

Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas Terhadap Percaya Diri Mahasiswa

Rizky Wulandari Sugito¹, Tuti Wantu², Murhima A. Kau³

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia^{1,2,3}

rizkyws@gmail.com

Diterima: 18 Oktober 2023

Disetujui: 1 November 2023

Dipublikasi: 29 November 2023

Abstrak

Permasalahan yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah rendahnya percaya diri mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik tugas terhadap percaya diri mahasiswa baru Tahun Ajaran 2021-2022. Pelaksanaan penelitian ini menggunakan eksperimen semu yang menggunakan "one group pre-test and post-test design". Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel X (bimbingan kelompok teknik tugas) dan variabel Y (percaya diri). Perlakuan diberikan 8 kali terhadap mahasiswa baru Tahun Ajaran 2021-2022 yang berjumlah 12 orang. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Baru angkatan 2021 yang berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data adalah angket yang berfungsi sebagai *pre-test dan post-test*. Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis dan diuji hipotesis menggunakan Uji t. Dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung} =$ sebesar 7,6896. Sedangkan dari daftar distribusi t pada taraf nyata 5% Diperoleh t ($dk = n_1 + n_2 - 2 = 12 + 12 - 2 = 22$) = 1.701. artinya $t_{hitung} > t_{daftar}$. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi "Terdapat pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas terhadap Percaya Diri Mahasiswa Baru Tahun Ajaran 2021-2022", dapat diterima. Maka untuk meningkatkan percaya diri mahasiswa, hendaknya digunakan layanan bimbingan kelompok teknik tugas.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Tugas, Percaya Diri

Abstract

The problem as the focus of this research is the low self-confidence of students. This study aims to determine the effect of task technique group guidance on the confidence of new students in the 2021-2022 Academic Year. This research uses a quasi-experiment with "one group pre-test and post-test design". This study consisted of two variables, namely variable X (task technique guidance group) and variable Y (self-confidence). Treatment is given 8 times to new students in the 2021-2022 Academic Year with a total of 12 students. The populations are 12 new students class of 2021. The sampling applies purposive sampling. The data collection technique is a questionnaire that functions as a pre-test and post-test. The data collected are analyzed, and the hypothesis is tested using the t-test. The calculation results obtain a $t_{count} = 7,6896$. Meanwhile, from the t distribution list at the 5% significance level obtains t ($df = n_1 + n_2 - 2 = 12 + 12 - 2 = 22$) = 1.701. Thus, $t_{count} > t_{list}$. Therefore the hypothesis "There is an influence of Task Technique Group Guidance on the Confidence of New Students in the 2021-2022 Academic Year", can be accepted. So to increase student self-confidence, group guidance services should be used with task technique.

Keywords: Group Guidance, Task Technique, Confidence

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Banyak tokoh-tokoh hebat yang mampu menggapai kesuksesan dalam hidup karena mereka memiliki karakter yang disebut kepercayaan diri. Kepercayaan diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertindak laku. Mencapai suatu pencapaian dalam hidup manusia membutuhkan kepercayaan diri. Artinya bahwa kepercayaan diri ini adalah sesuatu yang sangat dibutuhkan dalam pertumbuhan dan perkembangan dalam diri seseorang. Lingkungan yang kondusif akan menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Menurut Hidayati dan Savira (2021) bahwa percaya diri merupakan suatu keyakinan atau perasaan yang dimiliki oleh individu terhadap kemampuannya serta memahami kelebihan dan kelemahan pada diri sendiri. Artinya dengan memiliki kepercayaan diri, mahasiswa akan lebih mudah dalam menyesuaikan dirinya dan mampu berinteraksi dengan baik pada orang lain baik secara langsung maupun tidak langsung serta yakin terhadap kemampuannya.

Berdasarkan hasil wawancara non formal dan pemberian angket sederhana tentang percaya diri yang dilakukan pada tanggal 28 maret 2022 Khususnya di jurusan Bimbingan dan Konseling masih terdapat mahasiswa baru yang kurang memiliki kemampuan dalam berinteraksi dengan sesama mahasiswa lainnya. Hal ini tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti takut, malu, rasa tidak percaya diri dan kurangnya kemampuan untuk bersosialisasi. Oleh karena itu, diperlukan penanganan dalam upaya membantu mahasiswa agar dapat meningkatkan rasa percaya diri. Maka dari itu, bimbingan dan konseling dalam permasalahan ini dapat dijadikan solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar dapat berkembang secara optimal, serta dapat mengatasi permasalahan yang dialaminya. Dalam hal ini masalah yang berkaitan adalah Penanganan terhadap rasa percaya diri mahasiswa sehingga peneliti berasumsi bahwa permasalahan tersebut dapat ditangani dengan bimbingan dan konseling yaitu bimbingan kelompok teknik tugas.

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan topik tugas merupakan pemberian bantuan terhadap individu dalam situasi kelompok berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok yang membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial dimana topik yang akan dibahas telah ditentukan oleh pemimpin kelompok. Melihat dari fenomena dan penjelasan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas Terhadap Percaya Diri Mahasiswa Baru Tahun Ajaran 2021/2022*”.

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Dalam penelitian eksperimen ini diberikan perlakuan (*treatment*) menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik tugas yang dilakukan selama delapan kali layanan untuk mengetahui kepercayaan diri mahasiswa baru angkatan 2021/2022 jurusan Bimbingan dan

Konseling Universitas Negeri Gorontalo. Tempat penelitian ini adalah Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo yang merupakan salah satu lembaga pendidikan di Kota Gorontalo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 28 2022 - 17 Mei 2022 Semester genap tahun pelajaran 2021/2022.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode *pre eksperimen* yang membahas dan menggambarkan mengenai pengaruh bimbingan kelompok Teknik Tugas terhadap Percaya diri Mahasiswa Baru. Penelitian ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*, merupakan desain eksperimen yang hanya menggunakan satu kelompok subjek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subjek. Perbedaan dari kedua hasil pengukuran tersebut dianggap sebagai efek perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Gorontalo tahun ajaran 2021/2022 yang berjumlah keseluruhan 84 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 12 mahasiswa baru di Jurusan Bimbingan dan Konseling. Untuk dapat memperoleh data yang sesuai dengan kepentingan peneliti, maka teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah angket yang akan digunakan untuk mengambil data *pre-test* dan *post-test*. Peneliti juga menggunakan teknik observasi dan wawancara untuk melengkapi data penelitian.

HASIL TEMUAN

Penelitian ini dilakukan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo selama 3 bulan terhitung dari bulan Maret-Mei dimulai pada hari Senin 28 Maret 2022 sampai tanggal 17 Mei 2022. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 12 orang mahasiswa dengan menggunakan bimbingan kelompok. Dalam penelitian ini dilaksanakan delapan kali treatment. Hasil penelitian dapat dilihat pada pengolahan data.

Uji Normalitas Data

Pengujian Normalitas data penelitian diolah menggunakan SPSS Statistic version 21. Hipotesis yang diuji:

H_0 : Data berdistribusi normal $>0,05$

H_1 : Data tidak berdistribusi normal <0.05

Kriteria pengujian: Terima H_0 jika nilai signifikansi >0.05 dan H_0 ditolak jika nilai signifikansi $<0,05$. Adapun hasil pengujian diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1.1 Uji Normalitas Data Pre-test

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PreTest	,279	12	,011	,770	12	,004

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil perhitungan normalitas data X_1 diatas dengan menggunakan analisis Kolmogorov smirnov (analisis koreksi signifikansi liliefors) dan analisis Shapiro wilk, diperoleh nilai signifikansi data X_1 dengan menggunakan analisis Kolmogorov Smirnov sebesar $0,279 > 0,05$ sedangkan menggunakan analisis Shpiro Wilk sebesar $0,770 > 0,05$. Hasil perhitungan data (Kolmogorov smirnov) dan (Shapiro Wilk) menunjukkan nilai signifikansi $>0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan data berdistribusi normal.

Pengujian Normalitas data penelitian diolah menggunakan SPSS Statistic version 21. Hipotesis yang diuji:

H_0 : Data berdistribusi normal $>0,05$

H_1 : Data tidak berdistribusi normal <0.05

Kriteria pengujian: Terima H_0 jika nilai signifikansi >0.05 dan H_0 ditolak jika nilai signifikansi $<0,05$. Adapun hasil pengujian diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4.2 Uji Normalitas Data Pre-test

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PostTest	,195	12	,200*	,925	12	,332
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Berdasarkan hasil perhitungan normalitas data X_1 diatas dengan menggunakan analisis Kolmogorov smirnov (analisis koreksi signifikansi liliefors) dan analisis Shapiro wilk, diperoleh nilai signifikansi data X_1 dengan menggunakan analisis Kolmogorov Smirnov sebesar $0,195 > 0,05$ sedangkan menggunakan analisis Shpiro Wilk sebesar $0,925 > 0,05$. Hasil perhitungan data (Kolmogorov smirnov) dan (Shapiro Wilk) menunjukkan nilai signifikansi $>0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan data berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Berdasarkan pengujian hipotesis yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi terdapat Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas Terhadap Percaya Diri Mahasiswa Baru Tahun Ajaran 2021-2022 dapat diterima. Dalam arti bahwa bimbingan kelompok teknik tugas dapat membantu meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang percaya diri. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data dengan menggunakan uji t yakni $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($47,999 > 1,717$) pada taraf nyata 5% diperoleh $t_{0.975}(22) = 1,717$. Artinya, t_{hitung} telah berada diluar daerah penerimaan H_0 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas Terhadap Percaya Diri Mahasiswa Baru Tahun Ajaran 2021-2022 dapat diterima.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis terdapat perubahan yang signifikan setelah pemberian layanan Bimbingan Kelompok Teknik Tugas terhadap Percaya Diri Mahasiswa. Hal tersebut dapat dilihat dari skor angka hasil *Pre-test* yaitu 2453 sebelum diberikan treatment

kepada mahasiswa, hal ini bisa dilihat bahwa perilaku percaya diri masih belum terlalu meningkat, untuk itu peneliti menggunakan bimbingan kelompok teknik tugas untuk meningkatkan percaya diri mahasiswa tersebut. Dengan diberikan delapan kali treatment dalam topik masalah yang berbeda-beda dan juga materi yang berbeda serta disesuaikan dengan indikator masalah.

Setelah diberikan treatment mahasiswa diberikan post-test kemudian dilihat dari skor angka hasil *pos-test* yaitu : 3059 hal ini berarti bahwa setelah diberikan layanan Bimbingan Kelompok Teknik Tugas terhadap Percaya Diri Mahasiswa mengalami peningkatan dibandingkan sebelum treatment atau perlakuan. Menumbuhkan percaya diri pada mahasiswa merupakan hal yang sangat penting untuk dimiliki agar dapat menumbuhkan rasa percaya diri yang tinggi serta dapat mengembangkan potensi yang dimiliki oleh mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan layanan pemberian layanan Bimbingan Kelompok Teknik Tugas terhadap Percaya Diri Mahasiswa. Bimbingan kelompok ini merupakan salah satu layanan yang dapat memberikan pemahaman-pemahaman baru terkait dengan perilaku percaya diri. Dalam layanan bimbingan kelompok peneliti menggunakan teknik pemberian tugas. Dalam pelaksanaan layanannya mahasiswa diberikan kesempatan untuk melihat video, membaca leaflet, handout, serta berdiskusi, hal ini dimaksudkan agar kiranya mahasiswa dapat memahami dan menerima sikap kekurangan yang mereka miliki. Seperti yang ditegaskan oleh Romlah, (2016) mengatakan bahwa bimbingan kelompok bertujuan “agar individu dapat memahami dirinya dan lingkungannya, dapat mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dan dapat mengembangkan dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat”.

Bimbingan kelompok teknik tugas juga memiliki keistimewaan tersendiri yakni mengarahkan mahasiswa untuk membahas dan mendiskusikan topik-topik permasalahan yang ditentukan oleh konselor. Sebagaimana menurut prayitno, dkk (2017) bahwa “kelompok tugas” pada dasarnya diberi tugas untuk menyelesaikan pekerjaan, baik pekerjaan itu ditugaskan oleh pihak di luar kelompok itu maupun tumbuh di kelompok itu sebelumnya. Titik pusat dalam “Teknik tugas” adalah penyelesaian tugas itu sendiri dengan memberikan pendapat, tanggapan, perhatian, reaksi dan saling berhubungan antar sesama anggota kelompok agar tugas dapat terselesaikan dengan tuntas.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik tugas dapat digunakan dalam mengatasi berbagai macam masalah mahasiswa khususnya percaya diri. Melalui media-media yang bermacam-macam diharapkan anggota kelompok (mahasiswa) dapat memahami dan menyelesaikan masalahnya.

SIMPULAN

Berdasarkan pengujian hipotesis yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi terdapat Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas Terhadap Percaya Diri Mahasiswa Baru Tahun Ajaran 2021-2022 dapat diterima. Dalam arti bahwa bimbingan kelompok teknik tugas dapat membantu meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang percaya diri. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data dengan

menggunakan uji t yakni $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($47,999 > 1,717$) pada taraf nyata 5% diperoleh $t_{0.975}(22) = 1,717$. Artinya, t_{hitung} telah berada diluar daerah penerimaan H_0 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Tugas Terhadap Percaya Diri Mahasiswa Baru Tahun Ajaran 2021-2022 dapat diterima

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, A. (2018). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. 5(2): 80-81
- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*. 3(2): 161
- Andiwijaya, D & Liauw, F. (2019). Pusat Pengembangan Kepercayaan Diri. *Jurnal Stupa: Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur*. 1(2): 1697
- Astuti, A. D. 2019. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Pemberian Tugas terhadap Kesulitan Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Galur Tahun Pelajaran 2018/2019. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 3(2): 342
- Asiyah., Walid, A., & Kusumah, R. G. T. 2019. Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa pada Mata Pelajaran IPA. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. 9(3): 218
- Deni, A. U & Ifdil, I. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal EDUCATION: Jurnal Pendidikan Indonesia*. 2(2): 44
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. 3(2): 169
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*. 4(1): 1
- Hapasari, A & Primastuti, E. (2015). Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau dari Dukungan Teman Sebaya. *Jurnal Psikodimensia*. 13(1): 65-66
- Hidayati, S. R. N & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial sebagai Moderator pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(3): 2
- Jannah, N. (2015). Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Rantau. *Jurnal Mahasiswa BK AN-NUR*. 1(1): 35
- Mayara, B. H., Yuniarrahmah, E., & Mayangsari, M. D. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Konformitas pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*. 3(2): 75
- Maryati. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Time Management Skill pada Siswa. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia-JPGI*. 4(1): 19

- Oktariani, M., Barlian, I., & Fatimah, S. (2017). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Program Lintas Minat pada Mata Pelajaran Ekonomi di SMA Negeri 14 Palembang. *Jurnal Profit*. 4(2): 174
- Perdana, F. J. (2019). Pentingnya Kepercayaan Diri dan Motivasi Sosial dalam Keaktifan Mengikuti Proses Kegiatan Belajar. *Jurnal Edueksos* 8(2): 74
- Pratiwi, I. D & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X". *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. 7(1): 44
- Prayitno, Afdal, Ildil, Adri Zadrian. 2017. *Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok di Sekolah*. Bandung : Alfabeta
- Rahman, A. (2019). Pengaruh Teknik *Role Playing* pada Bimbingan Kelompok terhadap Berkurangnya Perilaku Bullying Siswa Bermasalah Di SMK Negeri 1 Barru. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2): 57
- Simbala, Dhea, Arystha. 2018. Pengaruh Bimbingan Kelompok Tugas Terhadap kemampuan komunikasi antarpribadi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kota Gorontalo. *Skripsi*. Gorontalo:Universitas Negeri Gorontalo
- Siregar, M. D. (2015). Kontribusi Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa (Sebuah Studi Persepsi). *Jurnal Education*. 10(1): 150
- Sugiyono.2013.*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R & D*.Bandung: Alfabeta.
- Wibowo, N. A. K., Susanto, B., dan Maulana, M. A. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* terhadap Interaksi Sosial. *Jurnal Advice*. 1(1):46