

E ISSN : 2722 - 7340

# REALITA

*Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 9</b>	<b>NOMOR 2</b>	<b>EDISI Oktober 2024</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	---------------------	--------------------	-------------------------------	------------------------------------------------------

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

**REALITA**  
**JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING**  
*Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*

**DEWAN REDAKASI**

**Pelindung** : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika  
**Penasehat** : Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika  
**Penanggung Jawab** : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

**Editors in Chief**

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Editors**

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Section Editors**

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Mutmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Reviewers**

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (SINTA ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (SINTA ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Luar Sekolah Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Copyedit dan Layout**

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)**

Volume 9 Nomor 2 Edisi Oktober 2024

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Alamat Redaksi:**

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)

Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling** menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

**Diterbitkan Oleh:** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

## DAFTAR ISI

## Halaman

<b>Alvita Izki Maulida, dan Drajat Edy Kurniawan</b> Studi Kasus Faktor Penyebab Rendahnya Kesadaran Pendidikan di Desa Sengi Kecamatan Dukun Kabupaten Magelang .....	2416 - 2424
<b>Puspa Naila Alifiarni Ramsyah dan Abdul Muhid</b> Efektivitas Terapi <i>Acceptance and Commitment</i> (ACT) dalam Menumbuhkan <i>Body Image</i> Positif pada Remaja Obesitas .....	2425 - 2433
<b>Pifa A. Lakapu, I Wayan Lasmawan, dan I Wayan Suastra</b> Analisis Kesiapan Guru dalam Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar di SD Negeri Taubeno .....	2434 - 2442
<b>Nurani Azizah Ayu</b> Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Santriwati Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi .....	2443 - 2451
<b>Mustakim, I Nengah Suastika, dan Dewa Bagus Sanjaya</b> The Implementation of Effective Learning Resources Models in Civic Education Learning at SD Negeri 5 Sukarara .....	2452 - 2469
<b>Ayu Kharisma Paramita Mulyanto dan Ayong Lianawati</b> Efektivitas Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan <i>Self-Concept</i> pada Remaja Broken Home .....	2470 - 2479
<b>Mustakim, I Wayan Suastra, Dan I Wayan Lasmawan</b> The Independent Curriculum in Educational Theory Review: Challenges and Solutions .....	2480 - 2501
<b>Niar Karisma Raranta, dan Ari Khusuma Dewi</b> Upaya Peningkatan Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> Terhadap Self Efficacy Diri Siswa .....	2502 - 2507
<b>Ufi Nawa Zakiyya, dan Ahmad Minan Zuhri</b> Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Positif Reinforcement Surat At-Tin Ayat 4 Terhadap Percaya Diri Siswa MTs Negeri Semarang .....	2508 - 2517
<b>Aluh Hartati dan Mawar Sutjiati Sasmita</b> Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy terhadap Kecemasan Belajar Siswa SMP Negeri 9 Mataram .....	2518 - 2527
<b>Hariadi Ahmad dan Mulyana</b> Pengaruh Teknik Being Positif terhadap Kestabilan Emosi Siswa di SMP Lenterahati Islamic Boarding School .....	2528 – 2538

## EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK *POSITIF REINFORCEMENT* SURAT AT-TIN AYAT 4 TERHADAP PERCAYA DIRI SISWA MTs N SEMARANG

Oleh:

Ufi Nawa Zakiyya, dan Ahmad Minan Zuhri

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Salatiga, Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia

Email: [ufinawazakiyya@gmail.com](mailto:ufinawazakiyya@gmail.com)

**Abstrak.** Percaya diri merupakan sikap positif individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan atau situasi yang sedang dihadapinya. Idealnya percaya diri yang dimiliki individu haruslah berada pada kategori tinggi. Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya permasalahan percaya diri yang terjadi pada siswa. Percaya diri memiliki peranan penting bagi semua individu terutama dalam bidang pendidikan. Percaya diri merupakan modal dasar seseorang dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Setiap siswa harus memiliki rasa percaya diri untuk mengetahui kemampuan yang ada dalam dirinya dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif metode eksperimen dengan desain one group pretest posttest yaitu pemberian test sebelum serta setelah dilakukannya treatment. Hasil penelitian ini menunjukkan pada saat *pretest* dan *posttest* dilakukan pengujian untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan terhadap rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang setelah konseling kelompok teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S At-tin ayat 4. Pengujian ini dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistics 20.0*. Nilai *mean* pada *pretest* yaitu 42,75 sedangkan setelah dilakukan treatment nilai *mean* mengalami peningkatan menjadi 80,38. Selain dilihat pada rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* dilakukan uji hipotesis dengan hasil nilai sig. (2-tailed) sebesar 0.000 >0.05 maka dapat diambil kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat perbedaan *mean* antara *pretest* dengan *posttest* hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang.

**Kata Kunci:** *Positif Reinforcement*, Percaya Diri

### PENDAHULUAN

Pada hakikatnya pendidikan merupakan suatu proses pembudayaan dan pemberdayaan manusia yang sedang berkembang menuju kepribadian mandiri untuk membangun dirinya sendiri dan masyarakat. Pendidikan memiliki peranan yang sangat menentukan bagi perkembangan dan perwujudan diri individu terutama bagi pembangunan bangsa dan negara. Dunia pendidikan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa dan tujuan pendidikan nasional. Tujuan nasional tercantum dalam undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 yakni: Pendidikan adalah usaha terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara

aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Seiring dengan langkah nyata pemerintahan dalam meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia. maka pemerintah melalui Kementrian Pendidikan Nasional menciptakan standar yang terus meningkat untuk tingkat kelulusan siswa.

Keberhasilan pendidikan dapat ditinjau dari berbagai aspek. salah satu diantaranya ialah kualitas sumber daya manusia, yaitu dengan cara menumbuhkan kepercayaan diri siswa.

Menurut Skinner dalam (M. Joko Susilo, 2006) berpendapat bahwa belajar adalah suatu perilaku. Pada saat siswa belajar, maka respon siswa menjadi lebih baik dalam menerima pelajaran. Sebaliknya, bila siswa tidak belajar maka respon tersebut menurun. Artinya bahwa seseorang yang mengalami proses belajar akan mengalami perubahan perilaku, yaitu dari tidak mengetahui menjadi mengerti, dari tidak bisa menjadi bisa dan ragu-ragu menjadi yakin.

Percaya diri merupakan modal dasar keberhasilan di segala bidang. Hilangnya kepercayaan diri menjadi sesuatu yang sangat mengganggu, terlebih ketika dihadapkan pada tantangan ataupun situasi baru. Orang yang tidak memiliki rasa percaya diri akan tersingkir dari persaingan dengan orang lain. Secara aplikatif, percaya diri sangat penting dalam proses interaksi di kehidupan publik, seperti ketika bergabung dengan suatu masyarakat yang di dalamnya terlibat dalam suatu aktivitas atau kegiatan. Adanya rasa percaya diri dapat meningkatkan keefektifan dalam aktivitas kegiatan. Sebaliknya, rasa tidak percaya diri seringkali menjadi salah satu masalah yang merisaukan bagi hampir semua orang. Kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Seseorang yang kurang percaya diri akan menjadi pribadi 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 (Sarastika, 2014).

Menurut ahli psikologi Sigmund Freud "kepercayaan diri adalah satu tingkatan rasa sugesti tertentu yang berkembang dalam diri seseorang sehingga merasa yakin dalam berbuat sesuatu. Menurut Thantawy dalam (Aya Mamlu'ah, 2019), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat

pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Kurang percaya diri dapat menghambat pengembangan potensi diri. Individu yang kurang percaya diri akan menjadi pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu dalam menyampaikan gagasan, malu ketika harus berdiskusi dengan kelompok, tidak berbaur dengan teman yang lain, bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Situasi tertentu, kadang-kadang seseorang dihadapkan pada suatu kesulitan yang bersumber dalam dirinya sendiri. Masalah ini timbul karena individu merasa kurang berhasil dalam menghadapi dan menyesuaikan diri dengan hal-hal dalam dirinya. Konflik yang berlarut-larut, frustrasi dan neurosis merupakan sumber timbulnya masalah pribadi. Masalah pribadi juga bisa timbul akibat individu gagal dalam mempertemukan antara aspek-aspek pribadi di suatu pihak dan keadaan lingkungan dipihak lain.

Teknik *reinforcement positif* adalah sebuah teori motivasi yang bertujuan agar terjadinya pengulangan terhadap tingkah laku yang diberi penguatan, bentuk penguatan yang diberikan bias berupa bentuk benda atau pujian (Wibowo, 2015). Pendapat lain mengenai *reinforcement* Reinforcement adalah suatu respons positif dari guru kepada siswa yang berprestasi dan berperilaku baik (Soemanto, 2006). Guru memberikan penguatan ini agar siswa dapat lebih aktif berpartisipasi dalam interaksi belajar mengajar dan agar siswa dapat melakukan hal yang sama lagi. teknik *reinforcement positif* bertujuan untuk mempertahankan dan mengubah perilaku dengan memberikan penguatan sebagai strategi kegiatan untuk memungkinkan tingkah laku tertentu untuk terjadi atau sebaliknya untuk tidak terjadi pada masa yang akan datang (Mudjiono, 2006). Pada surat at-tin ayat

4 menjadi sumber motivasi untuk meningkatkan rasa percaya diri karena Allah telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, surat at-tin ayat 4 juga mengajarkan bahwa setiap individu memiliki potensi yang sangat berharga, hal ini dapat membantu siswa merasa lebih percaya diri dan bersemangat dalam mengembangkan kemampuan mereka. Pada ayat keempat ini Allah menjelaskan bahwa Allah SWT menciptakannya (manusia) dengan tubuh yang tegak sehingga dapat memakan makanan dengan tangan, dan Allah menciptakannya dengan kemampuan memahami, berbicara, mengatur, dan berbua bijak sehingga memungkinkannya menjadi khalifah dimuka bumi sebagaimana yang Allah kehendaki. Untuk menambah dan mengatasi kurangnya rasa percaya diri yang di terapkan dasar nilai surah At-Tin ayat 4, peneliti menggunakan layanan konseling kelompok teknik *positif reinforcement* yang akan dilakukan untuk memecahkan masalah yaitu meningkatkan rasa percaya diri siswa Sebagaimana Allah telah berfirman dalam Q.S At-tin Ayat 4 yang artinya :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

“Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik- baiknya”

Al-Jurjani mengaitkan “Ahsan Taqweem” bahwa manusia memiliki kesempurnaan baik secara fisik maupun moral. Ia menekankan bahwa manusia memiliki potensi untuk mencapai kebaikan dan berbuat yang terbaik. Hal ini menyadari bahwa manusia memiliki potensi terbaik dapat mendorong siswa untuk lebih percaya diri dalam usaha akademis dan sosial mereka. Ini memberi dorongan pada siswa untuk mampu menghadapi tantangan dan mencapai keberhasilan. Hal ini berhubungan dengan percaya diri yang mana dapat mengarahkan siswa untuk lebih bisa

percaya diri lagi, serta mengarahkan perilaku sesuai dengan yang diharapkan lingkungan. sekitar sehingga akan memudahkan dalam menuju kesuksesan dimasa mendatang (Yasmin, 2022).

Berdasarkan observasi dan wawancara, ketika peneliti terjun langsung saat kegiatan PLP di MTs N Semarang peneliti melihat beberapa siswa yang memang mengalami kurangnya rasa percaya diri terutama pada kelas VIII E. Ketika observasi dikelas pun peneliti melihat secara langsung ada beberapa siswa yang merasa kurang rasa percaya diri biasanya untuk tipe anak yg kurang rasa percaya diri ini malu ketika harus berbicara didepan kelas, kesulitan dalam bersosialisasi, kurang minat terhadap kegiatan sosial, tidak berbaur dengan teman sebaya. Peneliti melakukan wawancara dengan ibu L selaku guru BK di MTs N Semarang yang mencatat bahwa beberapa siswa kelas VIII E menghadapi masalah kurangnya rasa percaya diri. Pada penelitian ini peneliti tertarik untuk menguji “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Positif Reinforcement Q.S AT-TIN Ayat 4 Terhadap Percaya Diri Siswa MTs N Semarang”.

## KAJIAN PUSTAKA

Percaya diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal sesuai keinginan dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya (Lauster, 2002). Hal tersebut didukung dengan aspek-aspek dalam percaya diri masih menurut (Lauster, 1992) dalam (Arshirati, 2006) orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah: (1) Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif

seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya. (2) Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan. (3) Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. (4) Bertanggung jawab yaitu kesedihan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. (5) Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Di dalam kamus psikologi disebutkan bahwa percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat memanfaatkannya secara tepat (Anshari, 1996). Menurut (Sarason dalam Kusuma, 2005) kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar baik secara individual maupun secara sosial. Secara individual, kepercayaan diri berkembang melalui pengalaman psikologis. Sedangkan proses belajar secara sosial kepercayaan diri diperoleh melalui interaksi individu dalam kegiatannya dengan orang lain.

Menurut Dink Meer dan Loboncy (Kusuma, 2004), pembentukan kepercayaan diri didasarkan pada pengalaman pribadi seseorang. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai sikap seseorang terhadap diri mereka sendiri yang mampu menerima realitas, menjadi lebih sadar diri, berpikir positif, menjadi mandiri, dan memiliki kemampuan untuk mendapatkan dan mencapai apa yang mereka inginkan (Anthony, 1992). Seperti yang diungkapkan oleh Santoso dalam Ihdayani

(2000), rasa percaya diri muncul apabila seseorang dapat belajar mengenai diri sendiri dengan mencatat sebanyak mungkin aspek yang mereka miliki dan menerima diri mereka seperti apa adanya, termasuk semua aspek negatifnya. Kekuatan, kemampuan, dan kehendak dihasilkan dari kepercayaan diri. membuat usaha sendiri tanpa mengharapkan bantuan orang lain (Hamka, 1982).

Waterman menyatakan bahwa orang yang memiliki rasa percaya diri adalah mereka yang mampu bekerja secara aktif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab serta mempunyai rencana terhadap masa depan. Lebih lanjut dikatakan bahwa hal tersebut merupakan perkembangan self dentity (Martini dan Adiyati, 1991). Maslow mendefinisikan (dalam Sa'diah, 2007) bahwa "Percayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan percaya diri akan mampu mengenal dan memahami diri kita sendiri. Sementara itu, kurang percaya diri akan menjadi orang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan, dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain". Percaya diri secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya (Hakim, 2002). Menurut Ireland, Hutt dan William bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri dalam lingkungan sosial selalu bersifat terbuka, terus terang, berani mengambil tantangan dan berani menjelaskan ide-ide ataupun pilihan pilihannya (Lumsden, 1996).

Percaya diri atau keyakinan diri dapat didefinisikan sebagai kepercayaan yang dimiliki setiap orang terhadap dirinya sendiri dan cara mereka melihat diri mereka sendiri dengan mengacu pada konsep diri mereka (Rahmat, 1994). Sebagian besar orang menganggap percaya diri sebagai percaya pada kemampuan mereka sendiri, percaya pada tujuan hidup, dan percaya bahwa dengan akal budi, mereka akan mampu melakukan apa yang mereka harapkan, inginkan, dan dapatkan. Orang yang percaya diri memiliki harapan yang realistis dan mampu menerima diri dan tetap optimistis meskipun beberapa harapan tidak terpenuhi. Sebagian besar orang memiliki keyakinan yang lebih besar pada area tertentu daripada pada wilayah-wilayah lain (Davies, 2004). Dari beberapa paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya sendiri, selalu bersikap optimis terhadap apa yang akan diperbuatnya, tidak membutuhkan pendapat orang lain dan selalu merasa gembira terhadap apa yang telah dilakukannya. Menurut beberapa pengertian yang disebutkan di atas, percaya diri didefinisikan sebagai kesadaran seseorang terhadap kelebihan dan kekurangan dirinya. Dengan kesadaran ini, seseorang merasa yakin dengan kemampuan mereka, menerima dirinya, optimis, dan selalu bertindak atau berpikir dengan cara yang positif, yang membuatnya nyaman dan mampu mengendalikannya (Mamlu'ah, 2019). Aspek- aspek yang terdapat pada percaya diri yaitu: Aspek Keyakinan kemampuan diri, Aspek Optimis, Aspek Obyektif, Aspek Bertanggung Jawab, Aspek Rasional dan Realistis.

Bentuk sikap percaya diri seseorang terhadap orang lain yang terdapat dua variable yaitu Konseling Kelompok Teknik *Positif Reinforcement*

Q.S at-tin ayat 4 sebagai variable bebas (*independent variable*) dan untuk variable terikat percaya diri sebagai (*dependent variables*). Variable bebas merupakan variable yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variable terikat. Variable ini sering disebut variable pengaruh. Sebab fungsinya mempengaruhi variable lain. Sedangkan variable terikat merupakan variable yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variable bebas.

### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang menggunakan desain *Pre-Experimental Design One Group Pretest posttest Design* artinya perlakuan yang diberikan dapat diketahui lebih akurat. karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan (Sugiyono, 2015). Dilakukannya dengan tahapan *pretest, Treatment, dan Posttest*. Treatment menggunakan teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 dengan tahapan konseling yaitu pendahuluan, tahap transisi, tahap inti penutup dan evaluasi. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan secara *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis percaya diri. Analisis data menggunakan *statistic deskriptif* dan uji *Paired Sample t-Test*. Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII E MTs N Semarang dengan populasi 30 dan sampelnya sebanyak 8 siswa dengan kurangnya rasa percaya diri siswa.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuantitatif dalam proses pengumpulan datanya diperlukan waktu yang cukup untuk mendapatkan data yang valid. Data dalam penelitian ini berasal

dari data skala psikologis yang diberikan kepada siswa kelas VIII E MTs N Semarang, pada bab ini akan diuraikan data hasil penelitian tentang efektivitas konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa baik sebelum dan sesudah diberikan treatment (perlakuan). Untuk mendapatkan data yang dimaksud, peneliti melakukan persiapan dengan alat atau skala psikologis pengumpulan data yang di butuhkan. Selanjutnya agar peneliti dapat berjalan dengan baik maka peneliti mempersiapkan pengambilan data secara langsung. Menyusun skala psikologis penelitian bertujuan untuk mempermudah penelitian memperoleh data yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis sebagai metode pokok, sedangkan metode observasi, wawancara dan dokumentasi sebagai metode pelengkap.

Skala psikologis disusun sendiri berdasarkan indikator variabel percaya diri yang terdiri dari: (1) Keyakinan kemampuan diri (2) Optimis (3) Obyektif (4) Bertanggung jawab (5) Rasional dan Realistis. Sebagaimana telah diuraikan, skala psikologis pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis tertutup yang secara langsung dijawab oleh responden dengan item pernyataan sebanyak 25, adapun angket yang digunakan terdiri dari 4 alternatif jawaban option yaitu: Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai dan sangat tidak sesuai, dengan pemberian skor favourable sebagai berikut: a) Sangat Sesuai skor 4 (empat); b) Sesuai skor 3 (tiga); c) Tidak Sesuai skor 2 (dua); dan d) Sangat tidak sesuai skor 1 (satu), sedangkan pemberian skor unfavorable sebagai berikut: a) Sangat Sesuai skor 1 (satu); b) Sesuai skor 2 (dua); c) Tidak Sesuai skor 3 (tiga); dan d) Sangat tidak

sesuai skor 4 (empat) bentuk pernyataan di dalam skala psikologis ini adalah percaya diri. Setelah siswa mengisi skala psikologis, kemudian jawabannya akan di cocokkan sesuai dengan skor masing masing item dan akan dijumlahkan. Sebelum itu, peneliti harus menentukan nilai intervalnya. Untuk menentukan nilai interval yang diinginkan peneliti harus menentukan nilai tertinggi skala psikologis yaitu  $4 \times 25 = 100$  sedangkan untuk menentukan nilai terendah angket yaitu  $1 \times 25 = 25$ . Maka dari itu, nilai tertinggi dikurangi dengan nilai terendah dan hasilnya dibagi sesuai dengan jumlah kategori skala psikologis ya itu  $100 - 25 = 75$ , maka hasilnya akan dibagi 4 menjadi  $75 : 4 = 18,75$  kemudian peneliti bulatkan menjadi 19 guna mempermudah perhitungan. Jadi interval dalam penelitian ini adalah 19. Sehubungan dengan analisis data yang menggunakan analisis statistik, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:  $H_a$ : konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang  $H_o$ : Konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 tidak efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang.

Hasil Konseling Kelompok Teknik *Positif Reinforcement* Berdasarkan Q.S AT-TIN Ayat 4 Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VIII E di MTs N Semarang. Hasil yang sudah didapatkan pada saat *pretest* dan *posttest* dilakukan pengujian untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan terhadap rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang setelah konseling kelompok teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S At-tin ayat 4. Pengujian ini dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistics 20.0*. Nilai *mean* pada *pretest* yaitu 42,75

sedangkan setelah dilakukan treatment nilai *mean* mengalami peningkatan menjadi 80,38. Selain itu pada setiap pertemuan *treatment* siswa menunjukkan sikap yang antusias dan bersungguh-sungguh mengikuti sesi konseling kelompok. Selain dilihat pada rata-rata nilai *pretest dan posttest* dilakukan uji hipotesis dengan hasil nilai sig. (2-tailed) sebesar  $0.000 > 0.05$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat perbedaan mean antara *pretest* dengan *posttest* hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang. Berdasarkan pada hasil *pretest* yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa Tingkat percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang berada dalam kategori rendah, setelah melakukan treatment ada beberapa permasalahan yang membuat percaya diri siswa berada dalam kategori rendah dan jika dibiarkan dikhawatirkan akan mempengaruhi pada proses belajar maupun sosialnya nanti.

Bagian pembahasan ini akan menjelaskan dari rumusan masalah serta hipotesis yang sudah peneliti tentukan: 1) Kondisi awal rendahnya percaya diri pada siswa kelas VIII E di MTs N Semarang. Pada langkah awal penelitian untuk mengetahui tidak percaya diri siswa yaitu dengan menggunakan skala psikologis yaitu dengan melakukan *pretest* dengan hasil terdapat lima siswa atau 16,6% dengan kategori tinggi, sepuluh siswa atau 33,3% yang memiliki percaya diri dengan kategori sedang, tujuh siswa atau 23,3% dengan kategori cukup, delapan siswa atau 26,6% yang memiliki percaya diri dengan kategori rendah. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat siswa yang memiliki percaya diri dengan kategori rendah sehingga treatment perlu adanya konseling

kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 sebagai fungsi pengembangan dalam mengembangkan percaya diri siswa agar mencapai rasa percaya diri yang lebih baik. 2) Pelaksana Konseling Kelompok dengan Teknik Positif Reinforcement berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 di MTs N Semarang. Pada pemberian perlakuan treatment, peneliti memberikan treatment berupa konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S At-tin ayat 4. Teknik positif reinforcement ini menggunakan pendekatan behavior yang bertujuan untuk mengubah persepsi yang irasional menjadi rasional, fokus pikiran yang negatif menjadi fokus pikiran yang positif, dalam teknik positif reinforcement merupakan teori motivasi yang bertujuan agar terjadinya pengulangan terhadap tingkah laku yang diberi penguatan. Teknik reinforcement positif juga dapat didefinisikan sebagai pemberian respons dalam interaksi belajar mengajar, seperti pujian atau sanksi. Metode ini meningkatkan keyakinan siswa untuk mengubah dan mengontrol perilaku mereka dengan memberikan penguatan sebagai strategi kegiatan yang meningkatkan kemungkinan tingkah laku tertentu akan terjadi atau sebaliknya tidak akan terjadi pada masa yang akan datang. Q.S At-tin ayat 4 memiliki langkah-langkah yang berkaitan dengan percaya diri yaitu manusia memiliki keistimewaan berupa akal, jasmani dan rohani, dalam Q.S At-tin ayat 4 yang artinya sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam sebuah bentuk yang sebaik-baiknya, dalam tafsir Al Mukhashar Q.S At-tin ayat 4 Allah menjelaskan bahwa Allah SWT menciptakannya manusia dengan tubuh yang tegak sehingga dapat memakan makanan dengan tangan, dan Allah menciptakannya dengan kemampuan memahami, berbicara, mengatur dan berbuat bijak sehingga

memungkinkannya menjadi khalifah dimuka bumi sebagaimana yang Allah kehendaki. Perlakuan berupa konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 siswa diajak untuk menyadari bahwa Allah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya. dan Allah juga telah menciptakan manusia dengan kemampuan memahami, berbicara, mengatur dan berbuat bijak ini artinya kita sebagaimana manusia harus percaya diri karna kita semua diciptakan sama Allah sama tidak ada yg dibeda-bedakan dan Allah-lah telah menciptakan manusia berwujud fisik dan psikis yang paling baik. Setelah pemberian treatment selesai, siswa diberikan skala psikologis yang sama seperti saat pretest hal ini dilakukan untuk mengetahui nilai posttest, apakah ada perubahan yang signifikan setelah diberikan perlakuan. Kondisi siswa pada setiap pertemuan menunjukkan kemajuan hal ini menjadikan nilai pada saat posttest mengalami peningkatan yang signifikan dengan memperoleh nilai rata-rata sebesar 80,38 sedangkan pada saat pretest sebesar 42,75 hal ini terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 37,625 dalam hal ini menunjukkan bahwa percaya diri siswa berada dalam kategori tinggi. 3) Hasil Konseling Kelompok Teknik Positif Reinforcement Berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VIII E di MTs N Semarang. Hasil yang sudah didapatkan pada saat pretest dan posttest dilakukan pengujian untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan terhadap rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang setelah konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S At-tin ayat 4. Pengujian ini dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics 20.0. Nilai mean pada pretest yaitu 42,75 sedangkan setelah dilakukan treatment nilai mean mengalami peningkatan menjadi 80,38. Selain itu

pada setiap pertemuan treatment siswa menunjukkan sikap yang antusias dan bersungguh-sungguh mengikuti sesi konseling kelompok. Selain dilihat pada rata-rata nilai pretest dan posttest dilakukan uji hipotesis dengan hasil nilai sig. (2-tailed) sebesar 0.000 > 0.05 maka dapat diambil kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat perbedaan mean antara pretest dengan posttest hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S At-tin ayat 4 efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang.

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan landasan teori dan analisis data maka dapat disimpulkan bahwa: Efektivitas konseling kelompok dengan teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang terbukti dengan dilakukannya uji hipotesis menggunakan uji paired simple t-test diperoleh nilai t 20.326 dan nilai signifikan (2-tailed) untuk pretest posttest yaitu 0,000 > 0,05 yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *positif reinforcement* berdasarkan Q.S at-tin ayat 4 efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII E di MTs N Semarang.

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut: Bagi kepala sekolah diharapkan memfasilitasi dan mendukung setiap program layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan mulai dari sarana prasarana agar layanan dalam kegiatan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik. Bagi guru bimbingan dan konseling sebaiknya menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik positif reinforcement berdasarkan Q.S at-tin ayat

4 untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dengan menjadikan siswa aktif berpendapat dengan suasana yang menyenangkan. Bagi siswa diharapkan mampu meningkatkan dan mempertahankan sikap rasa percaya diri agar dapat bisa menghadapi masalah dengan masa yang akan datang. Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi agar dapat mengembangkan teknik-teknik dalam pemberian layanan Bimbingan dan Konseling.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anthony, R. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. (terjemah Rita Wiryadi). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Aya Mamlu'ah. (2019). Konsep Percaya Diri Dalam Al-Quran Surat Al-Imran Ayat 139. *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman*, 01(01), 32.
- Hakim, T. (2002). *Mengenal Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Pustaka Swara.
- Hamka. (1982). *Pribadi*. Jakarta: PT. Bulan Bintang.
- Ikbal, M., & Nurjannah, N. (2017). Meningkatkan Self Esteem dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy pada Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah Jati Agung Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1). <https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.556>.
- Kardinan, IA, & Kusuma, FR (2004). *Meniran penambah daya tahan tubuh alami*. Agromedia.
- Lauster, J. (2002). Marsijo Ficino sebagai pemikir kristen: Aspek Teologis Platonismenya. Dalam *Marsilio Ficino* (hlm.45-69). Brill.
- Lauter (1992). *Tes kepribadian* (terjemah D.H Gulo). Jakarta: PT. Gramedia Bumi Aksara.
- Lumsden, G., & Lumsden, D. (1996). *Communicating With Credibility of Confidence*. Boston: Wadsworth Publishing Company.
- M. Joko Susilo. (2006). *Gaya Belajar Menjadikan Makin Pintar*. Yogyakarta: Pinus.
- Mamlu'ah, L. (2019). PENERAPAN METODE COOPERATIF LEARNING TEKNIK JIGSAWPADA MATERI FOTOSINTESI. *Jurnal Pijar: Pendidikan dan Pembelajaran*, 2019, 3.1.
- Mudjiono, D. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sa'idah, LN (2007). *Hubungan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri siswa di SMAN 5 Malang* (Disertasi Doktor, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Sarastika, P. (2014). *Buku Pintar Tampil Percaya Diri: Rahasia sukses tampil percaya diri di segala situasi*. Yogyakarta: Araska.
- Soemanto. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Wibowo, A. (2015). Aplikasi Reinforcement Oleh Guru Mata Pelajaran Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 5(2). <https://doi.org/10.24127/gdn.v5i2.321>
- Yasmin, A. (2022). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Dunia Kerja Pada Fresh Graduate

Kelulusan 2021 Uin Walisongo  
Semarang.



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**  
**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991  
e-mail: [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id); web: [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

---

## PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

**Judul** secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

**Nama-nama penulis** ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

**Alamat instansi** penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

**Abstrak** ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

**Kata kunci** (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

**Daftar Pustaka** ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 9</b>	<b>NOMOR 2</b>	<b>EDISI Oktober 2024</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	---------------------	--------------------	-------------------------------	------------------------------------------------------



*Alamat Redaksi:*

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram  
Telp. (0370) 638991  
Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)  
Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

