

UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DI PANTI ASUHAN HANIFA JORONG 3 KAMPUNG NAGARI GADUT TILATANG KAMANG KABUPATEN AGAM

Nadila Miftahul Jannah & Syawaluddin
UIN Sjech M.Djamil Djambek Bukittinggi
nadilamiftahul025@gmail.com ; konselor.al@gmail.com

Abstract

Group guidance is the provision of services in a group atmosphere by utilizing group dynamics. In the implementation of this group guidance activity, it can be seen how the efforts to increase the self-confidence of young women as foster children who are in the Orphanage. This study aims to (1) describe self-confidence, (2) describe group guidance, (3) and reveal efforts to increase girls' self-confidence through group guidance. This type of research is qualitative research using observation and interview methods of the orphanage administrators, foster mothers and foster children who are in the orphanage. The data that has been collected from the informant is then carried out data reduction and data verification regarding efforts to increase the confidence of young women through group guidance at the Hanifa Jorong 3 Orphanage, Kampung Nagari Gadut, Tilatang Kamang, Agam Regency. With this group guidance activity it can help increase the confidence of the foster children in this orphanage.

Keywords : Self-Confidence, Group Guidance

Abstrak : Bimbingan kelompok merupakan pemberian layanan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Pada pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok ini dapat dilihat bagaimana upaya meningkatkan kepercayaan diri dari remaja putri selaku anak asuh yang berada di Panti Asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk (1)mendeskripsikan mengenai kepercayaan diri,(2)mendeskripsikan mengenai bimbingan kelompok,(3) dan mengungkapkan upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui bimbingan kelompok. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode observasi dan wawancara terhadap pembina panti asuhan, ibu asuh dan anak anak asuh yang berada di Panti Asuhan tersebut. Data yang sudah dikumpulkan dari narasumber tersebut kemudian dilakukan reduksi data dan verifikasi data mengenai upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui bimbingan kelompok di Panti Asuhan Hanifa Jorong 3 Kampung Nagari Gadut,Tilatang Kamang Kabupaten Agam. Dengan adanya kegiatan bimbingan kelompok tersebut dapat membantu meingkatkan kepercayaan diri anak anak asuh di Panti Asuhan ini.

Kata Kunci : Percaya Diri, Bimbingan Kelompok

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dipunyai oleh seseorang dan merasa bahwa dirinya mampu bersikap seperti yang diperlukan dan dibutuhkan dan bisa memperoleh hasil yang diharapkan. (Siska, Sudarjo, & Purnamaningsih, 2003) Kepercayaan diri menjadi salah satu syarat yang esensial bagi remaja untuk mengembangkan aktivitas dan kreatifitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi, namun demikian, kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan social individu dan berlangsung secara berkesinambungan. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. (Amri, 2018) Kepercayaan diri sulit terbentuk karena kurang keberfungsian dari lingkungan sosial terhadap pengembangan kepercayaan diri individu tersebut. Hal ini juga sering terjadi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan merupakan individu yang tinggal jauh dari orang tuanya, sehingga panti asuhan menjadi peran pengganti orang tua, yang mana bagi individu yang berada di panti asuhan ini mengalami banyak masalah terhadap penerimaan dirinya sehingga kepercayaan diri menjadi suatu masalah utama dalam keseharian bagi remaja yang tinggal di panti asuhan tersebut.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang terdapat dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu individu menyelesaikan masalah pada diri individu dan membantu individu dalam menyusun rencana atau mengambil keputusan yang tepat yang dilaksanakan dengan menggunakan dinamika kelompok. Dengan dilaksanakannya bimbingan kelompok diharapkan anggota kelompok dapat mengembangkan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi dan menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normative serta aspek aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi yang dimiliki. (Putra, Daharnis, & Syahniar, 2013)

Berdasarkan hal tersebut maka penulis ingin meneliti mengenai upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui bimbingan kelompok di Panti Asuhan Khusus Putri Hanifa Jorong 3 Kampuang Nagari Gadut, Kecamatan Tilatang Kamang Kabupaten Agam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan mengenai kepercayaan diri remaja, mendeskripsikan mengenai bimbingan kelompok dan

mengungkapkan upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui bimbingan kelompok.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan kualitatif yang merupakan pengumpulan data pada suatu latar ilmiah dengan menafsirkan fenomena yang terjadi. Dalam penulisan penelitian kualitatif berisi kutipan kutipan data dan fakta yang diungkap di lapangan untuk memberikan dukungan terhadap apa yang disajikan dalam laporannya. (Anggito & Setiawan, 2018). Objek penelitian ini adalah 8 orang remaja putri yang merupakan anak asuh yang berada di panti asuhan Hanifa dan 1 orang ibu asuh yang juga tinggal bersama sama anak asuh di panti asuhan tersebut. Teknik pengumpulan data yang penulis pilih pertama adalah melakukan observasi untuk mencari narasumber yang bisa melakukan wawancara di panti asuhan Hanifa yaitu ibu asuh, anak asuh dan pembina dari panti asuhan tersebut. Penulis melakukan wawancara mengenai kepercayaan diri remaja putri ataupun anak asuh di panti asuhan ini, dan setelah penulis melakukan wawancara penulis mendeskripsikan hasil dari wawancara tersebut. Langkah yang dilakukan untuk menganalisa data yaitu reduksi data dan verifikasi data dengan kesimpulan yang dilakukan mengenai upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui bimbingan kelompok di Panti Asuhan Hanifa Jorong 3 Kampuang Nagari Gadut, Kecamatan Tilatang Kamang, Kabupaten Agam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Percaya diri

Percaya diri diartikan sebagai sikap yakin akan kemampuan diri sendiri terhadap tercapainya setiap keinginan dan harapannya. (Salirawati, 2012) Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri, dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri, jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu ragu untuk

menyampaikan gagasan,serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding bandingkan dirinya dengan orang lain.

Tingkat kepercayaan diri dapat dilihat melalui beberapa aspek, yaitu memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga optimis dalam memandang dan mengerjakan sesuatu,adanya kemandirian,memiliki ambisi yang sehat dengan bekerja keras sesuai kemampuannya,berani berpendapat dalam segala situasi dan kondisi, berani mencoba hal yang baru tanpa ada rasa takut salah dan merasa dapat diterima oleh lingkungan tempat berinteraksi. Ada beberapa ciri ciri individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri yang proposional diantaranya adalah :

1. Percaya akan kemampuan diri hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan,penerimaan atau rasa hormat dari orang lain.
2. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dan berani menjadi diri sendiri.
3. Memiliki pengendalian diri yang baik (tidak moodyan dan emosinya stabil).
4. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya.
5. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri,sehingga apabila harapan tersebut tidak terwujud maka seseorang tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi. (Mastuti & Aswi, 2008)

B. Bimbingan Kelompok

Prayitno mendefenisikan layanan bimbingan kelompok sebagai kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dan adanya penyusunan rencana untuk pengambilan keputusan yang tepat dengan adanya dinamika kelompok sebagai wahana untuk pencapaian tujuan bimbingan konseling. (Azam, 2016) Bimbingan kelompok memiliki dua tujuan yaitu tujuan umum dan tujuan khusus, adapun tujuan umum dari bimbingan kelompok adalah untuk membantu para anggota kelompok yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Sedangkan tujuan khusus dari bimbingan kelompok adalah melatih anggota kelompok untuk berani mengemukakan pendapat diantara anggota kelompoknya,melatih anggota kelompok dapat bersikap terbuka didalam kelompok, melatih anggota kelompok untuk dapat membina keakraban bersama teman teman dalam kelompok, membantu para anggota kelompok untuk mengenali dan

memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain. Layanan bimbingan kelompok memiliki sejumlah manfaat diantaranya yaitu

1. Memberikan kesempatan untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya.
2. Memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas tentang berbagai hal yang dibicarakan.
3. Menumbuhkan sikap yang positif terhadap keadaan diri lingkungan yang berhubungan dengan hal hal yang sedang dibicarakan dalam kelompok.
4. Mampu melaksanakan kegiatan nyata dan langsung membuahkan hasil sebagaimana yang telah disepakati dalam kelompok pada program yang telah direncanakan bersama.

Dari hasil observasi dan wawancara didapati informasi mengenai panti asuhan Hanifa ini merupakan panti asuhan yang khusus menerima anak asuh perempuan saja. Menurut informasi yang diperoleh dari pembina panti ini sekarang anak asuh disini berjumlah kurang lebih 24 orang, yang mana system di panti ini tidak menerima anak yang sudah yatim piatu saja, melainkan juga menerima anak asuh yang berasal dari keluarga yang kurang mampu maupun berasal dari keluarga miskin. Menurut informasi dari ibu G selaku pembina panti ini, adapun anak asuh disini berasal dari daerah yang berbeda beda, seperti dari Pesisir Selatan, Palupuh, Palembang, Ampek Angkek dan tidak ada anak asuh ini yang berasal dari daerah sekitar lokasi panti ini. Rentang usia dari anak asuh yang berada di panti ini paling kecil berusia 12 tahun yang masih duduk di bangku kelas 7 SLTP dan yang paling besar berusia 18 tahun kelas 12 di MA.

Adapun informasi yang didapat melalui ibu asuh di panti ini yang biasa di panggil dengan sebutan 'umi', beliau mengatakan bahwa umumnya anak asuh di panti ini memiliki krisis kepercayaan diri, anak asuh di panti ini cenderung memiliki rasa ketakutan yang tinggi apabila disuruh untuk tampil, menurut umi anak asuh disini bersikap seperti itu karena mereka mengalami masalah dengan latar belakang dari diri dan keluarganya. Dari informasi yang didapat tersebut, penulis diberikan kesempatan oleh ibu asuh di panti tersebut untuk mencoba mendekati anak asuh ini dan melakukan beberapa perbincangan dengan mereka. Melalui perbincangan yang penulis lakukan selama beberapa kali pertemuan dengan anak asuh yang ada di panti ini didapati informasi bahwa rata rata anak asuh di

panti ini mengalami krisis kepercayaan diri, mereka takut tampil di depan umum karena takut salah dalam mengungkapkan pendapat. Dari informasi tersebut penulis mencoba memberikan layanan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk melatih keberanian anak-anak asuh ini dalam mengutarakan pendapat dan melatih keberanian untuk berbicara di depan umum. Setelah melakukan perbincangan dan didapati 8 orang anak yang bersedia dan sukarela untuk melakukan kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan berikutnya.

Pada kegiatan bimbingan kelompok ini membahas sebuah topik tugas, yaitu merupakan topik atau bahasan bimbingan kelompok yang sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok untuk kemudian dibahas bersama-sama dengan anggota kelompok. (Ilhamuddin & Setiawati, 2013) Adapun topik tugas yang dibahas pada bimbingan kelompok ini adalah mengenai “bullying” yang mana sebelumnya didapati informasi dari wawancara dengan anak-anak asuh di panti ini bahwa bullying lumayan menjadi sesuatu yang meresahkan yang mereka rasakan di sekolah, sehingga dengan mengangkat topik mengenai bullying dapat menjadi benteng bagi mereka untuk menjaga diri dalam pergaulan di sekolahnya. Adapun pada pelaksanaan bimbingan kelompok ini diawali dengan pengenalan, kemudian melakukan permainan pengakraban disini terlihat beberapa dari anggota kelompok ini masih malu-malu untuk berbicara di depan teman-teman kelompoknya. Kegiatan dilanjutkan dengan pembahasan topik tugas mulai dari pengertian, faktor penyebab bullying, akibat dari bullying dan cara mengatasi tindakan bullying. Dari pembahasan mengenai point-point topik tersebut dapat penulis lihat bagaimana perlahan-lahan para anggota kelompok ini tampil dengan perasaan yakin untuk mengungkapkan pendapatnya dan berani berbicara di tengah-tengah anggota kelompoknya. Pada kegiatan kelompok ini juga diselipkan games sehingga para anggota kelompok tidak merasa jenuh dan bosan dalam melakukan kegiatan bimbingan kelompok ini. Setelah kegiatan bimbingan kelompok selesai dilakukan, kemudian penulis melakukan evaluasi bersama anggota kelompok dengan diskusi dan wawancara singkat, sehingga didapatkan jawaban dari para anggota kelompok bahwa dengan melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok tadi mereka merasa sudah lumayan untuk bisa percaya diri dalam berbicara di depan umum dan berani mengungkapkan pendapatnya.

KESIMPULAN

Kepercayaan diri keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri, dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Melalui hasil observasi dan wawancara dengan anak-anak asuh di Panti Asuhan Khusus Putri ini, rata-rata mereka mengalami masalah yang berkaitan dengan kepercayaan diri. Umumnya mereka merasa takut dan tidak berani untuk tampil di depan umum, mengungkapkan pendapat dan berbicara di depan orang banyak. Melalui pelaksanaan bimbingan kelompok di Panti Asuhan Khusus Putri ini bertujuan untuk membangkitkan kepercayaan diri dari anak-anak asuh yang ada di panti dengan mengadakan kegiatan diskusi dan curah pendapat terkait suatu topik bahasan. Dapat dilihat setelah melakukan kegiatan bimbingan kelompok ini para anak-anak asuh itu dapat merasakan keberanian untuk berbicara di depan orang banyak yaitu di depan anggota-anggota kelompoknya, mereka juga mulai berani untuk mengungkapkan pendapat mereka terkait topik yang dibahas, sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pelaksanaan bimbingan kelompok dapat membantu dalam membangun dan meningkatkan kepercayaan diri dari anak-anak asuh yang ada di panti asuhan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMAN 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 159.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi : CV Jejak.
- Azam, U. (2016). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan di Sekolah*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Elfira, N. (2013). Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 280.
- Farzaneh, & Samadi. (2004). *Bersahabat dengan Putri Anda : Panduan Islami dalam Memahami Remaja Putri Masa Kini*. Jakarta: Pustaka Zahra.
- Ilhamuddin, M. F., & Setiawati, D. (2013). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Topik Tugas untuk Meningkatkan Pemahaman Studi Lanjut pada Siswa Kelas IX di MTs Roudlotul Ulum Jatirejo Mojokerto. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 252.
- Lestari, I. P., Amin, S., & Wekke, I. S. (2021). *Model Pencegahan Kenakalan Remaja dengan Pendidikan Agama Islam*. Indramayu, Jawa Barat: Penerbit Adab.

- Mastuti, & Aswi. (2008). 50 Kiat Percaya Diri. Jakarta: PT Buku Kita.
- Putra, S. A., Daharnis, & Syahniar. (2013). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Eficiency Siswa. Jurnal Ilmiah Konseling, 1.
- Riyanti, C., & Darwis, R. S. (2020). Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Remaja dengan Metode Cognitive Restructuring. Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM), 115.
- Salirawati, D. (2012). Percaya diri, Keingintahuan, dan Berjiwa Wirausaha : Tiga Karakter Penting bagi Peserta Didik. jurnal Pendidikan Karakter, 218.
- Siska, Sudarjo, & Purnamaningsih, E. H. (2003). Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi, 68.