

ABSTRAK

UPAYA PENINGKATAN PERCAYA DIRI
MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
BERBASIS AKTIVITAS *OUTBOUND* PADA SISWA SMP
(Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling pada Siswa Kelas VIII A
SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014)

Yusika Dwi Marthafani
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta

Penelitian ini bertujuan; 1) meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIIIA SMP Kanisius Kalasan melalui layanan bimbingan kelompok berbasis *outbound*; 2) mengetahui tingkat efektivitas *outbound* dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIIIA SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta tahun ajaran 2013/2014.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam 3 siklus. Setiap siklus dalam penelitian ini dilakukan dalam satu kali pertemuan. Subyek dari penelitian ini adalah siswa kelas VIIA SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta Tahun ajaran 2013/2014 yang berjumlah 25 siswa yang terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Data penelitian ini diperoleh melalui Skala Percaya Diri dan didukung oleh hasil observasi selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung, wawancara, dan dokumentasi. Hasil nilai reliabilitas Skala Percaya Diri diperoleh nilai koefisien instrumen sebesar 0,911. Dengan demikian instrumen penelitian masuk dalam kategori sangat tinggi untuk nilai reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif – kategori distribusi normal dan uji hipotesis.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan antara pre-test dan post-test, dimana terdapat kenaikan skor item dan skor subjek pada setiap siklusnya. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat adanya peningkatan kepercayaan diri secara signifikan pada siswa kelas VIIIA SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok melalui layanan bimbingan kelompok berbasis *outbound*. Hasil uji hipotesis pada pra penelitian-Siklus I adalah -3,245 dan Asymp Sign (2-tailed) adalah 0,001. Pada siklus I-siklus II nilai Z adalah -3,216 dan Asymp Sign (2-tailed) adalah 0,001. Pada siklus II -siklus III nilai Z adalah -3,151 dan Asymp Sign (2-tailed) adalah 0,002. Pada pra penelitian-siklus III nilai Z adalah -4,244 dan Asymp Sign (2-tailed) adalah 0,00. Dari hasil uji hipotesis disimpulkan bahwa, $0,00 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri pada siswa kelas VIIIA SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok berbasis aktivitas *outbound*.

Kata Kunci : *Kepercayaan diri, bimbingan kelompok, outbound*

ABSTRACT

**EFFORTS TO INCREASE SELF CONFIDENCE
THROUGH GROUP COUNSELING SERVICE
BASED OUTBOUND ACTIVITY
TO JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS
(Guidance And Counseling Action Research on The Eighth Grade Students
of SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta Academic Year 2013/2014)**

Yusika Dwi Marthafani
Sanata Dharma University
Yogyakarta

The objective of this research; 1) increase self confidence among the eighth grade students of SMP Kanisius Kalasan through outbound-based group counseling service 2) identify effectiveness of outbound to increase self confidence among the eighth grade students of SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta at 2013/2014 academic year.

It was an action research on guidance and counseling that were done in three cycles. Each cycle in this research was done in one meeting. The subject of the research was 25 students of the eighth grade of SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta, academic year 2013/2014, which consisted of 18 male students and 7 female students. The data was obtained from self confidence scale and was supported with result of observation during group counseling, interview and documentation. The results of the confidence scale reliability coefficient values obtained by the instrument of 0,911. Therefore the research instrument in the category of very high for the value of reliability. The data analysis techniques used in this research is a descriptive analysis of the distribution category and hypothesis testing.

The result of the research indicated that there is difference in pre-test and post-test, in which there is increase in the item score and subject score in each cycle. It indicated that there was an increase in self confidence significantly on the students after following group counseling service through outbound based-group counseling service. Results of hyphotesis testing pre cycle- cycle I is 3,245 and Asymp Sign (2-tailed) is 0,001. In cycle I- cycle II value Z is -3,216 and Asymp Sign (2-tailed) is 0,001. In cycle II - cycle III value Z is -3,151 and Asymp Sign (2-tailed) is 0,002. In pre cycle - cycle III value Z is -4,244 and Asymp Sign (2-tailed) is 0,00. The result of hypothesis testing concluded, $0,00 < 0,05$ that H_0 was rejected. It was revealed that self-confidence of the eighth grade students of SMP Kanisius Kalasan Yogyakarta may be improved through outbound-based group counseling service.

Keywords: self confidence, group counseling, outbound