

## Implementasi Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP

\*Bernardus Widodo<sup>1</sup>, Fransiskus Gatot Iman Santoso<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Indonesia

E-mail: [bernardus.widodo@ukwms.ac.id](mailto:bernardus.widodo@ukwms.ac.id), [gatot.iman.s@ukwms.ac.id](mailto:gatot.iman.s@ukwms.ac.id)

**Article History:** Received: 2023-11-15 || Revised: 2023-12-04 || Published: 2023-12-14

**Sejarah Artikel:** Diterima: 2023-11-15 || Direvisi: 2023-12-04 || Dipublikasi: 2023-12-14

### Abstract

This research aims to find out whether the Self-Instruction technique is effective in increasing junior high school students' self-confidence. The research was carried out at SMPK. St. Yusup Madiun with 5 subjects who had low self-confidence. The type of research is quantitative with a Pre Experimental Design "one group pretest-posttest" research design. The variables in this research are self-instruction techniques as the independent variable, and self-confidence as the dependent variable. Hypothesis testing was carried out using the Paired Sample T-Test with SPSS. The purpose of this test is to find out whether there is an average difference in two paired samples (pretest and posttest scores), as well as to prove whether the self-instruction technique is effective in increasing self-confidence. From the T-Test results on the First Output shows that the average score after being given group counseling is higher than the average score before giving group counseling, then in the third output It is known that the Sig value. (2-tailed) of  $0.000 < 0.05$ , meaning that there is a real difference between the pretest and posttest data. So it can be concluded that self-instruction techniques are effective in increasing students' self-confidence.

**Keywords:** *Self-Confidence, Self Instruction, Student*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh budaya religius dan budaya nasionalis dalam meningkatkan prestasi belajar pendidikan agama islam sekolah dasar di Kecamatan Bolo serta menganalisa faktor apa saja yang menjadi pendukung dan penghambat dalam peningkatan prestasi pendidikan agama islam belajar melalui budaya religius dan nasionalis siswa sekolah dasar di Kecamatan Bolo. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode mixed methods. Metode ini merupakan suatu langkah penelitian gabungan dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian kuantitatif dan kualitatif. kesimpulan dari penelitian ini bahwa besarnya pengaruh kepemimpinan perempuan terhadap pengembangan sekolah dasar yaitu 27,4576% sedangkan 72,5424% terdapat faktor penghambatnya. Adapun faktor penghambatnya dari dalam lingkungan sekolah yaitu disebabkan motivasi dan kemauan belajar siswa yang rendah, rendahnya motivasi guru dalam menerapkan ilmu yang didapat pada saat pelatihan, sedangkan faktor dari luar lingkungan sekolah yaitu keadaan lingkungan tempat tinggal siswa yang hedonistik.

**Kata Kunci:** *Kepercayaan Diri, Self Instruction, Siswa*

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



### I. PENDAHULUAN

Menurut Hurlock masa remaja (*early adolescence*) kurang lebih berlangsung mulai usia 13 th dan berakhir pada usia 16/17 tahun, sebagai masa usia belasan yang tidak menyenangkan. Menurut Papalia (2008) masa remaja berada pada masa peralihan dari masa anak-anak sampai dewasa. Perkembangan yang menonjol pada masa peralihan ini adalah pencarian identitas. Untuk membantu menjalankan tugas perkembangannya, maka kepercayaan diri menjadi sangat penting dimiliki oleh remaja, sebab sering remaja tidak menyadari bahwa kurangnya kepercayaan diri akan dapat menghambat pencapaian kesuksesan di masa perkembangannya. Sasaran dalam

penelitian ini adalah siswa kelas VII SMPK St. Yusup Madiun. Hasil survey awal, informasi yang diperoleh dari guru bimbingan dan konseling SMPK St. Yusup Madiun, disampaikan bahwa perihal kepercayaan diri siswa kelas VII SMPK St. Yusup Madiun pada tahun ajaran 2022/2023, masih ditemukan sejumlah siswa yang tingkat kepercayaan dirinya dinyatakan rendah. Beberapa hal yang menjadi penyebab adalah faktor penyesuaian diri dengan teman karena berasal dari luar kota Madiun, tinggal hanya bersama neneknya. Lebih lanjut guru BK, menyampaikan bahwa gejala perilaku yang tampak adalah kecenderungan berdiam diri atau mengisolasi dengan temannya saat istirahat, kurang berani berbaur saat bermain, kurang berani menyampaikan ide/pendapat, kurang berani tampil di depan kelas, interaksi yang pasif.

Harlock (2005) mengemukakan bahwa usia siswa SMP yang masih tergolong pada usia remaja beranggapan bahwa dengan diterimanya mereka oleh teman sebaya maka berhasil dalam berinteraksi dengan lingkungan dan menimbulkan percaya diri, demikian sebaliknya. Selanjutnya Slavin (2006) mengatakan bahwa dalam masa ini melalui interaksi yang dibangun, remaja mencoba berbagai hal dalam pekerjaan, pendidikan dan mereka berusaha menemukan jati diri. Terkadang dalam mencoba berbagai hal baru dalam hidupnya, ada beberapa hal yang tidak sesuai dengan harapan, dan ini dapat memberikan dampak bagi pembentukan konsep diri remaja, yang pada akhirnya bisa berakibat pada kepercayaan dirinya.

Pencapaian jati diri menjadi ciri menonjol pada tugas perkembangan usia remaja yang disebut sebagai masa peralihan. Dalam paradigma ini maka kepercayaan diri harus dimiliki, agar membantu remaja dalam menjalankan tugas perkembangannya. Remaja yang rasa percaya dirinya rendah akan bisa menghambat pencapaian tugas perkembangan yang diharapkan. Demikian Papalia (2008) mengatakan bahwa masa remaja sebagai fase peralihan individu dari masa anak-anak hingga dewasa mengalami pertumbuhan cepat, secara fisik, psikis dan social, untuk ini kepercayaan diri adalah hal yang seharusnya dimiliki remaja untuk mencapai kesuksesan. Terkadang remaja tidak menyadari bahwa kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat kegiatan sehari-hari. Sikap remaja yang menunjukkan rendahnya kepercayaan diri, seperti: selalu ragu-ragu dalam melakukan suatu hal, mudah cemas, tidak memiliki keyakinan, cenderung menghindar, menutup diri, kurang inisiatif, mudah patah semangat, takut untuk tampil di depan orang banyak, dan lain-lain akan menghambatnya untuk melakukan tugas perkembangannya. Lauster (2006), juga mengungkapkan bahwa rendahnya rasa percaya diri bisa menyebabkan masalah penyesuaian diri remaja dengan lingkungan sekitar. Maka masalah kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun agar dapat mencapai penyesuaian diri secara maksimal.

Berbagai layanan dan strategi dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Salah satunya adalah teknik. *Self-instruction* merupakan salah satu teknik dalam Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang dikembangkan oleh Meichenbaum. Cognitive Behavior Therapy merupakan pendekatan sebagai sebuah integrasi dari metode-metode kognitif dan perilaku (Cormier & Nurius, 2003). Tujuan dari teknik *self-instruction* adalah untuk dapat membentuk ulang pola-pola kognitif, asumsi-asumsi, keyakinan-keyakinan, dan penilaian-penilaian irasional, merusak dan menyalahkan diri sendiri. Konselor dapat menguji ulang keyakinan siswa terhadap diri mereka dengan berbagai teknik persuasi verbal dan aktivitas yang diberikan secara berulang-ulang sampai pada akhirnya siswa dapat melakukannya untuk diri sendiri (Cormier & Nurius, 2003).

Keefektifan penggunaan teknik *self-instruction* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa didukung dengan hasil-hasil penelitian yang lain. Prasetyo (2013) mengemukakan bahwa teknik *self-instruction* efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian, Widiyanti (2013) dalam penelitiannya juga mengemukakan bahwa *self-instruction* dapat meningkatkan *self-efficacy* dalam belajar siswa, Firmansyah (dalam Prasetyo, 2013) mengungkapkan bahwa *self-instruction* dapat mereduksi gejala kejenuhan dalam belajar siswa. Dari pemikiran dan latar belakang di atas, peneliti akan mengangkat penelitian dengan judul keefektifan *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, khususnya terbatas pada siswa di kelas VII SMPK St. Yusup Madiun. Dengan demikian yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui keefektifan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa SMP yang menjadi sasaran dalam penelitian ini.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian tipe pra eksperimen dengan model one group pretest posttest design, tujuannya untuk mengungkap hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek sehingga tidak ada kontrol yang ketat terhadap variabel ekstra (Tuckman, 1999). Ciri utama rancangan ini adalah bahwa kelompok dibandingkan dengan dirinya sendiri. Jika terdapat skor perbedaan signifikan antara O1-O2, maka perbedaan ini merupakan pengaruh dari perlakuan atau treatment (X) (Tuckman, 1999). Variabel dalam Penelitian ini, yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau disebut juga dengan *variabel independent*. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi, variabel tidak bebas, tergantung atau *variabel dependent*. Yang menjadi variabel bebasnya (*variabel independent*) adalah teknik *self instruction*, sedangkan variabel terikatnya (*variabel dependent*) adalah kepercayaan diri siswa. Selanjutnya Subyek dalam Penelitian ini adalah siswa SMP Kelas VII SMPK St. Yusup Madiun berjumlah 5 siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil penjarangan melalui angket dan atas dasar musyawarah dan rekomendasi dari guru BK dari sekolah yang bersangkutan. Instrumen Pengumpulan Data. Untuk melakukan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi, peneliti mengembangkan instrumen kepercayaan diri berdasarkan aspek aspek yang dikemukakan oleh Widjaja (2016), meliputi aspek obyektif, optimis, kemampuan diri, dan bertanggung jawab. Jumlah item ada 40 soal. Instrumen pengumpulan data untuk variabel kepercayaan diri mengacu pada skala *likert* yang kemudian dikembangkan oleh peneliti berdasarkan aspek aspek yang ada. Setiap aspek dikembangkan dalam bentuk skala *likert* yang terdiri dari empat kemungkinan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk pernyataan positif skor tertinggi diberikan pada SS=4, S=3, TS=2, STS=1, sebaliknya untuk pernyataan negatif skor tertinggi diberikan pada STS=4, TS=3, S=2, SS=1.

Pelaksanaan Penelitian. Pelaksanaan Penelitian dilakukan dalam 3 tahapan, yaitu (1) Tahap Pre Test, (2) Tahap Intervensi. Tahap intervensi merupakan tahap di mana peneliti melakukan treatment atau perlakuan dengan teknik *self instruction* berdasarkan bahan perlakuan yang telah disusun sebelumnya. Treatment ditujukan kepada 5 subyek yang telah ditetapkan dalam penelitian ini, dan (3) Tahap Post Test. Tahap post test adalah tahap terakhir dari penelitian ini. Dalam tahap ini subyek yang telah diberi perlakuan diberi kembali skala percaya diri, yang tujuannya melalui post test ini akan diketahui perbedaan dari kondisi sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Analisis Data. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan rumus bangun t-test. Penggunaan rumus t-test tersebut mengacu pendapat Hadi (2001: 268) yang mengatakan bahwa hakikat t-test adalah sarana untuk mencari perbedaan mean antara sebelum dan sesudah diberi treatment.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Uji Validitas dan Reliabilitas, dari hasil uji validitas dan reliabilitas diperoleh hasil sebagai berikut: alat ukur berupa skala kepercayaan diri yang berjumlah 40 item, 3 dinyatakan tidak valid (No 11, 24 dan 33) karena nilai  $r$  hit kurang dari 0,312; dan 37 item dinyatakan valid karena nilai  $r$  hit lebih dari 0,312. Ini menunjukkan bahwa nilai validitas alat ukur terpenuhi, karena nilai  $r$  hitung  $\geq r$  tabel, dimana nilai  $r$  tabelnya sebesar 0,312 dengan  $n = 40$  pada taraf signifikansi 5%. Sedangkan untuk menguji reliabilitas alat ukur digunakan teknik Alfa Cronbach. Menurut Nurgiyantoro (2000) & Sugiyono (2006) kriteria reliabilitas nilai  $r$  Alpha dengan taraf signifikansi 5%, dinyatakan reliabel jika harga  $r$  yang diperoleh paling tidak mencapai 0,60. Berdasarkan hasil uji statistik, nilai reliabilitas memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,876. Ini berarti bahwa alat ukur memenuhi syarat reliabilitas, karena nilai koefisien sebesar 0,876 berada lebih besar dari nilai tabel sebesar 0,60% (nilai  $r$  Alpha Cronbach hitung 0,876 > nilai  $r$  Alpha Cronbach 0,60).

### B. Pembahasan

#### a. Data Kualitatif

Secara kualitatif, rendahnya sikap kepercayaan diri siswa di SMPK. St. Yusup Madiun, khususnya kelas VII dapat dilihat dari perilaku tampak seperti malu ketika diminta berbicara di depan kelas, kurang berani bertanya saat pelajaran di kelas, suka berdiam diri, sulit bergaul,

sulit menyesuaikan diri, kurang yakin dengan dirinya sendiri. Gejala perilaku tersebut mengindikasikan bahwa beberapa siswa kelas VII SMPK St. Yusup menunjukkan tingkah laku yang kurang percaya diri.

Penelitian ini dilakukan di SMPK St. Yusup Madiun, dengan jumlah subyek ada 5 siswa berdasarkan hasil penjarangan melalui instrument kepercayaan diri dan konsultasi dengan guru BK, yang dikategorikan memiliki tingkat kepercayaan diri rendah (Tabel 01). Sebelum pemberian perlakuan (*treatment*), ke-5 subyek penelitian yang telah ditentukan, diberikan *pretest* berupa instrument kepercayaan diri. *Pretest* dilaksanakan pada hari Senin tanggal 15 Mei 2023. Setelah *pretest* selanjutnya dilaksanakan *posttest* yang diwujudkan dalam bentuk skor untuk mengukur efektivitas penerapan teknik *self-instruction* melalui setting konseling kelompok. *Posttest* dilaksanakan setelah pemberian *treatment*. Setiap *treatment* yang dilaksanakan sebagai bentuk penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* sesuai dengan beberapa aspek kepercayaan diri. Proses observasi terhadap subyek penelitian (konseli) dilakukan peneliti di saat pemberian perlakuan (*treatment*). Kegiatan ini dilakukan selama proses konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self-instruction*.

Kegiatan konseling kelompok dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan berdasarkan topik masing masing, dengan durasi waktu setiap pertemuan selama 40 menit. Secara teknis pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dilakukan, sebagai berikut: (1) setiap kegiatan dilaksanakan selama 40 menit, (2) dimulai dengan ungkapan peristiwa yang dialami siswa sehubungan dengan topik kepercayaan diri, (3) dilanjutkan dengan pelatihan instruksi diri, dan (4) diakhiri dengan refleksi pelaksanaan konseling. Ada 3 topik yang dibahas dalam konseling berhubungan dengan aspek kepercayaan diri yang dipilih, yaitu: (1) Topik 1: Keberanian tampil di depan kelas, (2) topik 2: keyakinan diri, dan (3) Topik 3: dalam hal bergaul.

Kegiatan diawali secara bergantian, yaitu setiap subyek atau konseli menceritakan peristiwa yang pernah dialami atau perbuatan yang berkaitan dengan gejala-gejala yang timbul. Apa yang dialami, apa yang dirasakan akibat dari pengalaman tersebut. Setelah masing-masing subjek mengutarakan peristiwa yang pernah dialami, dilanjutkan pengisian lembar instruksi diri disertai pelatihan instruksi diri (*self-instruction*) untuk meningkatkan kepercayaan diri. Setelah pelatihan selesai, siswa diajak untuk melakukan refleksi atas pelaksanaan konseling kelompok, serta melakukan perencanaan tingkah laku baru sesuai dengan pikiran positif yang telah muncul. Selanjutnya secara berturut turut konseling kelompok dilakukan dalam beberapa pertemuan, pertemuan pertama membahas kepercayaan diri dengan topik 1, tentang “keberanian tampil di depan kelas”. Dengan topik tersebut siswa diberi kesempatan menyampaikan pengalamannya tentang kepercayaan diri keberanian tampil di depan kelas. Kegiatan selama pelaksanaan konseling kelompok pertama secara lebih rinci disajikan dalam Lembar Kerja Konseling 1, pertemuan kedua dan ketiga membahas kepercayaan diri dengan topik “keyakinan diri” dan “dalam hal bergaul”. Dengan topik tersebut siswa diberi kesempatan menyampaikan pengalamannya tentang kepercayaan diri dalam hal keyakinan diri dan dalam hal bergaul. Kegiatan secara rinci dapat dilihat pada Lembar Kerja Konseling II dan III.

Hal yang diamati selama proses konseling adalah perilaku siswa (*overt behavior*) tentang sikap percaya diri. Misalnya, sikap siswa ketika diminta untuk memperkenalkan diri dihadapan teman-teman, saat diminta bertanya pada waktu pelajaran di kelas, menyampaikan pendapat di depan kelas, bertanya saat pelajaran di kelas, dalam hal bergaul/berkenalan dengan teman baru. Pelaksanaan kegiatan konseling di setting di dalam kelas dengan menyediakan tempat duduk senyaman mungkin, berbentuk setengah lingkaran, tujuannya memudahkan untuk saling berinteraksi dan melakukan pengamatan. Secara berturut turut lembar instruksi diri disertai pelatihan instruksi diri (*self-instruction*) untuk meningkatkan kepercayaan diri.

#### b. Data Kuantitatif

Analisis kelompok yang digunakan adalah analisis hasil dan proses. Analisis hasil dilakukan dengan menghitung skor inventori kepercayaan diri sebelum dan sesudah

treatment secara keseluruhan. Sedangkan analisis proses dilakukan dengan cara menghitung perubahan rata-rata kelompok pada tiap-tiap konseling. Perubahan skor *pretest* dan *posttest* dari masing-masing siswa disajikan pada tabel berikut ini,

**Tabel 1.** Perubahan Skor *Pretest* dan *Posttest*

Subyek	Skor <i>Pretest</i>	Skor <i>Posttest</i>	Perubahan Skor
Ce1: JCL	85	150	65
Ce2: IDH	98	145	47
Ce3: KHN	75	120	45
Ce4: SND	68	126	58
Cc 5: MSE	89	138	49

Skor keseluruhan subjek penelitian diperoleh dari skor inventori kepercayaan diri yang dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* keseluruhan aspek kepercayaan diri. Rata-rata hasil *pretest* dari 5 siswa adalah 83 dan hasil rata-rata hasil *posttest* adalah 134.2 dengan nilai minimum *pretest* adalah 68 dan *posttest* adalah 126, serta nilai maksimum *pretest* adalah 98 dan *posttest* adalah 150. Perbedaan skor hasil *pretest* dan *posttest* disajikan dalam bentuk grafik pada gambar 1. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan SPSS, tujuan dari pengujian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan rata-rata pada dua sampel yang berpasangan (skor *pretest* dan *posttest*), sekaligus untuk membuktikan apakah teknik *self-instruction* efektif meningkatkan kepercayaan diri.

Dari hasil T-Test pada *Output Pertama* tabel *Paired Samples Statistics* menunjukkan bahwa nilai rata-rata setelah diberikan konseling kelompok lebih tinggi dari pada nilai rata-rata sebelum pemberian konseling kelompok, selanjutnya pada *output* ketiga Tabel 2. *Paired Samples Statistics*. diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , artinya bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara data *pretest* dan *posttest*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik *self-instruction* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Berikut hasil analisis T-Test dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2.** Output Pertama

Paired Samples Statistics				
		Mean	N	Std. Deviation
Pair 1	PRE TEST	83.0000	5	11.76860
	POST TEST	135.8000	5	12.61745
				Std. Error Mean
				5.26308
				5.64269

Pada output ini diperlihatkan hasil ringkasan statistic deskriptif dari kedua sample atau data *Pretest* dan *Posttest*, Mean = nilai rata-rata dari data *pretest* dan *posttest*, N = jumlah sample yang dipakai, Std. deviation dan Std. error mean hanya menjelaskan statistic deskriptif untuk output pertama.

**Tabel 3.** Output Kedua

Paired Samples Correlations			
		N	Correlation
Pair 1	PRE TEST & POST TEST	5	.763
			Sig.
			.134

Di atas adalah hasil korelasi atau hubungan antara kedua data atau variable yakni *pretest* dan *posttest* melalui uji korelasi, dalam hal ini, korelasi disini adalah korelasi person product moment, nilai Signifikansi sebesar 0,134 artinya nilai ini lebih besar dari 0,05. Sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji korelasi, karna nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka indikasinya tidak ada hubungan antara *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 4.** Output Ketiga

Paired Samples Test								
Paired Differences								
		Mean	SD	SEM	95% Confidence Interval of the Difference		t	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper		
Pair 1	PRE TEST-POST TEST	-52.80000	8.43801	3.77359	-63.27717	-42.32283	-13.992	.000
							df	
							4	

Kesimpulan *output* ketiga adalah gambaran tentang ada tidaknya perbedaan antara *pretest* dan *posttest*, dasar pengambilan keputusan: Jika nilai Sig. (2-tailed) < 0,05, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara data *pretest* dan *posttest*; Jika nilai Sig. (2-tailed) > 0,05, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data *pretest* dan *posttest*. Pengambilan Keputusan Diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara data *pretest* dan *posttest*.

Secara data hasil analisis baik antara variabel penguatan karakter maupun antara variabel prestasi belajar sama-sama hasilnya sangat baik, namun setelah keduanya dihubungkan memang terdapat pengaruh yang signifikan, kuat dan kearah yang semakin baik tetapi dilihat dari nilai besarnya penguatan karakter budaya religius dan nasionalis terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam siswa hanya 27,4576% dan termasuk kategori cukup baik. Peneliti menyadari pada awalnya berharap diakhir dari penelitian ini bahwa dari inovasi yang ingin diterapkan atau diimplementasikan akan memperoleh hasil yang baik, tetapi tidak bisa dipungkiri bahwa dari hasil data analisis yang didapat hanya 27,4576% ini artinya ada faktor yang menjadi penghambat penguatan karakter budaya religius dan nasionalis terhadap prestasi belajar Pendidikan agama islam siswa.

Berdasarkan hasil survei berupa angket atau kuisioner, wawancara dan dokumentasi bahwa penguatan karakter budaya religius dan nasionalis terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam siswa dijumpai adanya beberapa hambatan baik itu dipengaruhi oleh faktor dari dalam lingkungan sekolah maupun dari luar lingkungan sekolah. Adapun faktor penghambatnya dari dalam lingkungan sekolah yaitu disebabkan motivasi dan kemauan belajar siswa yang rendah, rendahnya motivasi guru dalam menerapkan ilmu yang didapat pada saat pelatihan, sedangkan faktor dari luar lingkungan sekolah yaitu keadaan lingkungan tempat tinggal siswa yang hedonistik. Adapun saran yang disampaikan oleh peneliti yaitu agar pihak sekolah meningkatkan kompetensi para pendidik, sehingga bisa memotivasi siswa dalam belajar dan terus melaksanakan peningkatan mutu internal satuan pendidikan.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri pada 5 siswa yang dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari adanya peningkatan skor angket setelah pemberian perlakuan atau *treatment* kepada subyek melalui konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*. Dari sini tampak bahwa terjadinya perbedaan skor secara signifikan pada semua subyek (Tabel:5). Hal ini menunjukkan bahwa semua subyek dapat meningkatkan tingkat kepercayaan diri dari tingkat rendah ke tinggi. Dari hasil T-Test pada *Output* Pertama table *Paired Samples Statistics* juga dapat dilihat bahwa nilai rata-rata setelah diberikan konseling kelompok lebih tinggi dari pada nilai rata-rata sebelum pemberian konseling kelompok, selanjutnya pada *output* ketiga *Paired Samples Statistics*. diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05, artinya bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara data *pretest* dan *posttest*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik *self-instruction* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, dengan demikian hipotesis yang berbunyi: "Penerapan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada siswa", dapat diterima.

##### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, adapun saran yang dapat peneliti ajukan antara lain, bagi konselor diharapkan dapat lebih mengembangkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* kepada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, sedangkan untuk penelitian lanjutan dapat memperluas variasi teknik dan memperluas subjek penelitian yang ada di wilayah sekolah-sekolah di Kota Madiun ataupun wilayah kabupaten Madiun, dengan subyek adalah para siswa yang kepercayaan dirinya rendah, yang dapat dilakukan pada jenjang kelas yang sama ataupun jenjang kelas yang berbeda.

## DAFTAR RUJUKAN

- Agung, Iswidharmanjaya, dkk. 2004. Satu Hari Menjadi lebih Percaya Diri. Panduan Bagi Remaja yang Masih Mencari Jati Dirinya. Jakarta: Gramedia.
- Angelis, Barbara De. 2001. Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Argo, Yulan Indrajat. 2013., [https://eprints.uny.ac.id/10068/Peningkatan Percaya Diri Melalui Metode Journal Writing Pada Siswa Kelas Xi Smk N 1 Depok](https://eprints.uny.ac.id/10068/Peningkatan_Percaya_Diri_Melalui_Metode_Journal_Writing_Pada_Siswa_Kelas_Xi_Smk_N_1_Depok). Thesis, Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Bryant, Lorrie E & Karren S. Budd. (1982). Self Instructional Training To Increase Independent Work Performance In Pre Schooler. *Journal of Applied Behavior Analysis*. Vol. 15 No.2. PP. 259-271. University of Nebraska Medical Center.
- Baker, Stanley B. & James N. Butler. (1984). Effects of Preventive Cognitive Self-Instruction Training on Adolescent Attitudes, Experiences, and State Anxiety. *Journal of Primary Prevention*. Vol. 5. No. 1. PP. 17-25
- Cormier, S., Nurius, P.S., & Osborn, C.J.(2003). Interviewing and Change Strategies for Helpers: Fundamental Skills and Cognitive. Behavioral Interventions (5th ed). Pacific Grove, CA: Books/Cole Publishing.Co
- Enung, Fatimah. 2006. Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik). Bandung: Pustaka Setia
- Hariantika.2020. Efektivitas Teknik Self Instruction Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Online Siswa. Skripsi tidak diterbitkan. Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi.
- Ilfiandra (2002). Program Pelatihan untuk Membantu Guru yang Mengalami Kejenuhan Kerja. Tesis PPS UPI Bandung. Tidak Diterbitkan.
- Gusti Ayu Putu Ita Trisna Dewi, Nengah Madri Antari, Nyoman Dantes.2014. Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Asertif Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling Vol.2 No: 1 Tahun 2014.
- Ghufron, Nur, dan Risnawita, Rini. 2011.*Teori-Teori Psikologi* . Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim. T.2002. Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri : Jakarta: Purwa Swara.
- Lauster, P. (2006). Tes Kepribadian. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Nawantara, R. D. 2015. Perbedaan Komitmen Tugas Siswa SMP Negeri 4 Malang Melalui Penerapan Teknik Reframing dan Self Instruction. Tesis tidak Diterbitkan: Pascasarjana Universitas Negeri Malang. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sugiyono. 2008. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Saputro dan Suseno, dkk.,2008. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Employability pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. Universitas Islam Indonesia. Hal.1-9
- Thantaway.2005. Kamus istilah Bimbingan dan Konseling. Penerbit: Grasindo.
- Tuckman.1999. Conducting Educational Research. Fifth Edition. USA: Harcourt Brace & Company.
- Walgito.2003. Psikologi Sosial. Suatu Pengantar. Penerbit: Andi Offset.