

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil Sekolah

- a. Nama Sekolah : MA NURUR RAHMAH
- b. NPSN / NSM : 20584727 / 131235290014
- c. SK Izin Pendirian : AHU-2246.AH.01.04. TAHUN
2011
- d. SK Izin Operasional : AHU-2246.AH.13.01. TAHUN
2017
- e. Status Akreditasi : B
- f. Tahun Beroperasi : 2005
- g. Alamat : BATU JARAN PRAGAAN DAYA
- h. No. Telp/HP : 082337854011
- i. Nama Yayasan : YAYASAN PENDIDIKAN DAN
SOSIAL NURUR RAHMAH
- j. Nama Kepala Yayasan : NOR HAYATI, S.Ag
- k. SK Pengangkatan : 001/YPS.NR/L.SK/VII/2005

2. Deskripsi Data

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah swasta MA Nurur Rahmah di desa Pragaan Daya Sumenep pada tanggal 6 Februari 2022 sampai tanggal 05 Maret 2022. Kegiatan penelitian ini dilakukan pada siswa MA Nurur Rahmah untuk memperoleh data-data penting yang dapat membantu dalam penyelesaian penelitian yang berjudul “Efektivitas

Pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa MA Nurur Rahmah Desa Pragaan Daya". Peneliti mengangkat judul penelitian ini berdasarkan problem yang muncul di sekolah tersebut. Masih banyak sekali siswa yang tidak percaya diri dan itu akan mempengaruhi aktivitas belajarnya.

Eksperimen merupakan jenis penelitian dalam kajian melalui memberikan lembar skala tingkat kepercayaan diri siswa. Sedangkan foto-foto kegiatan pelaksanaan melalui dokumentasi dan lain sebagainya. Berkaitan dengan skala, peneliti memberikan 37 item pernyataan. Item pernyataan yang disebarkan sudah selesai uji validitas serta uji reabilitas.

3. Data Kuantitatif

a. Data pengukuran awal (*Pre-Test*)

Berdasarkan keputusan sampel yang dilakukan dengan sampling purposive yakni keputusan sampel dengan alasan tertentu maka terpilihlah 8 siswa laki-laki atas rekomendasi guru BK yang kemudian diberikan *treatment* melalui konseling individual dengan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT). Peneliti memberikan skala kepercayaan diri terlebih dahulu untuk mengetahui kondisi awal siswa, berikut hasil *pre-test*:

Tabel 4. 1

Data Hasil *Pre-Test* Skala Tingkat Kepercayaan Diri Siswa

NO.	Subjek Penelitian	Skor Tingkat Kepercayaan Diri	Keterangan
1.	AR	93	Cukup Baik
2.	ARE	84	Cukup Baik
3.	FI	81	Cukup Baik
4.	FM	93	Cukup Baik
5.	MZA	93	Cukup Baik
6.	MI	94	Cukup Baik
7.	MF	78	Cukup Baik
8.	ZAF	97	Cukup Baik

Dari hasil *pre-test* yang telah diberikan kepada 8 siswa telah diketahui hasil skor *pre-test* yang berpedoman pada prediktor nilai dan kategori tingkat kepercayaan diri antara masing-masing siswa. Selanjutnya akan diberikan *treatment* atau perlakuan melalui layanan konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior therapy*.

b. Data hasil *treatment*

Treatment berupa konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* diberikan kepada siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Dalam penelitian ini konseling dilakukan kepada siswa yang telah direkomendasikan oleh guru BK sebanyak 8 siswa yaitu. AR, ARE, FI, FM, MZA, MI, MF, dan ZAF. Pemberian konseling individu dengan pendekatan konseling

cognitive behavior therapy ini diberikan kepada siswa di ruang BK. Pemberian konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* ini diberikan oleh peneliti yakni untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Adapun uraian dalam pemberian treatment sebagai berikut:

1) Pemberian konseling individu (sesi pertama)

Hari/Tanggal : Minggu, 13 Februari 2022

Pukul : 09.00 – 09.30

Tempat : Ruang BK

Tujuan : Pengenalan seerta pengungkapan tujuan yang merupakan tahap pengenalan sekaligus untuk menanggapi klien menyusun kembali masalah dan menyadari *life style* serta menurunkan penilaian negatif terhadap dirinya.

Kegiatan : Pada sesi pertama, sesi ini sebagai tahapan awal dengan pengenalan dan pengungkapan tujuan. Membentuk Hubungan konsultatif dengan klien (*rapport*). Kunci sukses kerjasama Ini terdiri dalam menegakkan prinsip-prinsip orientasi dan nasihat, khususnya prinsip-prinsip otonomi, kerahasiaan, keterbukaan dan tindakan. Mendefinisikan dan memperjelas masalah.

Hubungan konseling berjalan baik dengan klien mengimplikasikan diri, maka konselor dapat membantu menjelaskan masalah klien. Membuat mengestimasi. Konsultan mengestimasi bantuan yang akan diberikan dengan menilai potensi masalah dan, khususnya, mengembangkan semua pelanggan potensial dan Memutuskan apa yang tepat untuk mengantisipasi masalah yang akan muncul pelanggan. (1) Menandatangani sebuah kontrak. Menyelesaikan kesepakatan antara konselor dan klien yang meliputi: (2) kontrak layanan, pembagian tugas antara klien dan konsultan; dan (3) Perjanjian Kerjasama. Proses konsultasi, yaitu adanya peran dan tanggung jawab dengan klien dan konsultan dalam semua kegiatan konsultasi. Dalam tahap ini pada saat proses konseling berlangsung konselor mulai mencatat semua hal yang disampaikan oleh klien mengenai permasalahannya dengan tujuan untuk mengetahui dan lebih mendalami objek permasalahan. Menjelajahi keadaan

pelanggan yang lebih dalam. Investigasi masalah harus memberi klien kesempatan untuk mengatasi masalah apa pun yang muncul. penasehat melaksanakan *reassessment*, bersama klien mengingat kembali permasalahan yang dihadapi klien. Mempelihara hubungan konseling tetap terjaga dengan baik.

Dalam tahap akhir, Klien bersama konselor menyusun tafsiran terhadap hasil konsultasi. Menetapkan rencana tindakan yang akan dilaksanakan berdasarkan kesepakatan yang direncanakan setelah proses konsultasi awal. Menganalisis hasil konsultasi untuk pertemuan selanjutnya.

2) Pemberian konseling individu (sesi kedua)

Hari/Tanggal : Minggu/20 Februari 2022

Pukul : 07.00 – 07.30

Tempat : Ruang BK

Tujuan : Membantu klien dalam proses pertumbuhan perkembangannya dan menghindari hasil-hasil yang tidak diinginkan. Adapun juga membantu klien

mengatasi dan menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.

Kegiatan : Pada sesi kedua, berfokus pada arahan bagi individu agar tercapai perubahan perilaku yang lebih konstruktif.

Dalam proses konseling berlangsung konselor memberi stimulus terkait hasil atau perubahan yang didapat dipertemuan sebelumnya dan juga klien diminta untuk mengutarakan segala hal mengenai permasalahannya dan juga konselor mencatat kembali apa yang telah disampaikan oleh klien. Klien diarahkan oleh konselor agar bisa mengambil keputusan pada permasalahannya sendiri.

Pada tahap akhir konselor menanyakan pada klien apa perasaan dan kesan yang dirasakan oleh klien saat kegiatan konseling berlangsung dan memberikan motivasi kepada klien agar dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik.

3) Pemberian konseling individu (sesi ketiga)

Hari/Tanggal : Kamis, 24 Februari 2021

Pukul : 07.00 – 07.30

Tempat : Ruang BK

Tujuan : Mengeksplorasi hasil kegiatan yang telah dilakukan dalam proses konseling dari sesi pertama hingga terakhir serta pemberian *post-test* untuk mengetahui sejauh mana perubahan kemampuan kepercayaan diri siswa

Kegiatan : Pada sesi ketiga, individu sudah menentukan keputusan dan pilihan kegiatan apa yang dilakukan sebagai cara pemenuhan keinginan dan kegiatan, sehingga perlu adanya rancangan kegiatan (tahapan *planning*). Pada sesi ini, individu bersama konselor membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan oleh individu sesuai dengan pilihan kegiatan yang telah disepakati bersama.

Dalam sesi ini juga sebagai sesi terakhir kegiatan individu dengan fokus terminasi dan *follow up*. Sesi ini bertujuan untuk mengungkap perasaan dan pikiran individu setelah pelaksanaan konseling individu. Selanjutnya, pada sesi ini juga adanya tindak lanjut terhadap hasil kegiatan yang telah

disepakati dan dilakukan sehingga akan diketahui sejauh mana tingkat keberhasilan dan kemajuan kegiatan baru tersebut serta pemberian *post-test*.

c. Data hasil *post-test*

Dapat diketahui hasil skor *post-test* yang dilakukan setelah siswa diberikan *treatment* melalui layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dari hasil skor ini dapat diketahui adanya perubahan atau tidak setelah diberikan *treatment*. Dari hasil skor setelah diberikan *treatment*:

Tabel 4. 2
Data Hasil *Post-test* Skala Tingkat Kepercayaan Diri Siswa

NO.	Subjek Penelitian	Skor Tingkat Kepercayaan Diri	Keterangan
1.	AR	124	Baik
2.	ARE	114	Baik
3.	FI	143	Baik
4.	FM	138	Baik
5.	MZA	128	Baik
6.	MI	136	Baik
7.	MF	113	Baik
8.	ZAF	142	Baik

Analisis individu setiap klien:

- a. Di awal pertemuan klien AR memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan di tandai merasa malu untuk mengajak berbicara terlebih dahulu. Dan setelah diberikan *treatment* tiga kali dengan menggunakan konseling *cognitive behavior therapy* ada perubahan perilaku bisa dilihat dari sikap klien sudah mampu berinteraksi dengan teman-temannya.
- b. Klien ARE memiliki permasalahan kepercayaan diri dengan ditandai klien merasa takut untuk berinteraksi dengan teman-temannya. Lalu diberikan *treatment* tiga kali dengan menggunakan konseling *cognitive behavior therapy* klien ARE memiliki perubahan perilaku bisa dilihat dari hasil pre-test klien ARE memiliki skor 84 dan skor *post-test* 103 sehingga ada perubahan pada sikap pada klien, ia mulai berani tampil di depan kelas dan tidak merasa takut lagi.
- c. Di awal pertemuan klien FI memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan masalah klien tidak berani untuk memulai pembicaraan terlebih dahulu sama temannya (pendiam), dan memiliki skor *pretest* 81. Setelah diberikan *treatment* tiga kali dengan konseling *cognitive behavior therapy* klien FI memiliki skor *posttest* 143 sehingga naik 62 dan memiliki pribadi yang lebih baik dari sebelum diberikan diberikan *treatment*. Pada pertemuan kedua klien sudah mampu mengungkapkan masalahnya dan berani mengambil keputusan pada setiap masalahnya. Dan memiliki perubahan perilaku klien tidak mudah panik dalam situasi apapun dan mulai berani untuk mengajak temannya berbicara.
- d. Di awal pertemuan klien FM memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan masalah klien ragu-ragu dalam menentukan minat dan bakat.

Dan memiliki skor *pretest* 93. Lalu diberikan *treatment* dengan konseling *cognitive behavior therapy* klien FM memiliki skor *posttest* 138 sehingga naik 45 dan menjadi pribadi yang lebih baik. Dan pada akhir pertemuan kedua klien memiliki perubahan perilaku mulai menemukan minat bakatnya dan mulai mengikuti ekstrakurikuler pengembangan diri.

- e. Di awal pertemuan klien MZA memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan masalah klien merasa malu untuk tampil didepan umum. Dan memiliki skor *pretest* 93. Setelah diberikan *treatment* tiga kali dengan konseling *cognitive behavior therapy* klien MZA memiliki skor *posttest* 128 sehingga naik 35 dan menjadi pribadi yang lebih baik. Pada pertemuan kedua klien MZA sudah tidak malu dan percaya diri dalam berinteraksi dengan guru dan temannya. Pada pertemuan ketiga klien sudah memiliki perubahan perilaku klien mulai berani untuk berbicara terlebih dahulu dan mulai mengikuti ekstrakurikuler pengembangan diri.
- f. Di awal pertemuan klien MI memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan masalah klien merasa takut dalam menghadapi masalah. Dan memiliki skor *pretest* 94. Setelah diberikan *treatment* tiga kali dengan konseling *cognitive behavior therapy* klien MI memiliki skor *posttest* 136 sehingga naik 42 dan menjadi pribadi yang lebih baik. Pada pertemuan kedua klien sudah mampu mengungkapkan masalahnya dan mampu membuat pilihan dalam mengatasi masalahnya secara mandiri. Pada akhir pertemuan terakhir klien memiliki perubahan perilaku mulai berani dalam mengambil keputusan apa yang harus diambil dalam permasalahannya dan apa yang harus dilakukan kedepannya.

- g. Di awal pertemuan klien MF memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan masalah klien memiliki kepribadian introvert. Dan memiliki skor *pretest* 78. Setelah diberikan *treatment* tiga kali dengan konseling *cognitive behavior therapy* klien MF memiliki skor *posttest* 102 sehingga naik 24 dan menjadi pribadi yang lebih baik. Dan memiliki perubahan perilaku klien mulai berani tampil dalam situasi apapun dan selalu berpikir optimis .
- h. Di awal pertemuan klien ZAF memiliki permasalahan kepercayaan diri rendah dengan masalah klien merasa takut untuk berinteraksi dengan guru dan teman-temannya. Dan memiliki skor *pretest* 97. Setelah diberikan *treatment* tiga kali dengan konseling *cognitive behavior therapy* klien ZAF memiliki skor *posttest* 142 sehingga naik 45 dan menjadi pribadi yang lebih baik. Pada pertemuan kedua klien sudah mampu mengungkapkan permasalahan yang dihadapinya. Dan pada pertemuan terakhir klien memiliki perubahan perilaku klien membiasakan diri untuk berbicara dengan orang banyak terlebih kepada guru dan temannya.

4. Pembuktian Hipotesis

Pembuktian hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui apakah layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* efektif dilaksanakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sehingga dapat diketahui adakah perubahan skor dan tingkatan terhadap kepercayaan diri siswa sebelum diberikan *treatment (pre-test)* dan setelah diberikan *treatment (post-test)*. Maka perlu dilakukan adalah

menganalisa data statistik dengan uji *non parametric wilcoxon*. Berikut *Out put* uji *Wilcoxon* dengan aplikasi SPSS versi 25.

Tabel 4. 3

Uji Wilcoxon dengan menggunakan software SPSS versi 25

Descriptive Statistics					
	N	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<i>pretest</i>	8	78.00	97.00	89.1250	7.03943
<i>posttest</i>	8	102.00	143.00	127.0000	16.44906

Dapat dilihat dari table diatas bahwa nilai rata-rata hasil *pre-test* skala meningkatkan kepercayaan diri adalah 89.1250. Sedangkan rata-rata hasil *post-test* setelah diberikan *treatment* melalui layanan konseling individu pendekatan *cognitive behavior therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah 127.0000. Selain itu, pada kolom *ranks* diketahui:

Tabel 4. 4

Uji Wilcoxon dengan menggunakan software SPSS versi 25

Ranks				
		N	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>Posttest - Pretest</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	.00	.00
	<i>Positif Ranks</i>	8 ^b	4.50	36.00
	<i>Ties</i>	0 ^c		
	<i>Total</i>	8		
<i>a. Posttest < Pretest</i>				
<i>b. Posttest > Pretest</i>				
<i>c. Posttest = Pretest</i>				

Dari tabel diatas, dapat dijelaskan bahwa data hasil uji *wilcoxon non parametric* terdapat perubahan nilai antara sebelum dengan sesudah diberikan *treatment*. *Positive ranks* diperoleh skor N 8 artinya seluruh sampel tersebut mengalami kenaikan skor dari *pretest* ke *posttest*. *Mean ranks* atau rata-rata meningkat sebanyak 4,50 dan *Sum of Ranks* atau jumlah ranking positifnya diketahui 36,0 serta nilai *Ties* adalah 0, artinya tidak ada persamaan nilai antara *pretest* dengan *posttest*.

Rumusan Hipotesis

Ha: Konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di MA Nurur Rahmah Pragaan Daya

Ho: Konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* tidak efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di MA Nurur Rahmah Pragaan Daya.

Hasil *out put untuk* pengambilan hipotesis menunjukkan:

Tabel 4. 5

Uji Wilcoxon dengan menggunakan software SPSS versi 25

Test Statistic^a	
	<i>Posttest – Pretest</i>
Z	-2.524 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,012
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks	

Hasil analisis statistik wilcoxon diperoleh nilai asymp sig = 0,011 dan nilai Z = -2.524^b hipotesis penelitian (Ha) diterima apabila nilai signifikansi

(Sig) > 0,05. Dari tabel diatas diperoleh informasi bahwa nilai signifikansi 0,011 (<0,05), maka H_a diterima. Sehingga kesimpulannya konseling individu dengan pendatan *cognitive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di MA Nurur Rahmah Pragaan Daya.

B. Pembahasan

Kajian penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan skor dan tingkat kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah dilaksanakan *treatment* melalui layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* terhadap tingkat kepercayaan diri siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 8 siswa laki-laki atas rekomendasi guru BK MA Nurur Rahmah Pragaan Daya untuk diberikan perlakuan melalui konseling individu pendekatan *cognitive behavior therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Pengaplikasian konseling individu dengan teknik *cognitive behaviour therapy* ini dilaksanakan 3 kali pertemuan. Pada sesi pertama, sesi ini bertujuan sebagai tahap awal pemberian pemahaman dengan memberikan penjelasan mengenai meningkatkan kepercayaan diri dan pentingnya untuk meningkatkan kepercayaan diri.¹ Dalam kesempatan ini, secara bergantian mulai dari konselor memperkenalkan diri dilanjutkan dengan konseli.

Dalam hal ini dari peneliti terlebih dahulu memberikan sedikit penjelasan perihal bimbingan dan konseling sebelum masuk pada tahap inti,

¹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 180

agar konseli mulai mengenal dan mengetahui adanya kegiatan konseling dengan tujuan mengeluarkan pola pikir negatif dari individu. Yang kemudian dari peneliti memberi penjelasan mengenai tujuan dari adanya proses konseling, seperti asas-asas dalam konseling dan fungsi dari konseling dengan tujuan agar konseli dapat mengetahui dan memahami maksud dan tujuan dilaksanakannya kegiatan konseling individu. Selanjutnya guru BK menyampaikan alasan kepada konseli perihal diberikannya layanan konseling individu. Dalam tahap inti pada saat proses konseling berlangsung guru BK mulai mencatat semua hal yang disampaikan oleh siswa mengenai permasalahannya dengan tujuan untuk mengetahui dan lebih mendalami objek permasalahan, dimana dalam tahap ini guru BK memberi kesempatan kepada konseli untuk menjelaskan suatu permasalahan yang dialami, dimana dalam hal ini guru BK harus menjadi pendengar yang baik sekaligus membantu konseli dalam memberikan suatu arahan agar konseli dapat menemukan solusinya sendiri dari permasalahan yang dialaminya.

Dalam tahap akhir, guru BK meminta kepada konseli untuk menyampaikan perasaan dan kesan yang dirasakan setelah diberi layanan konseling individu, yang dalam hal ini dari guru BK memberi respon cepat dari apa yang disampaikan oleh konseli sebagai bahan acuan untuk dijadikan bahan evaluasi bagi guru BK sehingga pada pertemuan selanjutnya ada *planning* yang direncanakan sebagai bahan dipertemuan selanjutnya dan juga dari guru BK memberikan motivasi agar konseli mulai merubah perilakunya menjadi lebih baik lagi.

Pada sesi kedua, berfokus pada arahan bagi konseli agar tercapai perubahan perilaku yang konstruktif. Kegiatan pada sesi ini lebih merujuk pada pelaksanaan tahapan *doing and direction*, dimana lebih pada pemahaman tentang total *behavior* yang sebenarnya dapat dikontrol oleh konseli sehingga tidak menimbulkan permasalahan. Pada sesi ketiga, dalam pertemuan ketiga ini guru BK memulai kegiatan proses konseling dengan menanyakan kabar konseli dan pencapaian apa yang telah konseli lakukan dari proses konseling sebelumnya pada pertemuan kemarin hingga proses konseling pada pertemuan terakhir ini sebagai stimulus awal untuk mengingat kembali ingatan konseli dengan tujuan menghidupkan semangat konseli sebelum masuk dalam tahap selanjutnya

Dalam tahap ini Guru BK juga menjelaskan kembali terkait tujuan konseling, asas-asas konseling dan fungsi dari konseling untuk memunculkan kembali ingatan dari siswa mengenai kegiatan konseling dan maksud serta tujuan dari pelaksanaan konseling individu. Dalam proses konseling berlangsung guru BK memberi stimulus terkait hasil atau perubahan yang didapat dipertemuan sebelumnya dan juga konseli diminta untuk mengutarakan segala hal mengenai permasalahannya dan juga guru BK mencatat kembali apa yang telah disampaikan oleh konseli. Konseli diarahkan oleh guru BK agar bisa mengambil keputusan untuk menyelesaikan permasalahannya sendiri.

Pada sesi ini, konseli bersama konselor membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan oleh konseli sesuai dengan pilihan kegiatan yang telah disepakati bersama. Dalam sesi ini juga sesi terakhir kegiatan

konseling individu dengan focus terminasi dan *follow up*. Sesi ini bertujuan membuka pikiran kesan dan pesan. Selanjutnya, pada sesi ini juga adanya tindak lanjut terhadap hasil kegiatan yang telah disepakati dan dilakukan sehingga akan diketahui sejauh mana tingkat keberhasilan dan kemajuan kegiatan baru tersebut seta pemberian *post-test*.

Pada sesi ketiga, konseli sudah menentukan keputusan dan pilihan kegiatan apa yang dilakukan sebagai cara pemenuhan keinginan dan kegiatan, sehingga perlu adanya rancangan kegiatan (tahapan *planning*). Pada sesi ini, konseli bersama konselor membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan sesuai dengan pilihan kegiatan yang telah disepakati bersama. Dalam sesi ini juga sebagai sesi terakhir kegiatan konseling individu dengan fokus terminasi dan *follow up*. Sesi ini bertujuan membuka pikiran kesan dan pesan. Selanjutnya, pada sesi ini juga adanya tindak lanjut terhadap hasil kegiatan yang telah disepakati dan dilakukan sehingga akan diketahui sejauh mana tingkat keberhasilan kegiatan tersebut serta pemberian *post-test*. Berikut perbedaan skor antara *pretest* dan *posttes*.

Tabel 4. 6

Data Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Skala Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

NO.	Subjek Penelitian	Skor <i>pre-test</i>	kategori	Skor <i>post-test</i>	kategori	Keterangan
1.	AR	93	Cukup Baik	124	Baik	Naik
2.	ARE	84	Cukup Baik	103	Baik	Naik
3.	FI	81	Cukup Baik	143	Baik	Naik

4.	FM	93	Cukup Baik	138	Baik	Naik
5.	MZA	93	Cukup Baik	128	Baik	Naik
6.	MI	94	Cukup Baik	136	Baik	Naik
7.	MF	78	Cukup Baik	102	Baik	Naik
8.	ZAF	97	Cukup Baik	142	Baik	Naik

Dalam hal ini telah dilakukan pengujian hipotesis menggunakan pengujian yaitu uji *Wilcoxon non parametric*. Sudah terbukti dan diketahui bahwa diperoleh perbedaan skor siswa yang relevan baik sebelum diberikan perlakuan dengan setelah dilaksanakannya *treatment (post-test)*. Rata-rata skor hasil *pre-test* skala kepercayaan diri adalah 89.1250. Sedangkan rata-rata hasil *post-test* setelah diberikan alternative atau *treatment* melalui layanan konseling individu pendekatan *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah 127.0000. Terbukti skor rata-rata siswa setelah diberikan *treatment* bertambah diibandingkan umumnya nilai hasil siswa sebelum diberikan *treatment* melalui layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy*.

Pada hasil *out put* pengambilan hipotesis menunjukkan bahwa hasil relevan sebesar 0,011 ($<0,05$) maka H_a diterima. Kesimpulan akhir terdapat ketidaksamaan hasil skor siswa yang signifikan antara sebelum diberikan *treatment (pre-test)* dengan setelah diberikan *treatment (post-test)*.

Dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behaviour therapy* efektif digunakan untuk meningkatkan

kepercayaan diri siswa. Hal ini sesuai dengan penjelasan Tohirin ialah pemberian bantuan yang dilaksanakan melalui hubungan yang bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata), yang dilakukan antara konselor dengan klien.² Sedangkan Willis menjelaskan, konseling individu merupakan bertemunya konselor dengan klien secara individu, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.³

² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Intergrasi)*, 179

³ Daryanto, dkk, *Bimbingan Konseling Guru K dan Guru Umum*, 44