**BAB II**

**KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS**

1. **KAJIAN PUSTAKA**
2. **Konsep dasar kepercayaan diri**
3. **Pengertian kepercayaan diri siswa**

Kepercayaaan diri atau *self confidence* adalah keyakinan terhadap penilaian diri atas kemampuan diri dan kepantasan diri untuk merasakan berhasil. Menurut Wills (Ghufron dan Risnawati, 2017), kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Pendapat senada dikemukakan oleh Hakim (2011) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kelebihan yang dimilikinya untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Menurut Anthony (Ghufron dan Risnawati, 2017) kepercayaan diri merupakan sikap yang dimiliki seseorang dari dalam dirinya untuk menerima kenyataan hidup, mengembangkan kesadaran diri, selalu berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Bandura (Ahmadi, 2008) mendefenisikan kepercayaan diri sebagai suatu keyakinan seseorang yang mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan. Selanjutnya, Breneche dan Amich (Istadi, 2007) menjelaskan kepercayaan diri merupakan suatu perasaan cukup aman dan tahu apa yang dibutuhkan dalam kehidupannya sehingga tidak perlu membandingkan dirinya dengan orang lain dalam menentukan standar, karena ia selalu dapat menentukan sendiri.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap yang dimiliki seseorang dalam menerima kesadaran diri, kenyataan hidup yang dimilikinya, selalu berpikir positif, melakukakan hal-hal positif, yakin akan kemampuan yang dimilikinya, bertanggung jawab dengan perbuatannya , melakukan sesuatu dengan kehendak dan mampu menyenangkan orang lain.

1. **Aspek-aspek Kepercayaan Diri**

Menurut Rini (Ghufron dan Risnawati, 2017), 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.

Menurut Lauster (Ghufron dan Risnawati, 2017), orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah yang disebutkan dibawah ini:

1. Keyakinan kemampuan diri, adalah sikap positif seseorang tentang dirinya, ia akan mampu bersungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
2. Optimis, adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
3. Objektif, orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya. Bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
4. Bertanggung jawab, adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
5. 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.

Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Lauster, Fasikhah (Hakim, 2002) menyebutkan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri adalah tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, cukup berambisi, tidak perlu dukungan orang lain, tidak berlebihan, optimistik, mampu bekerja secara efektif, bertanggung jawab atas pekerjaannya, dan merasa gembira.

Menurut Surya (2010), aspek psikologis yang mempengaruhi dan membentuk percaya diri, yaitu gabungan unsur karakteristik citra fisik, citra psikologis, citra sosial, aspirasi, prestasi, dan emosional, antara lain: 1) *Self-Control* (Pengendali diri), 2) suasana hati yang sedang dihayati, 3) citra fisik, 4) citra sosial, dan 5) *self-image* (citra diri) ditambah aspek keterampilan teknis, yaiu kemampuan menyusun kerangka berpikir dan keterampilan berbuat dalam menyelesaikan masalah

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif mempunyai toleransi yang baik, sikap yang positif, bergaul secara fleksibel, mempunyai kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab dan rasional terhadap masalah yang dihadapinya. Dengan kemampuan-kemampuan tersebut individu mempunyai kemungkinan untuk lebih sukses dalam menjalani kehidupan bila dibandingkan dengan orang yang kurang atau tidak percaya diri

1. **Ciri-ciri kepercayaan diri siswa**

Menurut Hakim (2002), orang yang percaya diri mampu menjalankan tugas-tugas dengan baik dan bertanggung jawab serta mempunyai rencana terhadap masa depannya, kreatif, toleransi, dalam pekerjaannya dan biasanya orang tersebut mempunyai keyakinan pada diri sendiri.

Hakim (2002) mengatakan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

1. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu
2. Mempunyai potensi dan kemampuan memadai
3. Mandiri, yaitu orang yang memandang segala sesuatu sendiri tanpa menunggu perintah orang lain
4. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
5. Memiliki keahlian atau keterampilan
6. Memiliki kemampuan bersosialisasi
7. Optimis, yaitu orang yang memandang segala sesuatu dari segi yang mengandung harapan baik dan bereaksi positif dalam menghadapi masalah
8. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan memikul bagian terhadap urusan dirisendiri sehingga dapat memikul kepercayaan dengan baik
9. Tidak mementingkan diri sendiri yaitu merupakan suatu tindakan untuk memikirkan orang lain bukan untuk memusatkan perhatian terhadap kepentingan sendiri
10. Tidak memerlukan dukungan orang lain yaitu seseorang yang memiliki pribadi yang matang ialah orang yang dapat menguasai lingkungan secara aktif dan mandiri tanpa menuntut banyak dari orang lain.

Teori Lauster (2008) tentang kepercayaan diri mengemukakan ciri-ciri orang yang percaya diri, yaitu:

1. Percaya pada kemampuan sendiri yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut.
2. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yaitu dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil.
3. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri yaitu adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya.
4. Berani mengungkapkan pendapat adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.

Berdasarkan pendapat-pedapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu yaitu mampu mengerjakan sesuatu dengan mandiri, menyesuaikan diri dengan lingkungan, menerima diri secara realistik, bertanggung jawab, optimis, menghargai diri secara positif dan tidak mementingkan diri sendiri.

1. **Faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri**

Menurut Ghufron dan Risnawati (2017) faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri:

1. Konsep diri

Menurut Anthony kepercayaan diri diawali dari perkembangan diri dari hasil pergaulan suatu kelompok.

1. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilain yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso berpendapat bahwa 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 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 dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

Menurut Hakim (2002) “berbagai kelemahan pribadi yang menjadi penyebab timbulnya rasa tidak percaya diri adalah cacat atau kelainan fisik, buruk rupa, ekonomi lemah, status sosial, status perkawinan, sering gagal, kalah bersaing, pendidikan rendah, sulit menyesuaikan diri”. Lebih lanjut, Lauster (Hakim, 2007:17) mengemukakan faktor -faktor yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

1. Kemampuan pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri, dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya, tidak tergantung dengan orang lain, dan mengenal kemampuan diri.
2. Interaksi sosial, yaitu mengenai bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima serta menghargai orang lain.
3. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif mengenai kelebihan dan kekurangannya

Pendapat-pendapat di atas, disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang yaitu faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal termasuk konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. faktor eksternal termasuk pendidikan, pekerjaan dan lingkungan.

1. **Konsep Dasar Teknik *Confrontation* dalam Konseling Gestalt**
2. **Pengertian Konseling Gestalt**

Corey (2015) mengemukakan pendekatan Gestalt adalah terapi humanistik eksistensial yang berdasarkan premis, bahwa inividu harus menemukan caranya sendiri dalam hidup dan menerima tanggung jawab pribadi jika individu mencapai kedewasaan. Tujuan dasar pendekatan ini adalah agar konseli mencapai kesadaran tentang apa yang mereka rasakan dan lakukan serta belajar bertanggung jawab atas perasaan, pikiran dan tindakan sendiri. Selanjutnya, pendekatan ini juga dianggap pendekatan yang hidup dan mempromosikan pengalaman langsung, bukan sekedar membicarakan pengalaman dalam konseling. Oleh karena itu, pendekatan ini disebut juga *expriental*, di mana konseli merasakan apa yang mereka rasakan, pikirkan dan lakukan pada saat konseli berinteraksi dengan orang lain.

Komalasari, dkk (2011) menjelaskan bahwa asumsi dasar terapi Gestalt adalah individu-individu mampu menangani sendiri masalah-masalah hidupnya secara efektif. Tugas utama terapi adalah membantu konseli agar mengalami sepenuhnya keberadaannya di sini dan sekarang dengan menyadarkan atas tindakannya mencegah diri sendiri dan merasakan dan mengalami saat sekarang. Oleh karena itu terapi Gestalt pada dasarnya non interpretatif dan sedapat mungkin, konseli menyelenggarakan terapi sendiri. Mereka membuat penafsiran-penafsirannya sendiri, menciptakan pernyataan-pernyataannya sendiri dan menemukan makna-maknanya sendiri. Akhirnya, konseli didorong untuk langsung mengalami perjuangan di sini dan sekarang terhadap urusan yang tak selesai dan sekarang.

Proses konseling Gestalt, konseli yang menentukan tingkah laku apa *(what)* yang akan diubah, sedangkan konselor menentukan cara yang digunakan untuk mengubahnya *(how).* Hal ini sama halnya dengan konselor berfungsi sebagai pemberi arahan dan sebagai orang yang mengendalikan proses konseling yang berlangsung namun konseli sebagai orang yang bersiap untuk diarahkan dengan sukarela.

Pendekatakan Gestalt memiliki banyak teknik salah satunya teknik *confrontation*, teknik ini muncul di banyak pendekatan lain dan tersembunyi dalam pendekatan Humanistik-Eksistensial dan *Microskills.* Menurut Erford (2017), teknik konfrontasi adalah teknik tantangan untuk membantu konseli menganalisis naratif mereka dari diskrepansi dan kontradiksi antara kata dan perbuatan konseli. Melalui proses menyadari berbagai proses tersebut, konseli dapat menghindari munculnya masalah yang dapat berbahaya bagi kondisi siswa. Pada saat konseli mencoba berusaha terlalu keras untuk meningkatkan kepercayaan diri, hasil yang dirasakan justru akan membuat konseli merasakan kepercayaan diri dan menguras pikiran serta tenaga sehingga siswa menjadi tidak percaya diri dan tidak mampu mengendalikan situasi yang terjadi.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa pendekatan Gestalt, berasumsi bahwa individu mampu menangani masalahnya sendiri, mereka mampu menyadari apa yang mereka rasakan, dan apa yang mereka fikirkan, sehinngga mereka mampu menyelenggarakan terapinya sendiri, karena memiliki persepsi sendiri dan mampu menemukan makna hidupnya sendiri, sehingga mereka mampu mengambil tindakannya sendiri.

1. **Pengertian teknik *Confrontation***

Konsep dasar *confrontation*, berasal dari konseling Gestalt. Gestalt itu sendiri merupakan jenis pola yang unik terdiri dari bagian-bagian yang terdiri dalam bagian-bagian yang terintegrasi dalam satu keseluruhan.

Menurut Erford (2017), teknik konfrontasi adalah teknik tantangan untuk membantu konseli menganalisis naratif mereka dari diskrepansi dan kontradiksi antara kata dan perbuatan konseli. Pendapat senada diungkapkan oleh Knaap (Diniah K, 2017) yang menjelaskan bahwa konfrontasi merupakan perangkat yang dilakukan konseli dengan hati-hati dan sadar, dalam menunjukan kontradiksi dari pikiran, tindakan, perasaan yang dialami konseli.

Menurut Leman (Diniah K, 2017) Konfrontasi merupakan teknik yang menantang konseli untuk melihat adanya inkonsistensi antara perkataan dengan perilaku/perbuatan atau bahasa badan, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dengan kepedihan, dan sebagainya. Tujuannya adalah: mendorong konseli mengadakan penelitian diri secara jujur, meningkatkaan potensi konseli, membawa konseli kepada kesadaran adanya diskrepansi, konflik atau kontradiksi dalam dirinya.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik konfrontasi merupakan keterampilan konselor membantu konseli untuk menyadari adanya kesenjangan antara kata dan perbuatan atau bahasa badan, pikiran, tindakan dan perasaan konseli sehingga konseli dapat merubah perilakunya menjadi terarah dan menjalani gaya hidup yang sehat.

1. **Asumsi Penggunaan Teknik *Confrontation***

Safaria (2005) menjelaskan teknik *confrontation* ini merupakan salah satu teknik dalam terapi Gestalt, yang memandang bahwa:

1. Individu itu dapat mengatasi masalahnya sendiri dan memiliki kesanggupan memikul tanggung jawabnya sendiri
2. Kesadaran adalah bagian yang paling penting dari pengaturan diri individu, agar ia mengetahui keseimbangannya sendiri kemudian mencari dan menemukan apa yang diperlukan untuk memenuhi keseimbangannya tersebut, individu harus menyadari dirinya sendiri.

Menurut Erford (2017), konfrontasi sebagai salah satu keterampilan microskills sering dianggap sebagai tindakan bermusuhan dan agresif. Dalam konseling dan terapi, konfrontasi biasanya merupakan proses yang lebih lembut dimana kita menunjukan kepada konseli perbedaan antara atau diantara sikap, pikiran atau perilaku. Dalam konfrontasi, individu langsung dihadapkan dengan fakta bahwa selain mungkin mengatakan apa yang mereka maksudkan, atau melakukan selain dari apa yang mereka lakukan.

Kunci untuk meningkatkan pemahaman konseli adalah mendengarkan secara aktif dan membantu konseli untuk mengekspresikan sikap dan perilaku mereka, dan keyakinan irasional serta mekanisme pertahanan yang membuat mereka terjebak ditempatnya sekarang. Begitu didiskusikan secara terbuka, konfrontasi empatik dapat digunakan untuk menciptakan langkah maju dan melepaskan konseli dari keterjebakan.

Mendasari implementasi efektif konfrontasi adalah aliansi. Terapeutik yang kuat. Kepercayaan dan respek antara konseli dan konselor harus kuat agar konfrontasi diterima sepenuhnya, dan sukses sepenuhnya. Jadi, membangun hubungan melalui strategi dan pendekatan terpusat-orang adalah prasyarat kunci konfrontasi. Saling mempercayai, saling menghormati, saling memahami, dan perhatian yang tulis dicapai melalui anggapan positif tanpa syarat. Kekuatan ini adalah kekuatan hubungan fondasional yang menciptakan motivasi konseli untuk bekerja bersama konselor profesional, khususnya jika konfrontasi terjadi tentang diskrepansi antara ucapan dan tingkah laku konseli.

1. **Langkah atau prosedur penerapan teknik *Confrontation***

Menurut Erford (2017), langkah yang digunakan untuk mengimplementasikan teknik konfrontasi yaitu:

1. Mendengarkan konseli secara aktif untuk mengidentifikasi diskrepansi, ambivalensi, dan pesan-pesan campur-aduk. Mengidentifikasi enam tipe diskrepansi yang harus disimak konselor, termasuk (a) diskrepansi antara pesan verbal dan nonverbal. (b) keyakinan dan pengalaman (c) nilai-nilai dan perilaku (d) ucapan dan perilaku (e) pengalaman dan rencana dan (f) pesan verbal.
2. Konselor profesional membantu merangkum dan mengklarifikasi diskrepansi-diskrepansi konseli, kemudian menggunakan keterampilan observasi dan mendengarkan tambahan untuk membantu konseli mengatasi konflik-konflik internal dan eksternal yang yang diakibatkan oleh diskrepansi-diskrepansi tersebut.
3. Mengusulkan konselor profesional untuk mengonfrontasi konseli secara empatik dengan cara yang dapat diterima oleh konseli. Mengetahui cara yang mungkin diterima atau tidak diterima oleh konseli membutuhkan banyak *insight*, keterampilan, dan pengalaman.
4. Melibatkan mengamati/mengobservasi dan mengevaluasi efektifitas konfrontasi. Dua skala evaluasi konfrontasi telah diusulkan: *client change scale* (skala perubahan konseli) .

Langkah-langkah yang digunakan dalam teknik konfrontasi yaitu: mendengarkan konseli untuk menemukan kesenjangan antara kata dan perbuatannya, merangkum dan mengklarifikasikan konflik internal dan eksternal yang diakibatkan oleh diskrepansi, mengonfrontasikan dengan mengintegrasikan kedalam tanya jawab dan refleksi perasaan yang difokuskan secara positif dan mengamati mengevaluasi efektifitas konfrontasi.

1. **Konsep Dasar Bimbingan Kelompok**

**a. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang mengalami masalah. Suasana kelompok, yaitu antarhubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok, dapat menjadi wahana dimana masing-masing anggota kelompok tersebut secara perseorangan dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan masalahnya tersebut. Bimbingan kelompok adalah bimbingan yang dilakukan secara kelompok terhadap sejumlah individu sekaligus sehingga beberapa orang atau individu sekaligus dapat menerima bimbingan yang dimaksudkan. (Hartinah, 2009)

Prayitno (Khaerudin, 2014) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok. Tohirin (Khaerudin, 2014) menambahkan, bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan dan pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Dalam layanan bimbingan kelompok dibahas topic-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok. Masalah yang menjadi topic pembicaraan dalam layanan bimbingan kelompok, dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (pembimbing atau konselor). Sedangkan menurut Rusmana (Nurnaningsih, 2011) bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan oleh konselor kepada sekelompok peserta didik atau siswa untuk menyelesaikan permasalahan yang dialaminya dalam bentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

**b. Manfaat dan Tujuan Bimbingan Kelompok**

Menurut Sukardi (Khaerudin, 2014), manfaat bimbingan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

1. Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya.
2. memiliki pemhaman yang obyektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
3. menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok
4. menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik
5. melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula

Tohirin (Khaerudin, 2014) secara rinci mengkategorikan tujuan bimbingan kelompok menjadi dua, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus yang dijabarkan sebagai berikut:

1). Tujuan Umum

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi yang dimiliki oleh peserta didi atau siswa.

2). Tujuan Khusus

Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, perasaan, pikiran, persepsi wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.

Menurut Dinkmeyer dan Muro (khaerudin, 2014) tujuan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

1. membantu setiap anggota kelompok mengetahui mengetahui dan memahami dirinya untuk membantu proses menemukan identitas
2. dengan memahami diri sendiri, maka siswa diharapkan akan semakin mampu mengembangkan penerimaan diri dan merasa berharga sebagai pribadi
3. membantu mengembangkan keterampilan sosial dan kecakapan antar pribadi, sehingga siswa mampu melaksanakan tugas perkembangan dalam kehidupan sosial-pribadi
4. menumbuh kembangkan kecakapan mengarahkan diri, memecahkan masalah, dan mentransfer kecakapan ini untuk digunakan dalam kehidupan sosial sehari-hari
5. membantu mengembangkan kepekaan terhadap kebutuhan orang lain sehingga menyadari dan bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya kepada orang lain.
6. membantu siswa belajar bagaimana menjadi pendengar yang empatik yang mampu mendengar bukan saja apa yang diucapkan tetapi juga dapat mendengar perasaan-perasaan yang mengikuti ucapan orang lain.
7. membantu siswa untuk bisa member makna terhadap sesuatu sesuai dengan keyakinan dan pemikiran yang dimilikinya
8. membantu setiap angota kelompok untuk dapat merumuskan tujuan-tujuan tertentu yang akan diwujudkan secara konkrit.

**c. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok**

Nurihsan (2009) menjelaskan bahwa adapun tahap-tahap dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok adalah 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, meliputi kegiatan: mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas bimbingan kelompok, saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, teknik khusus, permainan penghangatan/pengakraban.

2). Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam tahap ini dilakukan kegiatan sebagai berikut:

a). Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya;

b). Menawarkan atau mengamati kesiapan para anggota untuk menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya;

c). Membahas suasana yang terjadi;

d). Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, dan

e). Kalau perlu kembali kebeberapa aspek tahap pertama atau tahap pembentukan.

3). Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan kegiatan inti dalam bimbingan kelompok. Sasaran yang ingin dicapai dalam tahap ini adalah dibahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok. Sasaran lain yang terpenting adalah teriptanya suasana untuk mengembangkan diri anggota kelompok, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan komunikasi (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 pada bimbingan kelompok yang diselenggarakan apakah bimbingan kelompok harus bebas atau bimbingan kelompok tugas .

4). Tahap Pengakhiran

Tahap ini merupakan tahap penutup dalam satu atau seluruh rangkaian pertemuan kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan-kegiatan yang perlu dilakukan pemimpin kelompok pada tahap ini adalah:

a). Penyampaian pengakhiran kegiatan

b). Mengemukakan Kesan-kesan

c). Penyampaian tanggapan-tanggapan

d). Pembahasan Kegiatan Lanjutan

e). Penutupan

1. **Kerangka Pikir**

Kepercayaan diri siswa adalah sikap yang dimiliki individu dalam menerima kenyataan hidup yang dimilikinya baik dalam kemampuan yang dimilikinya, berpikir positif, optimis dalam menghadapi masalah serta bertanggung jawab. Meningkatkan kepercayaan diri siswa bukan lagi hal yang asing didengar oleh telinga, kepercayaan diri menjadi perhatian khusus di berbagai sekolah di Indonesia khususnya di SMA Negeri 15 Makassar.

Fenomena kepercayaan diri rendah diakibatkan oleh cara berpikir yang irasional dan cara penafsiran suatu peristiwa sehingga mengakibatkan pemaknaan yang negatif terhadap peristiwa tersebut. Siswa yang tidak memiliki rasa tidak percaya diri takut menerima tanggapan atau penilaian negatif dari orang lain. Ketika siswa melakukan diskusi di dalam kelas memiliki rasa takut salah dengan pendapatnya sehingga membuat diskusi di dalam kelas membosankan. Hal ini dapat dikaitkan dengan keyakinan diri mereka karena merasa kurang dalam kemampuan dirinya. Oleh karena itu peneliti menerapkan *treatment* yang berkaitan dengan pengubahan cara menafsirkan suatu peristiwa dan memaknai peristiwa tersebut. Salah satu teknik yang dapat dilaksanakan untuk membantu siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah yaitu dengan teknik konfrontasi dari pendekatan Gestalt. Teknik ini merupakan suatu teknik konseling yang berpusat pada konseli, dengan membantu konseli cara mengeksplorasi dan menemukan motivasi intrinsik, yang akan digunakan untuk perubahan perilaku.

Menurut Wills (Ghufron dan Risnawati, 2017), kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Menurunnya kepercayaan diri siswa mengakibatkan siswa tidak memiliki keyakinan kemampuan diri, tidak memiliki sikap optimis dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya, bersikap tidak objektif, tidak memiliki rasa tanggung jawab, dan tidak memiliki pemikiran rasional dan realistis. Salah satu teknik yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah teknik *Confrotntation*.

Menurut Erford (2017), teknik konfrontasi adalah teknik tantangan untuk membantu konseli menganalisis naratif mereka dari diskrepansi dan kontradiksi antara kata dan perbuatan konseli. Teknik *Confrontation* adalah membantu konseli untuk menyadari adanya kesenjangan antara kata dan perbuatan atau bahasa badan, pikiran, tindakan dan persaan konseli sehingga konseli dapat merubah perilakunya menjadi terarah dan menjalani gaya hidup yang sehat. Langkah-langkah teknik *Confrontation* melibatkan konseli secara aktif untuk mengidentifikasi diskrepansi, ambivalensi, dan pesan-pesan campur-aduk. Konselor profesional membantu merangkum dan mengklarifikasi diskrepansi-diskrepansi konseli, kemudian menggunakan keterampilan observasi dan mendengarkan tambahan untuk membantu konseli mengatasi konflik-konflik internal dan eksternal yang diakibatkan oleh diskrepansi-diskrepansi tersebut. Mengusulkan konselor profesional untuk mengonfrontasi konseli secara empatik. Melibatkan mengamati/mengobservasi dan mengevaluasi efektifitasi konfrontasi.

Berdasarkan latar belakang dan kajian teori diatas, maka kerangka fikir dapat digambarkan sebagai berikut:

32

Faktor Internal

Teknik *Confrontation*

Kepercayaan Diri

rendah

Pikiran Rasional

Prosedur Pelaksanaan Teknik *Confrontation*:

1. Mengidentifikasi untuk menemukan diskrepansi
2. Merangkum dan mengklarifikasi.
3. Mengonfrontasikan secara empatik
4. Mengamati dan mengevaluasi

Faktor Eksternal

Aspek-aspek Kepercayaan diri:

1. Memiliki keyakinan kemampuan diri
2. Sikap optimis dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
3. Bersikap objektif
4. Memiliki rasa tanggung jawab.
5. Memiliki pemikiran rasional dan realistis

**Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikir**

1. **HIPOTESIS**

33

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 15 Makassar.