilai Z yaitu -3,992 dengan nilai Asymp Sig = 0,01 < 0,05. Hal ini berarti bahwa hipotesis nihil (H0) yang berbunyi ‘’Teknik Bibliokonseling dapat meningkatkan Kepercayaan Diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang’’ dinyatakan diterima. Hal ini dikarenakan diperolehnya hasil uji beda yaitu nilai Asympt Sig yang lebih dari taraf kesalahan yang ditetapkan yaitu sebesar 0,05.

**Tabel 4.4 Hasil Pengujian Hipotesis**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Jenis Data | Mean Gain | Z | Asymp Sig | H0 |
| Pretest | 30.5 | -3.992 | 0.00 | Ditolak |
| Posttest |

Sumber: Hasil *Pretest* dan *Posttest*

1. **Pembahasan**

Pelaksanaan penelitian penggunaan bibliokonseling dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri yang dihadapi oleh siswa SMK Negeri 2 Pinrang memperlihatkan hasil yang signifikan yang ditandai dengan adanya peningkatan pada tingkat kepercayaan diri siswa.

Hasil dari penelitian ini senada dengan pendapat Hallen (2005: 80-81) yang mengemukakan definisi dari bimbingan kelompok, yaitu:

“Bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan baru dari narasumber tertentu (terutama dari Guru Pembimbing) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan tindakan tertentu”.

Peneliti menggabungkan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan penggunaan bibliokonseling, dimana berdasarkan dari beberapa definisi yang telah dikemukakan di dalam tinjauan pustaka yang dapat disimpulkan bahwa bibliokonseling adalah (1) penyembuhan menggunakan buku; (2) treatmen tambahan dengan menggunakan buku atau bahan tertulis; (3) penggunakan media buku dalam membantu individu/kelompok menyelesaikan masalah emosional, mental yang sakit, dan perubahan hidupnya; (4) Proses interaksi antara partisipan dengan pasilitator dalam berbagai literatur yang sama dalam menyelesaikan suatu masalah.

Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat di atas, tampak bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan bibliokonseling sebagai tekniknya merupakan upaya meningkatkan kepercayaan diri yang dihadapi oleh siswa. Meskipun dalam pelaksanaannya masih banyak kekurangan yang timbul, seperti bahan yang diberikan oleh pimpinan kelompok kepada siswa, masih ada siswa yang belum memahami pentingnya kegiatan ini yang dibuktikan oleh masih ada siswa yang memiliki kepercayaan diri yang berada pada kategori sedang, dan biaya yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kegiatan ini cukup besar sehingga membutuhkan dana khusus dari sekolah.

Setelah pelaksanaan teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok lagi pengukuran tingkat kepercayaan diri siswa. Hasilnya adalah siswa kelas XII TKJ SMK Negeri 2 Pinrang tersebut mengalami peningkatan mean skor tingkat kepercayaan diri siswa dari 127 (sedang) menjadi 157.5 (tinggi).

Terjadinya peningkatan persentase skor tingkat kepercayaan diri siswa yang memiliki persentase skor kepercayaan diri tinggi, diharapkan disebabkan karena proses terapeutiknya yaitu teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok.

Dari hasil yang diperoleh, semua siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri. Hal ini disebabkan karena setiap individu unik, sehingga butuh waktu dan proses untuk merubahnya. Selain itu juga dipengaruhi oleh latar belakang dan pengalaman mereka di masa lalu yang turut membentuk cara pandangnya tentang belajar.

Berdasarkan uji statistik didapatkan adanya perbedaan yang signifikan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah pemberian teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok. Dengan demikian menunjukkan bahwa dengan teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok efektif dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMK Negeri 2 Pinrang.

Penelusuran data yang diperoleh melalui observasi ternyata perubahan yang terjadi pada diri siswa, memang diakibatkan adanya pemberian teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok, bukan faktor lain. Hal ini terlihat pada hasil pengamatan pada pertemuan pertama, terdapat 2 orang siswa yang berada pada kategori rendah, 8 orang siswa pada kategori sedang, 5 orang siswa berada pada kategori tinggi, dan 5 orang siswa pada kategori sangat tinggi, dan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat rendah. Pada pertemuan kedua, terdapat 1 orang siswa yang berada pada kategori sedang, 8 orang siswa yang berada pada kategori tinggi, 11 orang siswa yang berada pada kategori sangat tinggi, dan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Pada pertemuan ketiga, terdapat 5 orang siswa yang berada pada kategori tinggi, 15 orang siswa berada pada kategori sangat tinggi, dan tidak terdapat siswa yang menempati kategori sangat rendah, rendah, dan sedang.

Berdasarkan hasil yang diperoleh maka setiap pertemuan partisipasi siswa mengalami peningkatan dan memberikan bukti bahwa kegiatan yang dilaksanakan dapat diikuti dengan baik oleh para siswa.

**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Hasil penelitian mengenai Penerapan Bibliokonseling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMK Negeri 2 Pinrang, disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat Kepercayaan Diri Siswa SMK Negeri 2 Pinrang sebelum diberikan teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok kategori sedang. dan Tingkat Kepercayaan Diri Siswa SMK Negeri 2 Pinrang setelah teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompokkategori tinggi.
2. Penerapan Teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMK Negeri 2 Pinrang.
3. **Saran**

Sebagaitindak lanjut dari hasil penelitian ini, maka penulis mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat dijadikan masukan, sebagai berikut:

1. Guru pembimbing agar memperhatikan dan membina siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah.
2. Guru bidang studi, sekiranya menjadikan teknik bibliokonseling dalam proses belajar mengajar di kelas sebagai teknik bimbingan kelompok agar kepercayaan diri siswa dapat meningkat.

64

1. Pimpinan sekolah, sekiranya mengembangkan kemampuan guru pembimbimbing dalam hal menjadikan teknik bibliokonseling sebagai salah satu solusi dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.
2. Peneliti selanjutnya, hendaknya melanjutkan hasil penelitian ini dengan berupaya mengadakan penelitian yang lebih memfokuskan pada efektifitas teknik bibliokonseling dalam bimbingan kelompok dalam mengatasi masalah yang lain.

**DAFTAR PUSTAKA**

#### Abdullah, Mardziah Hayati. 2007.  Bibliotherapy by ERIC Digest, (Online), (<http://www.ericdigests.org/2003-4/bibliotherapy.html>, diakses 21 Februari 2013 Pukul 19.45 WITA.

Arifin, Zainal. 2011. <http://shifa-idha-salsabila.blogspot.com/2011/11/keefektifan-penerapan-bibliokonseling.html>, diakses 10 Februari 2013 Pukul 19.00 WITA.

Drajat. 1997. (<http://decungkringo.wordpress.com/2012/03/31/kepercayaan-diri-self-confidence/>, diakses 28 Februari 2013 Pukul 19.25 WITA.

Fitzgerald, Jane A. 2007. *Encyclopedia of Mental Disorders: A-Br Bibliothrapy*, (Online), <http://www.minddisorders.com/A-Br/Bibliotherapy.html>, diakses 21 Februari 2013 Pukul 19.30 WITA.

Ghufron, N & Risnawita, R. 2012. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Gunawan (Blog) <http://wargasawitto.blogspot.com/2013/02/ciri-ciri-seseorang-yang-percaya-diri-pd.html>, diakses 28 Februari 2013 Pukul 19.00 WITA.

Hadi, Sutrisno. 2000. *Statistik, Jilid 1 dan 2*, Yokyakarta: Andi Offset.

­­­­­­­­­­­­Jamila. 2007. *Penggunaan Biblioterapi dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa di SMTI Makassar. Skripsi* (tidak diterbitkan). Makassar: Jurusan Psikologi UNM.

Mahmud, A & Sunarty, K. 2008. *Model-model Bimbingan dan Konseling*. Makassar: Panitia Sertifikasi Rayon 24 UNM.

McLeod, John. 2010. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Neugrug, Ed. 2009. *Penggunaan Biblioterapi dalam Bimbingan Kelompok*. Makassar: Jurusan Psikologi UNM.

NN. <http://www.surgaberita.com/2012/02/10-cara-meningkatkan-percaya-diri.html>, diakses 1 Maret 2013 Pukul 19.00 WITA.

665

Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : PT. Refika Aditama.

Perry, Martin. 2005. *Confidence Boosters (Pendongkrak Kepercayaan Diri)*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama.

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil).* Jakarta : Ghalia Indonesia.

Romlah, T. 1989. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.

Smith, Carl. 2000. *The* *Sibling Connection booklist, Bibliotherapy for Bereaved Siblings*, (Online), (<http://www.holisticonline.com/Remedies/Depression/dep_bibliotherapy.htm>, diakses 21 Februari 2013 Pukul 19.40 WITA.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sukardi, Dewa ketut. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah.* Jakarta. Penerbit : Rineka Cipta.

Tiro, 2004. *Dasar-dasar Statistik*. Ujung Pandang: UNM.

67