

PENGARUH PENDEKATAN *CLIENT CENTERED* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII-1 DI SMP NEGERI 7 KISARAN

Oleh

Yulia Paramitha

*Jln. Williem Iskandar Pasar V Medan Estate
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan*

Abstrak

Penelitian tentang pengaruh pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII-1 di SMP Negeri 7 Kisaran Kec. Kisaran Timur Kab. Asahan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif desain *pre-experimental designs (nondesigns)* dengan model *one-group pretest-posttest design*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket dan observasi. Hasil data dari *pre-test* dan *post-test*. Populasi sebanyak 32 siswa dan pengambilan sample menggunakan teknik *purposive sampling* dengan hasil 24. Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji t pada taraf signifikan 0,10. Hasil rata-rata skor kepercayaan diri sebelum diberikan pendekatan *client centered* adalah 79,542 dan setelah diberikan menjadi 158,25 sehingga siswa dapat mengalami perubahan yang ditunjukkan oleh hasil *post-test* lebih tinggi dibandingkan *pre-test*. Hasil temuan menunjukkan bahwa pemberian pendekatan *client centered* pada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah memberikan pengaruh kepada siswa, hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil pengujian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($2,406 > 1,638$), maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

Kata-kata Kunci : Pendekatan *ClientCentered*, Kepercayaan Diri

A. PENDAHULUAN

Pendidikan menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 yaitu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan. Pada kenyataannya tujuan yang dimaksud sangat terbatas hasilnya. Layanan bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan kepada

individu yang membutuhkan bantuan agar tercapainya kemandirian dalam pemahaman dirinya sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekitarnya dengan baik. hal ini dapat dilihat dari definisi layanan bimbingan konseling. Didalam layanan bimbingan dan konseling terdapat banyak pendekatan-pendekatan konseling.

Pendekatan *client centered* merupakan salah satu jenis pendekatan konseling yang dapat membantu siswa menumbuhkan potensi yang ada pada dalam diri mereka. Pendekatan ini seharusnya dapat diterapkan guru bimbingan dan konseling untuk menangani berbagai permasalahan yang ada. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah akan timbul pada manusia. Dengan adanya kepercayaan diri maka seseorang akan mudah bergaul, aktif dikelas, menghadapi orang yang lebih tua, lebih pandai maupun kaya, mereka tidak malu maupun canggung. Mereka akan berani menampakkan dirinya secara apa adanya, tanpa menonjol-nonjolkan kelebihan serta menutup-nutupi kekurangan. Namun pada kenyataannya banyak peserta didik yang memiliki permasalahan susah berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan tidak aktif di dalam kelas yang diakibatkan karena tidak memiliki kepercayaan diri untuk berani memulai.

Kurangnya kepercayaan diri pada peserta didik mengakibatkan menurunnya prestasi belajar. Kepercayaan diri sangat penting karena mampu menghargai dirinya dalam melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan demi masa yang akan mendatang. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri sangat rendah adalah hal yang sering terjadi bukan hanya di sekolah ini saja, bahkan juga sering terjadi di sekolah manapun. Hal ini dibuktikan pada tindakan negatif yang dilakukan peserta didik. Ketika pandangan dan sikap negatif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mengakibatkan siswa memandang seluruh tugasnya sebagai suatu yang sulit diselesaikan. Hal ini ditemukan pada peserta didik SMP N 7 Kisaran yang sering tidak mengerjakan pekerjaan rumah.

Individu yang memiliki kepercayaan diri rendah merupakan hal yang tidak akan timbul dengan sendirinya, akan tetapi ada faktor-faktor yang mempengaruhinya yakni faktor internal dan faktor eksternal. Individu yang memiliki kepercayaan diri rendah apabila didiamkan secara terus-menerus akan mengakibatkan seseorang selalu berfikir yang irasional, seperti halnya merasa semua orang disekitarnya tidak menghargai, selalu merasa serba disalahkan, dan selalu berdiam diri tanpa mau berinteraksi dengan orang lain.

B. KAJIAN TEORI

1. *Client Centered*

Client centered konseling yang berpusat pada klien dikembangkan oleh Carl Ransom Rogers, salah seorang psikolog klinis yang sangat menekuni bidang konseling dan psikoterapi. Menurut Roger dalam Mc.loed *client centered conseling* merupakan teknik konseling dimana yang paling berperan adalah klien sendiri, klien dibiarkan untuk menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi. Hal ini memberikan pengertian bahwa peran konselor dalam teknik ini hanya sebatas mengarahkan, mempengaruhi dan memberikan dorongan kepada klien agar klien dapat memikirkan sendiri dan mencari solusi permasalahannya sendiri.

Menurut Carl Roger sebagaimana yang dikutip Correy (2015: 91) menyebut bahwa *client centered* sebagai konseling non-direktif, menyatakan bahwa *client centered counseling* adalah suatu teknik dalam bimbingan dan konseling yang menjadi pusatnya adalah klien dan bukan konselor. Setiap individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, menentukan hidup, dan menangani masalah-masalah psikisnya asalkan seorang konselor dapat menciptakan kondisi yang baik agar dapat mempermudah perkembangan individu untuk aktualisasi diri Manusia yang sadar dan rasional tidak akan terkontrol dengan peristiwa kanak-kanak.

Masa lalu memang sangat mempengaruhi cara bagaimana seseorang memandang masa sekarang yang akan mempengaruhi kepribadiannya, namun ia tetap berfokus dalam menyikapi apa yang terjadi sekarang bukan apa yang terjadi pada masa lalu. Dengan melihat dari berbagai pendekatan *client centered* sudah jelas. *Client centered* ini merupakan salah satu teknik bimbingan konseling yang bertujuan untuk membantu memberikan dorongan kepada klien agar dapat memikirkan sendiri dan mencari solusi permasalahannya sendiri, serta menegaskan adanya aktualisasi diri, yang difokuskan pada pertanggungjawaban dan kapasitas klien untuk menemukan cara agar bisa menghadapi realitas, pada pribadi klien bukan pada problema yang dikemukakan oleh klien dan konselor hanya berperan sebagai partner dalam membantu untuk merefleksikan sikap dan peran-perannya guna mencari serta menemukan cara yang baik dalam memecahkan masalah klien (Kristianti, 2017: 21).

Pandangan *client centered* tentang sifat manusia menolak konsep tentang kecenderungan-kecenderungan negatif dasar. Sementara beberapa pendekatan beranggapan

bahwa manusia menurut kodratnya adalah irasional dan berkecenderungan merusak terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain kecuali jika telah menjalani sosialisasi. Jadi pandangan tentang manusia yang positif memiliki implikasi-implikasi yang berarti bagi praktik terapi *client centered*. Berkat pandangan filosofis bahwa individu memiliki kesanggupan yang inheren untuk menjauhi maladjustment menuju keadaan psikologis yang sehat, terapis meletakkan tanggung jawab utamanya bagi proses terapi pada klien.

Model *clientcentered* menolak konsep yang memandang terapis sebagai otoritas yang mengetahui yang terbaik dan yang memandang klien sebagai manusia pasif yang hanya mengikuti perintah-perintah terapis. Oleh karena itu, terapi *clientcentered* berakar pada kesanggupan klien untuk sadar dan membuat putusan-putusan.

a. Ciri-ciri pendekatan *client centered*

Ciri-ciri dari pendekatan *client centered* (sofyan, 2014: 63) adalah sebagai berikut:

- 1) Fokus utama adalah kemampuan individu memecahkan masalah bukan terpecahnya masalah
- 2) Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan (*feeling*), bukan segi intelektualnya
- 3) Titik tolak konseling adalah keadaan individu termasuk kondisi sosial, psikologis masa kini (*here and now*), dan bukan pengalaman masa lalu
- 4) Proses konseling bertujuan untuk menyesuaikan antara *ideal-self* dengan *actual-self*,
- 5) Peranan yang aktif dalam konseling dipegang oleh klien, sedangkan konselor adalah *pasif-reflektif*, artinya tidak semata-mata diam dan pasif akan tetapi berusaha membantu agar klien aktif memecahkan masalahnya.

b. Peran dan fungsi dalam penerapan *client centered*

Geral Corey (2015: 129) menekankan bahwa yang terpenting dalam proses konseling ini adalah filsafat dan sikap konselor, bukan pada teknik yang didesain untuk membuat klien “membuat sesuatu”. Pada dasarnya teknik itu menggambarkan implementasi filsafat dan sikap yang harus konsisten dengan filsafat dan sikap konselor. Dengan adanya perkembangan yang menekankan filsafat dan sikap ini maka ada

perubahan-perubahan di dalam frekuensi penggunaan bermacam teknik. Misalnya adalah bertanya, penstrukturan, interpretasi, memberi saran atau nasehat.

Teknik-teknik tersebut sebagai cara untuk mewujudkan dan mengkomunikasikan *acceptance, understading*, menghargai, dan mengusahakan agar klien mengetahui bahwa konselor berusaha mengembangkan *internal frameof reference klien* dengan cara konselor mengikuti pikiran, perasaan dan eksplorasi klien yang merupakan teknik pokok untuk menciptakan dan memelihara hubungan konseling. Oleh karenanya teknik-teknik tersebut tidak dapat digunakan secara *self compulsy* (dengan sendirinya) bila konselor tidak tahu dalam menggunakan teknik-teknik tersebut.

Gerald corey menerangkan peran konselor yakni:

- 1) Memberikan penghargaan yang positif yang tidak terkondisi bagi klien
- 2) Memberikan pemahaman empatik untuk melihat kekeliruan yang dialami klien
- 3) Mendengarkan dan mengobservasi lebih jauh untuk mendapat aspek verbal dan emosional.
- 4) Peduli dan ramah karna tugas utama terapis yakni memahami dunia klien sebaik mungkin dan mendorong klien untuk bertanggung jawab terhadap perbuatan dan keputusan yang diambilnya.

c. Tujuan pendekatan *client centered*

Adapun tujuan-tujuan dasar pendekatan *client centered* seperti yang di jelaskan Gantina dkk (2011: 270) antara lain sebagai berikut:

1) Keterbukaan pada pengalaman

Sebagai lawan dari kebertahanan, keterbukaan pada pengalaman menyirat menjadi lebih sadar terhadap kenyataan sebagaimana kenyataan itu hadir diluar dirinya.

2) Kepercayaan pada organisme sendiri

Salah satu tujuan terapi adalah membantu klien dalam membangun rasapercaya diri terhadap diri sendiri, dengan meningkatkan keterbukaan klienterhadap pengalaman-pengalamannya sendiri, kepercayaan klien kepadadirinya sendiri pun mulai timbul.

3) Dapat melakukan evaluasi internal

Tempat evaluasi internal ini berkaitan dengan kepercayaan diri, yang berartilebih banyak mencari jawaban-jawaban pada diri sendiri bagi masalah-masalah keberadaannya, serta menetapkan standar-standar tingkah laku dan melihat kedalam dirinya sendiri dalam membuat putusan-putusan dan pilihan-pilihan bagi hidupnya

4) Kesiediaan menjadi satu proses

Konseli menyadari bahwa pertumbuhan dirinya adalah proses yang berkesinambungan.

d. Teknik-teknik pendekatan *client centered*

Sedangkan dalam penerapan pendekatan *client centered* Ulfa Dani Rosada (2016:

6) memberikan beberapa teknik sebagai berikut:

- 1) Acceptance (penerimaan)
- 2) Understanding (mengerti, memahami)
- 3) Respect (rasa hormat)
- 4) Reassurance (menentramkan hati, meyakinkan)
- 5) Encouragement (dorongan)
- 6) Limited questioning (pertanyaan terbatas)
- 7) Reflection (memantulkan pertanyaan dan perasaan).

2. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris "*Self Confidence*" yang artinya percaya pada kemampuan, dan penilaian diri sendiri. Percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya (Hakim, 2005: 6).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting ada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgent untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok (Ghufron dan Rini, 2012: 33) Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan atau situasi yang diharapkannya (Fatimah, 2008: 149).

Mengenai sikap atau perilaku yang harus ditunjukkan kepada orang lain beberapa ayat yang mengindikasikan percaya diri seperti Surat Fusshilat ayat 30 sebagai berikut:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا

وَأَبشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٢٠٠﴾

Artinya: *Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan Kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, Maka Malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu"..*

Ayat di atas dapat dikategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan kepercayaan diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin dan memiliki keyakinan yang kuat. Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam Al-qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Banyak hal lain yang menggambarkan tentang keistimewaan kedudukan manusia di muka bumi dan bahkan tentang keistimewaan umat Islam, yang menurut penulis merupakan ayat yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Islam senantiasa mengajarkan optimisme dalam segala hal yang bermanfaat, baik bagi dunia maupun akhirat pemeluknya. Hal ini tercermin dalam sabda Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam (HR. Bukhari no. 598, Muslim No. 35):

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: *الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، إِحْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنْ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ*

Artinya: *Dari Abu Hurairah Radhiyallahu anhu, beliau berkata, Rasûlullâh Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allâh Azza wa Jalla daripada Mukmin yang lemah; dan pada keduanya ada kebaikan. Bersungguhsungguhlah untuk mendapatkan apa yang bermanfaat bagimu dan mintalah pertolongan kepada Allâh (dalam segala urusanmu) serta janganlah sekali-kali engkau merasa lemah. Apabila engkau tertimpa musibah, janganlah engkau berkata, Seandainya aku berbuat demikian, tentu tidak akan begini dan begitu, tetapi katakanlah, Ini telah*

ditakdirkan Allâh, dan Allâh berbuat apa saja yang Dia kehendaki, karena ucapan seandainya akan membuka (pintu) perbuatan syaitan.

Dari hadis di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang percaya diri tidak pernah putus asa dan menyerah dalam menghadapi masalah kehidupan dan berusaha berpikir positif dan tenang dalam menyelesaikan masalah dalam kehidupan sehari-hari, dan juga mengharap pertolongan Allah karena kepada-Nya lah kita menyembah dan meminta pertolongan. Berfikir positif akan memberikan dorongan sikap dan tingkah laku yang positif pula. Jiwa yang positif tampak bergairah penuh antusiasme dan keberanian yang sangat mendalam, hidupnya tidak ada kata putus asa dan menyerah, karena bagi Allah semuanya mudah, siapa saja yang Allah kehendaki pasti dia akan mendapatkan rahmat-Nya, oleh karena itu tidak pantas lagi bagi orang berikhtiar dalam mencari rahmat Allah mempertanyakan apakah usahanya tersebut akan berhasil atau tidak, karena hal tersebut mengandung keputusasaan.

Dari ayat tersebut nampak bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Mengenal diri sendiri dengan sangat baik bisa digambarkan melalui ungkapan sebagai berikut "Barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya". Bisa disandingkan dengan suatu konsep diri yang menjelaskan bagaimana seseorang harus memandang dirinya sendiri.

b. Ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri

Individu yang memiliki rasa percaya diri akan menunjukkan gejala-gejala percaya diri dalam setiap tindakannya. Agus dkk (2006: 17) memberikan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri antara lain :

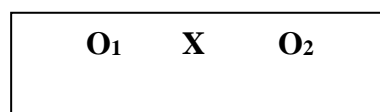
- 1) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri sendiri sehingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
- 2) Punya pengendalian diri yang baik
- 3) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- 4) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya.
- 5) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.

Orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tiak mudah terpengaruh oranglain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan diri setiap saat. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: Konsep diri, Harga Diri, Pengalaman, Selalu berandai-andai, Terlalu dimanja, Jarang dianggap, Suka dibanding-bandingkan, Terlalu percaya perkataan orang

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif karena menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan mode statistika. Sedangkan metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Adapun desain yang dipilih adalah *pre-experimental designs (nondesigns)*. Desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen (Sugiyono, 2018: 107).

Bentuk *pre-experimental designs (nondesigns)* yang dipilih yaitu model *one-group pretest-posttest design*, dalam model ini terdapat satu kelompok eksperimen kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal kelompok eksperimen, selanjutnya diberikan perlakuan dan diberikan *posttest*, desain ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Keterangan :

- O_1 : Nilai *pretest* (sebelum diberi perlakuan)
- X : Nilai *posttest* (Sesudah diberi perlakuan)
- O_2 : Variabel perlakuan

Pelaksanaan penelitian dilakukam di SMP Negeri 7 Kisaran dengan Alamat jalan Labu No. 10, Siumbuh Baru, Kec. Kisaran Timur, Kab. Asahan, Prov. Sumatera Utara.

Penelitian ini dilakukan pada tahun ajaran 2018/2019. Dalam penelitian yang mempelajari hubungan, terdapat variabel bebas (variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain) yang biasa ditandai dengan simbol (X) dan variabel terikat (variabel penelitian yang diukur untuk mempengaruhi besarnya efek atau pengaruh variabel lainnya) biasa ditandai dengan simbol (Y). Dalam penelitian ini ada dua variabel yang digunakan, yaitu: *Pertama*, Variabel Bebas (X) atau bisa disebut dengan istilah variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab berubahnya variabel terikat. *Kedua*, Variabel Terikat (Y) atau bisa disebut dengan istilah variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.

Populasi dalam penelitian ini keseluruhan siswa kelas VIII¹ di SMP N 7 Kisaran yaitu berjumlah 32 orang. Sedangkan yang menjadi Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian (sampel secara harfiah berarti contoh). Dalam penetapan/pengambilan sampel dari populasi mempunyai aturan, yaitu sampel itu representatif (mewakili) terhadap populasinya. Teknik penarikan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampling Purposive adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dari berbagai rumus yang ada, ada sebuah rumus yang dapat digunakan untuk menentukan besaran sampel, yaitu rumus slovin:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = besaran sampel

N=besaran Populasi

e = nilai kritis (batas ketelitian) yang diinginkan (persen kelonggaran ketelitian karena kesalahan penarikan sampel)

karena besaran populasi adalah 32 orang. Dengan menggunakan rumus Slovin dengan nilai kritis sebesar 10%, jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 24,2. Karena jumlah siswa merupakan variabel diskret, maka 24,24 menjadi 24. Sample tersebut menjadi sample *Pre-Test* dan yang menjadi sample *post-test* dari hasil *pre-test*.

Setelah mengidentifikasi variabel penelitian, maka dapat dirumuskan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut:

1. Pendekatan *Client centered*

Pendekatan *client centered* adalah pendekatan yang sesuai dalam pemberian bantuan kepada klien. Karena dalam hal tersebut menitik beratkan hubungan pribadi klien dan terapis, sikap-sikap terapis lebih penting dari pada teknik-teknik, pengetahuan atau teori. Maka tujuan pendekatan *client centered* ialah menjadi lebih terbuka kepada pengalaman, mempercayai organismenya sendiri, mengembangkan evaluasi internal, kesediaan untuk menjadi suatu proses, dan dengan cara-cara yang lain bergerak menuju taraf-taraf yang lebih tinggi dari aktualisasi diri.

2. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah akan timbul pada manusia.

Untuk memperoleh data yang sesuai dalam penelitian ini, maka digunakan alat atau disebut juga instrumen penelitian, yaitu : Observasi, dan Angket Dalam mendeskripsikan tingkat percaya diri memiliki rentangan 1-4, dibuat interval kriteria meningkatkan kepercayaan diri yang ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Tabel. Kategori jawaban

Nilai	Pertanyaan Positif (+)	Nilai	Pertanyaan Negatif (-)
4	Selalu (S)	1	Selalu (S)
3	Sering (SR)	2	Sering (SR)
2	Kadang-Kadang (KK)	3	Kadang-Kadang (KK)
1	Tidak Pernah (TP)	4	Tidak Pernah (TP)

Data Maksimal : skor tertinggi x jumlah item = $4 \times 30 = 120$

$$: \frac{4}{4} \times 100\% = 100\%$$

Data Minimal : skor terendah x jumlah item = $1 \times 30 = 30$

$$: \frac{1}{4} \times 100\% = 25\%$$

Range : data maksimal – data minimal

$$120 - 30 = 90$$

$$: 100\% - 25\% = 75\%$$

Panjang kelas interval : range: panjang kelas = $90 : 5 = 18$

$$: 75\% : 5 = 15\%$$

Tabel . Kriteria penilaian skala percaya diri

Skor	Interval Presentase	Kriteria
102 – 120	85% - 100%	Sangat tinggi
84 – 102	70% - 85%	Tinggi
66 – 84	55% - 70%	Sedang
48 – 66	40% - 55%	Rendah
30 – 48	25% - 40%	Sangat rendah

Tabel . Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Jumlah Item	No. Item	
				Favourabel (+)	Unfavourabel(-)
Percaya Diri	Keyakinan Diri	Kemauan dan usaha	5	1, 7	24, 28, 30
		Optimis	4	2, 8, 14	20
	Sikap positif	Mandiri	3	9	15, 21
		Tidak mudah menyerah	3	10	3, 16
		Mampu menyesuaikan diri	5	4, 11	17, 22, 25
	Memanfaatkan kelebihan	Memiliki dan memanfaatkan kelebihan	5	5, 12, 18	23, 26
		Memiliki mental dan fisik yang menunjang	5	6, 13, 19	27, 29
		Jumlah	30	15	15

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Menurut Arikunto “validitas adalah suatu yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument (Arikunto, 2006: 211)”. Uji validitas dilakukan menggunakan *Product Moment Test* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{hitung} = \frac{N \sum XY - (\sum x)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{hitung} : Koefisien korelasi

N : jumlah responden

X : skor dari butir instrumen

Y : total skor tiap responden dan seluruh item

$\sum X$: jumlah standar distribusi X

$\sum Y$: jumlah standar distribusi Y

$\sum X^2$: jumlah kuadrat masing-masing skor X

$\sum Y^2$: jumlah kuadrat masing-masing skor Y

$\sum XY$: jumlah produk dari skor butir dan skor total butir instrumen

Untuk mencari reliabilitas alat pengumpul data digunakan rumus Alpha Cronbach dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_i^2 s}{\sum_i^2 S} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : Nilai Reliabilitas

$\sum_i^2 s$: Jumlah varians skor tiap-tiap butir

st^2 : Varians total

k : Jumlah butir pertanyaan

Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu diuji normalitas data sebagai syarat kuantitatif. Pengujian dilakukan untuk melihat apakah data hasil kemampuan penalaran matematis berdistribusi secara normal atau tidak. Untuk menguji normalitas skor tes pada masing-masing kelompok digunakan uji normalitas *Lilliefors*. Rumus uji *Lilliefors* (Sudjana, 2005: 466) yaitu

$$L_0 = F(Z_i) - S(Z_i)$$

Keterangan:

L_0 = Harga mutlak terbesar

$F(Z_i)$ = Peluang angka baku

$S(Z_i)$ = Proporsi harga baku

Langkah-langkah uji normalitas *Lilliefors* sebagai berikut:

- a. Buat H_0 dan H_a
 H_0 = Sebaran data berdistribusi normal
 H_a = Sebaran data berdistribusi tidak normal
- b. Hitung rata-rata (\bar{X}) dan simpangan baku (S)

Menghitung rata-rata dengan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum f_i x_i}{\sum f_i}$$

Keterangan:

\bar{X} = rata-rata skor

f_i = frekuensi

x_i = nilai siswa

Menghitung standar deviasi:

$$S = \sqrt{\frac{n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan:

S = simpangan baku

$\sum x_i$ = jumlah nilai siswa

n = jumlah siswa

- c. Mengubah setiap data (X_1, X_2, \dots) menjadi bilangan baku Z , yaitu:

$$Z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{s}$$

- d. Untuk setiap data dihitung peluangnya dengan menggunakan daftar distribusi normal baku, dihitung $F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$; P = Proporsi

- e. Menghitung proporsi $F(Z_i)$ yaitu:¹

$$S(Z_i) = \frac{\text{Banyaknya } Z_1, Z_2, \dots, Z_n}{n}$$

- f. Hitung selisih $F(Z_i) - S(Z_i)$

- g. Bandingkan L_0 dengan L_{tabel} . Ambillah harga mutlak terbesar disebut L_0 untuk menerima atau menolak hipotesis. Kita bandingkan L_0 dengan L_{tabel} yang diambil dari daftar untuk taraf nyata $\alpha = 0.10$ dengan kriteria:

- 1) Jika $L_0 < L_{\text{tabel}}$ maka data berdistribusi normal.
- 2) Jika $L_0 > L_{\text{tabel}}$ maka data tidak berdistribusi normal.

Uji homogenitas varians antara kedua kelas yang diteliti dimaksudkan untuk mengetahui keadaan varians kedua kelas, sama atukah berbeda. Pengujian hipotesis ini

¹*Ibid*, h.466

menggunakan uji varians dua buah peubah bebas. Dalam penelitian ini menggunakan rumus homogenitas perbandingan varians, yakni sebagai berikut:

$$F_{hitung} = \frac{\text{Varians terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

Nilai F_{hitung} tersebut selanjutnya dibandingkan dengan nilai F_{tabel} yang diambil dari tabel distribusi F dengan dk penyebut = $n - 1$ dan dk pembilang = $n - 1$. Dimana n pada dk penyebut berasal dari jumlah sampel varians terbesar sedangkan n pada dk pembilang berasal dari jumlah sampel varians terkecil.

Aturan pengambilan keputusannya adalah:

$F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima berarti varians homogen

$F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_a diterima atau varians tidak homogen.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji t. Adapun teknik uji t yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}}$$

Keterangan :

Md : Mean dari deviasi (d) antara pre-test dengan post-test

Xd : Perbedaan deviasi dengan mean deviasi

$\sum^2 d$: Jumlah kuadrat deviasi

N^2 : Subjek pada sample

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik, uji t. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah hipotesis dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Kriteria pengujian yaitu dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% atau dengan $p = 0,10$. Apabila hasil uji hipotesis diperoleh signifikansi $p < \text{nilai } p = (0,10)$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwa (H_a) diterima yaitu terdapat pengaruh pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa.

D. HASIL PENELITIAN

Pelaksanaan Pendekatan *Client Centered* menggunakan desain *one-grup* dengan sampel yang berjumlah 4 peserta didik yang teridentifikasi memiliki kepercayaan diri paling rendah. Kegiatan dilakukan di ruang kelas di SMP Negeri 7 Kisaran. *Pretest* diberikan pada hari Selasa, 18 Juni 2019. Pelaksanaan pendekatan *client centred* melalui konseling individu dilakukan sebanyak 1 kali pertemuan kepada setiap masing-masing klien. Hasil kegiatan *treatment* dievaluasi dengan melakukan *posttest*. Tujuan

dilakukannya *posttest* guna pengukuran kembali tentang Kepercayaan diri peserta didik setelah dilakukannya *treatment* dengan melaksanakan pendekatan *client centered*.

Pretest diberikan kepada peserta didik kelas VIII-1 di SMP Negeri 7 Kisaran yaitu 24 peserta didik, setelah itu angket *pretest* dihitung dan terdapat 4 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah. Setelah itu peneliti membuat perjanjian kepada keempat peserta didik untuk memberikan perlakuan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil dari *pretest* kepercayaan diri yang dilakukan di kelas VIII-1 SMP Negeri 7 Kisaran didapatkan rata-rata nilai sebesar 79,542 dan varians 73,042, kemudian diperoleh nilai maksimum 93 dan nilai minimum 65. Adapun jumlah siswa yang diperoleh nilai **kepercayaan diri rendah** sebanyak 4 orang sebesar 16,7%, siswa yang memiliki kategori **kepercayaan diri sedang** sebanyak 14 orang sebesar 58,3%, siswa yang memiliki **kepercayaan diri tinggi** sebanyak 6 orang sebesar 25%.

.Kemudian menjelaskan secara singkat mengenai tujuan dalam kegiatan yang akan dilaksanakan melalui 4 tahap. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil dari *posttest* kepercayaan diri yang dilakukan di kelas VIII-1 SMP Negeri 7 Kisaran didapatkan rata-rata nilai sebesar 98,75 dan varians 158,25 kemudian diperoleh nilai maksimum 106 dan nilai minimum 80. Adapun jumlah siswa yang memiliki kategori **kepercayaan diri sedang** sebanyak 1 orang sebesar 25%, dan siswa yang memiliki kategori **kepercayaan diri sangat tinggi** sebanyak 3 orang sebesar 75%.

Hasil rata-rata skor kepercayaan diri sebelum diberikan pendekatan *client centered* adalah 79,542 dan setelah diberikan menjadi 158,25 sehingga pengaruh yang didapat sebesar 78,708. Kepercayaan diri siswa dapat mengalami perubahan yang ditunjukkan oleh hasil *post-test* lebih tinggi dibandingkan *pre-test*. Hasil temuan menunjukkan bahwa pemberian pendekatan *client centered* pada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah memberikan pengaruh kepada siswa, hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil pengujian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($2,406 > 1,638$), maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil *ujit-test* pengaruh Pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa. Penghitungan kepercayaan diri dengan nilai distribusi ditentukan

yaitu derajat kebebasan $dk = N - 1 = 4 - 1 = 3$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,10$ didapat hasil dari data tersebut diketahui bahwa terjadi pengaruh terhadap kepercayaan diri siswa sebelum diberi perlakuan/*pretest* nilai rata-rata 79,542 setelah melaksanakan perlakuan/*posttest* nilai rata-rata naik menjadi 158,25 dan berdasarkan hasil pengujian kemudian dibandingkan dengan t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} . $t_{hitung} = 2,406$ pada derajat kebebasan (df) 1, $t_{tabel} 0.10 = 1,638$ dengan ketentuan harga $t(2,406 > 1,638)$, maka H_a diterima dan H_o ditolak, jadi dapat disimpulkan bahwa pendekatan *client centered* berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswakelas VIII-1 di SMP Negeri 7 Kisaran. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan kepercayaan diri peserta didik antara skor *pretest*(sebelum pemberian perlakuan) dan *posttest* (setelah pemberian perlakuan)

2. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah diperoleh berkenaan dengan pengaruh pendekatan *client centered* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII-1 di SMP Negeri 7 Kisaran, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

- a) Kepada peserta didik SMP Negeri 7 Kisaran, hendaknya mengikuti kegiatan konseling dengan pendekatan *client centered* untuk meningkatkan kepercayaan diri, sebab dengan mengikuti konseling dengan pendekatan *client centered* disekolah peserta didik akan dibantu untuk bisa mengentaskan masalah yang dihadapi berkaitan dengan kepercayaan diri serta membantu peserta didik meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang dirasa masih rendah
- b) Kepada guru bimbingan dan konseling, hendaknya mengadakan kegiatan konseling dengan pendekatan *client centered* secara rutin untuk membantu permasalahan terhadap kepercayaan diri peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Sujanto, Halem Lubis, Taufik Hadi, (2006). *Psikologi Kepribadian* Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikuonto.S, (2006). *prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek) edisi revisi V*. Yogyakarta : Rineka cipta,.
- Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemah* (Bandung: Pt Sygma ExamediaArkanlema)
- Fatimah, (2008). *Psikologi Perkembangan*. Bandung:Pustaka Setia.
- Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Gerald Correy, (2015). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Hakim. T, (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta:Puspa Swara.
- HR. Bukhari dalam *Adabul Mufrad* (no. 598), Muslim (no. 35), Abu Dâwud (no. 4676), an-Nasai (VIII/110) dan Ibnu Mâjah (no. 57), dari Shahabat Abu Hurairah Radhiyallahu anhu . Lihat *Shahîh Jâmi'ush Shaghir* (no. 2800). Lihat pembahasan *Prinsip Ahlus Sunnah tentang Dien dan Iman* dalam buku penulis, *Syarah 'Aqidah Ahlus Sunnah wal Jama'ah* , cet. 8 (Jakarta : Pustaka Imam Syafi'i)
- Kristiani, (2017) Skripsi: Analisis Pengaruh konseling individu dengan pendekatan *client centered* terhadap rasa percaya diri peserta didik kelas X SMK Bina Latih Karya (SMK-BLK), (Lampung : UIN Raden Intan.
- M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, (2012). *Teeori-teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media.
- Sofyan S. Willis, (2014). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjana, (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono, (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung : alfabeta.
- Ulfa Dani Rosada, (2016) Jurnal, *Model Pendekatan Konseling Client Centered dan Penerapan Dalam Prakteknya*, Yogyakarta : Universitas Ahmad Dahlan.