

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk hidup yang diciptakan dengan begitu sempurna karena memiliki akal dan pikiran tidak seperti hewan dan tumbuhan. Sebagai makhluk yang sempurna, manusia akan mencapai kesempurnaannya jika dapat mengoptimalkan potesinya serta apa yang sudah dimilikinya.<sup>1</sup> Manusia pasti ingin tampil sempurna karena pikirannya yang menganggap bahwa penampilan akan dilihat dan diperhatikan oleh orang lain lain. Apalagi manusia pasti akan berinteraksi dengan berbagai kalangan. Maka dari itu, ada beberapa manusia yang berusaha menyempurnakan dirinya untuk terlihat sempurna dimata orang lain. Padahal semua manusia itu sudah punya kelebihan dan kekurangan masing-masing agar orang tidak perlu merasa cemas, tapi banyak dari mereka yang tidak menyadarinya. Seseorang yang berusaha mengubah dirinya untuk menjadi orang lain dan kurang percaya akan apa yang dimilikinya itu akan membuatnya gelisah dan cemas karena sebagai manusia pasti akan tetap berasa kurang atas apa yang sudah dimilikinya. Oleh karena itu, perlu adanya kepercayaan kepada diri sendiri dan meyakini bahwa setiap orang bisa untuk melakukannya serta memiliki kemampuan agar bisa lebih bersyukur atas apa yang sudah ditakdirkan dan bisa berkembang dengan menjadi diri sendiri.

Menurut Lauster, kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-

---

<sup>1</sup> Mohammad Mochlis Solihin, *Akhlak dan Tasawuf*, (Surabaya: Pena Salsabila, 2013), 181.

tindakannya tidak terlalu cemas, merasa lepas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.<sup>2</sup> Gede Sedana Yasa mengatakan bahwa percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya konsep diri dan harga diri. Percaya diri dapat dilihat dari bagaimana cara seseorang berkomunikasi dengan orang lain, bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri, menyempurnakan dan mempertahankan diri. Seseorang yang memiliki konsep diri dan harga diri yang baik akan menumbuhkan rasa percaya diri.<sup>3</sup> Dalam menghadapi dan menyelesaikan persoalan, seseorang yang memiliki rasa percaya diri mengetahui sikap dan perilaku apa yang sesuai dengan persoalannya. Hal lain yang juga sangat berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki oleh setiap orang yaitu penampilan dan kecerdasannya. Karena jika seseorang memiliki penampilan yang menarik itu lebih merasa mempunyai daya tarik dan keberanian untuk tampil kedepan atau dihadapan temennya ataupun dihadapan banyak orang, begitupun dengan seseorang yang memiliki kecerdasan pasti akan memiliki kepercayaan diri lebih tinggi karena memiliki kemampuan untuk berhadapan dengan orang lain terutama dikalangan pelajar.

---

<sup>2</sup> Asrullah Syam, Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, 01 (2017), 91

<sup>3</sup> Gede Sedana Yasa, *Bimbangan Belajar*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014), 42

Kepercayaan diri termasuk kedalam salah satu aspek kepribadian yang berguna sebagai penggerak untuk mencapai suatu keberhasilan.<sup>4</sup> Artinya, diperlukan keinginan dan dorongan hati pada diri sendiri untuk berani melakukan segala sesuatu yang dibutuhkan dan diinginkan dalam hidup sehingga bisa mencapai tujuan yang diharapkan. Percaya diri akan menimbulkan rasa aman, seseorang yang terlihat tenang, tidak mudah bimbang atau ragu-ragu, tidak mudah gugup, dan berani dalam mengungkapkan pendapatnya.

Setiap orang memiliki hak untuk berkomentar, ada yang positif dan ada juga yang negatif, hal itu tergantung bagaimana seseorang bisa berfikir positif terhadap tanggapan orang lain kepada dirinya serta mengontrol dan menyikapi berbagai macam penilaian orang lain terhadap dirinya. Karena pikiran ataupun persepsi seseorang bisa berpengaruh terhadap perilaku seseorang. Jika seseorang menilai dan menyikapi respon negatif dari orang lain sebagai ancaman dan tidak ingin mengubah untuk menampilkan yang lebih baik lagi maka tidak akan berkembang dan kurang melatih kepercayaan pada dirinya karena pada dasarnya kepercayaan diri dapat dilatih dengan berbagai kegiatan, misalnya dengan sering tampil didepan kelas dan mengajukan pendapat dalam kegiatan belajar, serta sering berinteraksi dengan orang lain.

Menurut Hakim ada beberapa hal yang mempengaruhi terbentuknya rasa percaya diri pada anak, yaitu 1) dorongan keluarga 2) penerimaan

---

<sup>4</sup> Zulfriadi Tanjung dan Sinta Huri Amelia, Menumbuhkan kepercayaan diri siswa, *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 2 (2017), 1.

lingkungan 3) riwayat belajar atau sekolah (formal dan non formal).<sup>5</sup> Pertama kali seorang anak lahir dan tumbuh dalam lingkungan keluarga, Seorang anak memang membutuhkan kasih sayang dan perhatian dari orang tuanya, ketika orang tua mendidik anak dengan menggunakan bahasa yang tepat dan memotivasi sehingga membuat seorang anak bangkit, maka anak memiliki rasa percaya pada dirinya. Seiring perkembangan dan pertumbuhannya, saat anak sudah mulai memasuki masa sekolah akan mengenal dan berinteraksi dengan teman, guru, dan staf disekolah yang akan memberikan pengaruh kepada kepercayaan diri anak. Seorang guru bisa melatih kepercayaan diri siswa dengan kegiatan pembelajaran yang bisa menumbuhkan kepercayaan diri siswa. Misalnya, dengan kegiatan diskusi dan bisa juga bermain sambil belajar agar siswa bisa berinteraksi dan membangun kedekatan dengan temannya. Dengan begitu kepercayaan siswa tercipta dan terus berkembang seiring pertumbuhannya.

Seseorang punya kadar kepercayaan diri yang beragam mulai dari rendah sampai tingkat kepercayaan diri yang tinggi. individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan merasa bahagia dan penuh rasa syukur sebaliknya seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah akan merasa tidak memiliki keistimewaan dalam dirinya. Padahal dalam al-qur'an sudah dijelaskan bahwa derajat manusia lebih tinggi.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Artinya : "Janganlah kamu bersikap lemah. dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi*

---

<sup>5</sup> Jazilatur Rohmah, Pembentukan Kepercayaan Diri Anak Melalui Pujian, *Jurnal Perempuan dan Anak*, 1 (2018), 121.

*(derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman ”. (Q.S Ali Imran :139)<sup>6</sup>*

Jadi, Manusia yang beriman tidak perlu bersedih hati dan lemah dengan apapun yang didapat baik dari diri sendiri maupun orang lain. Selain manusia yang sudah jelas diciptakan paling tinggi derajatnya, seseorang yang tidak memiliki kepercayaan diri atau kepercayaan dirinya rendah akan mengurangi dirinya untuk bertindak atau bahkan tidak mau bertindak, malas untuk terus mencoba dan akan cenderung menyalahkan dirinya sendiri.

Dalam dunia pendidikan seringkali terdapat siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah dan masih belum memiliki keberanian untuk bertindak, sehingga siswa masih sulit untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya. Hal tersebut tidak boleh dibiarkan karena rasa percaya diri merupakan salah satu tombak siswa untuk berani melakukan hal baru dan mengembangkan potensinya serta berinteraksi dengan seseorang nantinya. Jika siswa terus dalam tingkat kepercayaan diri yang rendah, maka siswa sulit untuk berkembang dan berada dalam posisi tetap tidak akan maju. Rasa percaya diri siswa dapat ditingkatkan dengan bantuan yang terdapat disekolah yaitu bimbingan dan konseling.

Bimbingan dan konseling adalah usaha pemberian pertolongan yang diberikan oleh guru profesional dan berkeahlian ke seseorang yang membutuhkan bantuan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi sehingga individu dapat meningkatkan kapasitas dalam dirinya dan dapat membaur dengan lingkungan yang selalu mengalami perubahan.<sup>7</sup> Didalam bimbingan dan konseling terdapat tujuan umum: 1) memperluas potensi daam

---

<sup>6</sup> *Al-qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Jumanatul Ali-art, 2004), 67

<sup>7</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek* (Bandung : ALFABETA, 2017), 18.

diri siswa dengan baik sehingga menjadi kreatif, produktif, mandiri, dan bersifat religius 2) mengakhiri problem yang dialami seseorang agar dia lepas dari desakan emosi (*stress*). Maka tampak ide yang bagus untuk merancang hidupnya secara lebih terarah.<sup>8</sup> Oleh karena itu, Bimbingan dan konseling di sekolah sangat bermanfaat dan diperlukan untuk menolong siswa saat mengalami masalah yang muncul dengan suatu pendekatan dan teknik tertentu sehingga peserta didik dapat meningkatkan kemampuan dirinya untuk terus belajar dan menjadi orang yang berhasil.

Menurut Winkel, kemampuan komunikasi seseorang dengan orang lain akan meningkat dengan pemberian layanan konseling kelompok kepada siswa. Dengan adanya interaksi antar anggota dalam kelompok, akan menjadikan suatu hubungan yang bisa membantu bahkan mungkin dapat menambah pemahaman terhadap dirinya, pandangannya, dan kesadaran akan apa yang dilakukan.<sup>9</sup> Konseling kelompok merupakan proses konseling yang dilakukan oleh guru BK bersama sebagian anggota konseli dengan mengutamakan dinamika kelompok supaya dapat menyelesaikan suatu permasalahan. Dalam membrikan bantuan untuk mengatasi masalah peserta didik yang berkitan dengan pikiran negatif serta irasional dan juga perilaku, salah satu teknik yang dapat mendukung kegiatan konseling kelompok yaitu *Reframing*.

---

<sup>8</sup> Sri Wahyuni, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Reframing* Untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Positif Di SMPN 3 Pademawu Pamekasan, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, (1) 2021, 52

<sup>9</sup> Erlina Latifah Utamaya, "Penerapan Konseling Kelompok dengan Strategi Reframing untuk Meningkatkan Motivasi siswa Mengikuti Pelajaran di Kelas." *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 01 (2013), 225.

*Reframing* merupakan salah satu cara untuk mengubah makna atau sudut pandang dari suatu peristiwa tanpa mengubah suatu kejadian itu sendiri.<sup>10</sup> Teknik *reframing* termasuk dalam salah satu teknik dari pendekatan Rational Emotif Terapi (RET) yang dikembangkan oleh Albert Ellis, RET merupakan suatu pendekatan yang membahas tentang pikiran dan emosional. Pendekatan RET menyebutkan bahwa manusia normal akan berfikir, merasa dan bertindak secara bersamaan. Fikiran akan mempengaruhi perasaan dan perilaku seseorang. Emosi juga akan mempengaruhi pikiran serta tindakan. Tindakan akan mempengaruhi pikiran dan perasaan.<sup>11</sup> Dalam pendekatan diatas manusia mempunyai kekuatan untuk menyusun kembali pemikirannya karena perilaku dan tindakan seseorang dimulai dari pikiran termasuk juga perilaku percaya diri.

Pendekatan Rasional Emotif Terapi dengan teknik *reframing* digunakan untuk meluaskan deskripsi siswa tentang dunia yang dijalani dan kemungkinan siswa bisa merubah cara pandang lebih luas dan terbuka serta memiliki kepercayaan diri saat menghadapi kondisi juga situasi seperti apapun juga. Selain itu, teknik *reframing* juga dapat menciptakan alternatif pemikiran yang baru dan memiliki pola pikir yang lebih positif terhadap suatu hal yang dialami. Kepercayaan diri yang dimulai dari proses berfikir positif terhadap kejadian dapat berpengaruh terhadap siswa untuk meraih kesuksesan atau keberhasilan di sekolah dan lingkungan masyarakat. Dengan kepercayaan diri yang tinggi maka akan membentuk kepribadian yang yakin pada dirinya.

---

<sup>10</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling* ( Jakarta : Permata Puri Media, 2013), 70.

<sup>11</sup> Boy Soedarmadji dan Sutijono, *Model-Model Konseling* ( Surabaya : University Press UNIPA, 2005), 74.

dapat mencintai dirinya secara utuh, tambah kreatif, dan menjalin relasi yang nyaman antar individu.

Berdasarkan pengamatan pra proposal yang peneliti laksanakan di MA Al-Qodiry Sentol kelas X siswa paling rentan memiliki kepercayaan diri dari sedang ke rendah karena persepsinya seperti, tidak berani mengungkapkan pendapat dan harus disuruh oleh guru, kurang berani tampil didepan kelas, saling tunjuk untuk berpendapat, bahkan tidak ingin maju didepan kelas hanya takut salah. Kejadian diatas timbul karena sebagian banyak peserta didik mempunyai pola pikir bahwa jika mereka mengungkapkan pendapat takut jika pendapatnya salah serta takut dimarahi dan jadi bahkan tertawaan. serta mereka juga takut gagal dan kurang memiliki perilaku optimis untuk bangkit dari kegagalan. Alasan ketertarikan peneliti yaitu karena peneliti ingin kepercayaan diri siswa kelas X meningkat dan ingin menerapkan teknik *reframing* karena dapat digunakan untuk mengubah persepsi negatif yang dimiliki siswa saat tidak percaya diri menjadi seseorang yang memiliki kepercayaan diri dengan persepsi yang lebih positif.

Permasalahan perilaku yang disebabkan oleh pemikiran dapat diberikan salah satu cara yaitu dengan memakai teknik *Reframing*. Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian di sekolah tersebut dengan judul **“Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Reframing* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MA Al-Qodiry Sentol”** dan mengharapkan siswa dapat memiliki kepercayaan diri yang tinggi agar memiliki kesadaran bahwa setiap orang memiliki

kemampuan serta kelebihan dan kekurangan masing-masing sehingga mereka yakin pada dirinya sendiri dan lebih berani dalam berpendapat.

### **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol?
2. Seberapa besar efektivitas konseling kelompok dengan teknik *reframing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol.
2. Untuk Mengetahui seberapa efektivitas konseling kelompok dengan teknik *reframing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol.

### **D. Asumsi Penelitian**

Setiap orang pasti memiliki anggapan dasar yang berbeda terhadap sesuatu yang akan diteliti, sehingga dari judul diatas peneliti menyatakan asumsi dalam penelitian ini:

1. Kepercayaan diri bisa didapat dari hasil proses belajar dan latihan yang akhirnya bisa ditingkatkan.<sup>12</sup>
2. Kepercayaan diri siswa dapat diukur dengan menggunakan skala psikologis atau skala pengukuran.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Asrullah Syam, Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, 91

3. Kepercayaan diri individu timbul berdasarkan dari pemikiran orang itu sendiri sehingga seseorang berperilaku dan bertindak sesuai dengan keyakinannya atas apa yang dimiliki.<sup>14</sup>
4. Konseling kelompok dengan teknik *reframing* boleh digunakan atau dimanfaatkan untuk persoalan yang berhubungan terhadap perilaku yang muncul dari persepsi atau pikiran seseorang.<sup>15</sup>

### E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis Penelitian merupakan jawaban sementara terhadap pertanyaan dalam penelitian yang kebenarannya masih harus diuji.<sup>16</sup>

Hipotesis penelitian dari skripsi ini dapat dilihat di bawah ini:

$H_0$  : konseling kelompok dengan teknik *reframing* tidak efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol.

$H_a$  : konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol.

### F. Kegunaan Penelitian

Manfaat atau nilai guna pada penelitian yang dilakukan, peneliti berharap ada keuntungan yang didapat baik secara teoritis dan secara praktis:

#### 1. Secara teoritis

penelitian ini diduga dapat berguna sebagai tambahan kajian keilmuan tentang teknik *reframing* melalui konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian ini berguna untuk Insititut Agama Islam Negeri Madura, Penelitian ini diharapkan dapat

---

<sup>13</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2018), 93

<sup>14</sup> Gede Sedana Yasa, Bimbingan Belajar, 42

<sup>15</sup> Mochammad Nursalim, Strategi dan Intervensi Konseling, 70

<sup>16</sup> Nanang Martono, Metode Penelitian Kuantitatif, (Depok: Rajagrafindo Persada, 2012), 63.

menambah dan memperkaya koleksi bahan pustaka di Institut Agama Islam Negeri Madura serta dapat menjadi tambahan referensi atau rujukan bagi mahasiswa dalam materi perkuliahan dan untuk kepentingan penelitian selanjutnya.

## 2. Adapun secara praktis

Harapan peneliti terhadap hasil yang diteliti bisa bermanfaat sebagai wujud kontribusi pendapat untuk perkembangan pola pendidikan dan ilmu pengetahuan yang nantinya bermanfaat bagi bnyak lingkungan, diantaranya akan berguna bagi:

### a. MA Al-Qodiry dan Guru BK

Penelitian ini menggunakan konseling kelompok dengan teknik *reframing* diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif untuk sekolah dan Guru BK dalam mengatasi permasalahan siswa yang berhubungan dengan cara pandang sehingga siswa memiliki kepercayaan diri.

### b. Siswa MA Al-Qodiry

Penelitian ini juga diharapkan dapat berguna bagi siswa yang memiliki masalah percaya diri.

### c. Peneliti

Bagi peneliti sendiri penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai tambahan pengetahuan dan pengalaman untuk membantu siswa dalam mengatasi permasalahan siswa.

## G. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini dilakukan secara lebih mendalam supaya peneliti bisa lebih terarah dan dapat menentukan batasan sesuai dengan judul yaitu “ Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *reframing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MA Al-Qodiry Sentol”. Adapun ruang lingkup pada penelitian ini yaitu:

1. Sasaran yang akan diteliti adalah siswa MA Al-Qodiry kelas X
2. Ruang lingkup lokasi

MA Al-Qodiry adalah madrasah aliyah yang terdapat di pedesaan di kota Pamekasan. Penelitian dilakukan di tempat tersebut karena pertimbangan sekolah madrasah yang lokasinya terdapat di desa sentol dan masih swasta sehingga peneliti penasaran dan berkeinginan untuk mengetahui dan membantu permasalahan yang dialami siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol.

3. Batasan materi dari penelitian ini mencakup:

- a. Konseling Kelompok :

- 1) Pengertian konseling kelompok.<sup>17</sup>
- 2) Asas-asas dan tahapan dalam konseling kelompok.<sup>18</sup>
- 3) Tujuan dan kelebihan konseling kelompok.<sup>19</sup>

- b. Teknik *Reframing*:

- 1) Pengertian *Reframing*.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> Anak Agung Ngurah Adhipura, *Bimbingan dan Konseling Aplikasi di Sekolah Dasar dan Taman Kanak-kanak*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013), 40

<sup>18</sup> Dina Hajja Ristianti dan Irwan Fathurrochman, *Penilaian Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Budi Utama: 2020), 13-19

<sup>19</sup> Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: ALFABETA, 2014), 28-32.

<sup>20</sup> Ida Agustin, “Penerapan strategi reframing”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 713.

2) Macam-macam *Reframing*.<sup>21</sup>

3) Prosedur *Reframing*.<sup>22</sup>

c. Kepercayaan diri:

1) Pengertian percaya diri.<sup>23</sup>

2) Aspek-aspek percaya diri.<sup>24</sup>

3) Manfaat percaya diri.<sup>25</sup>

## H. Definisi Istilah

Sesuai dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Reframing* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MA Al-Qodiry Sentol” batasan dari pengertian diatas akan disebutkan dibawah ini, yaitu:

1. Konseling kelompok merupakan suatu alternatif yang ditujukan kepada siswa yang butuh untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya dengan cara berbentuk kelompok, dengan adanya komunikasi dan keakraban antar anggota dalam kelompok, hal tersebut dilakukan supaya antar peserta dapat mengatasi permasalahannya dengan saling bertukar pendapat dan informasi yang dimiliki.<sup>26</sup>

---

<sup>21</sup> Neni Noviza, Layanan Bimbingan Mediasi dengan Teknik Reframing, Artikel Jambore Konselor, 132

<sup>22</sup> Mochammad Nursalim, Strategi dan Interferensi, 75

<sup>23</sup> Sukadi, *Aku Anak Percaya Diri*, (Bandung: Acarya Media Utama, 2011), 23

<sup>24</sup> Nur Gufon & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 36

<sup>25</sup> Hadi Pranoto, “Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Sma Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara”, *Jurnal Lentera Pendidikan LPPM UM METRO*, 01 (2016), 106

<sup>26</sup> Ngurah Adhipura, *Bimbingan dan Konseling Aplikasi di Sekolah Dasar dan Taman Kanak-kanak*, 40

2. Teknik *Reframing* adalah salah satu teknik sebagai upaya untuk membingkai ulang sebuah kejadian, dengan mengubah sudut pandang atau persepsi tanpa mengubah peristiwa yang terjadi.<sup>27</sup>
3. kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri.<sup>28</sup>
4. Siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol yang lokasinya berada di Jalan Raya Tambung. Sentol Kec Pamekasan.

Judul diatas dilaksanakan dengan layanan yang diberikan kepada siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol yang dilakukan dalam bentuk berkelompok dengan teknik yang bisa membantu siswa untuk percaya, yakin, dan bersyukur pada dirinya sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan memperbaiki cara pandang atau persepsi siswa.

## I. Kajian Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu digunakan untuk memberikan pandangan kepada peneliti terhadap materi yang akan diteliti. Kajian penelitian terdahulu dalam penelitian ini diambil dari penelitian orang lain sebelumnya. Kajian penelitian terdahulu dalam penelitian ini. diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni pada tahun 2021 dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Reframing* Untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Positif Siswa di SMPN 3 Pademawu”. Hasil penelitian menyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik reframing mampu untuk meningkatkan kemampuan berfikir positif. Hal itu dibuktikan dengan rata-rata skor *pre test* 64

---

<sup>27</sup> Ida Agustin, *ibid*, 713.

<sup>28</sup> Sholiha dan Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia, “Hubungan *self Concept* dan *self Confidence*”, *Jurnal Psikologi*, 45.

meningkat menjadi 80,17 pada skor *post test*. Persamaan dengan penelitian ini sama-sama menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing*. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Alasan Peneliti ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Reframing* karena ingin menguji apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa karena kepercayaan diri siswa juga dipengaruhi oleh pola pikir seseorang terhadap situasi dan kondisi yang dialami.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Tri Lestari pada tahun 2017 dengan judul “Efektivitas teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa”. Hasil penelitian menyatakan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan dengan teknik *role playing* yang dibuktikan dari hasil *pretest* dan *posttest*. sebelum mendapatkan *treatment* 49,37% dan setelah *posttest* mengalami peningkatan sebesar 43,88% sehingga rata-rata kepercayaan diri siswa 93,25% sehingga dapat dikatakan bahwa teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri. Persamaannya dengan penelitian ini yaitu sama-sama meneliti tentang kepercayaan diri. Jadi, dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan. Perbedaannya dengan penelitian ini yaitu teknik yang digunakan penelitian tersebut menggunakan *role playing* sedangkan penelitian ini menggunakan konseling kelompok dengan teknik *reframing*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Kadek Suhardita pada tahun 2011 dengan judul “ Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa”. Hasil penelitian menyatakan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan dengan pemberian bimbingan kelompok dengan teknik permainan yang dibuktikan dari hasil *pre test* dan *pos test*. sebelum mendapatkan *treatment* 137,08 dan setelah *post test* mengalami peningkatan sebesar 152,58, sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Persamaannya dengan penelitian ini yaitu sama-sama meneliti tentang kepercayaan diri. Perbedaannya dengan penelitian ini yaitu teknik yang digunakan, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik permainan sedangkan penelitian ini menggunakan konseling kelompok dengan teknik *reframing*.