

**BAB IV**

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN *SELF CONFIDENCE* PADA AKTIVIS  
*HALAQAH***

**A. Penerapan Konseling Kelompok untuk meningkatkan *Self confidence* pada Responden**

1. Tahap Awal

Kegiatan yang dilakukan pada tahap awal ini adalah pertemuan dan perkenalan. Dari kegiatan pertemuan dan perkenalan ini dapat membantu responden meningkatkan motivasinya untuk menyampaikan hal yang ingin diceritakan nanti pada saat sesi konseling kelompok.

Pada tahap awal ini dimulainya perkenalan anggota aktivis *Halaqah* yang terdiri 5-8 orang. Tetapi yang akan peneliti bahas hanya 5 responden. Terdiri dari FA, YA, DP, IM, dan MA. Sebelum dimulainya proses konseling kelompok pada aktivis *Halaqah*, biasanya diawali dengan pembacaan tilawah Al-Quran, dilanjutkan dengan kultum dan kemudian masing-masing dari responden mulai memperkenalkan dirinya sendiri mulai dari Nama, Umur, Alamat, Hobi,, dan Cita-Cita.

2. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan peneliti melakukan obrolan santai, untuk menciptakan *chemistry* kepada responden untuk

mencairkan suasana agar menjadi tidak tegang. Responden mulai memperkenalkan dirinya masing-masing dan menjelaskan secara garis besar apa saja yang diketahui responden tentang *Self confidence*, dan manfaat *Halaqah*. Masing-masing menyampaikan pendapatnya, mulai dari FA yang menyampaikan ia belum mengetahui apa itu *Self confidence* dan manfaat dari *Halaqah* menurutnya bisa terus bersilaturahmi dan saling bertukar pikiran dengan teman-teman sekelompok. Menurut YA bahwa dia belum mengetahui apa itu *Self confidence* tetapi sudah terbiasa dengan *Halaqah* karena ia sudah paham manfaat dari *Halaqah* itu sendiri. Lalu, menurut IM *Self confidence* itu semacam kepercayaan pada diri sendiri dan manfaat *Halaqah* itu banyak sekali terutama dalam silaturahmi dan *mencharge* iman sehingga tidak menyimpang dari ajaran agama.

### 3. Tahap Kegiatan

Pada Tahap Kegiatan ini peneliti melakukan proses konseling kelompok dalam kurun waktu kurang lebih selama 3 bulan. Dalam tahap kegiatan ini terbagi dalam 3 kali pertemuan. Isi kegiatan konseling kelompok terdiri atas penyampaian perihal informasi mengenai konseling kelompok yang berkenaan dengan masalah yang dihadapi

klien baik mengenai masalah pribadi, pendidikan, atau sosial yang tidak didapat dalam bentuk pelajaran di ruangan.<sup>1</sup>

a. Pertemuan ke 1

Pada pertemuan pertama informasi yang digali yaitu profil responden, latar belakang responden, pendidikan yang sedang ditempuh, serta kendala yang dialami pada responden terkait dengan *Self confidence*. Adapun langkah pelaksanaannya sebagai berikut :

1) Tahap Awal

- a) Konselor atau *Murabbi* mengucapkan salam pembuka kemudian dilanjutkan dengan do'a sebelum dimulainya *Halaqah*. Lalu menanyakan kabar aktivis *Halaqah* atau Responden pada hari itu.
- b) Konselor menjelaskan kegiatan *Halaqah* yang dilaksanakan. Bahwa pada kesempatan hari ini akan adanya konseling kelompok untuk mengetahui sejauh mana pengenalan diri responden.
- c) Konselor menjelaskan tujuan kegiatan konseling kelompok untuk tercapainya proses konseling nanti.

---

<sup>1</sup> Agus Sukirno & Rohayanti. 2020. *Konseling Kelompok Dalam Upaya Meningkatkan Senang Belajar Mahasiswa Aktivis Pramuka*. Jurnal al-Shifa. Vol. 1 No. 2.

d) Konselor mengecek kehadiran responden dengan melakukan absensi, sekaligus mengajak aktivis *halaqah* untuk berempatai untuk teman-temannya yang sedang sakit

2) Tahap Transisi

a) Konselor membagikan kertas selebar untuk nantinya diisi oleh responden tentang dirinya sendiri.

b) Responden mengisi kertas selebaran tadi dengan isi kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya masing-masing.

c) Setelah terisi oleh kekurangan dan kelebihan dirinya masing-masing, kemudian kertas tersebut memutar mengelilingi masing-masing dari responden untuk menilai dan mengetahui seberapa jauh sudah mengenal temannya.

d) Setelah selesai semuanya mengisi kertas tadi, kemudia konselor mengumpulkan kertas tersebut.

3) Tahap penutup

Sebelum mengakhiri *Halaqah* sudah dibiasakan dengan do'a penutup terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan *kafaratul majlis* kemudian dilanjutkan dengan *Alhamdulillah*.

b. Pertemuan ke 2

Pada pertemuan ini kegiatan yang dilaksanakan adalah tahap konseling kelompok. Kegiatan ini masih dilakukan di lingkungan Yayasan Irsyadul Ibad. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut :

1) Tahap Awal

- a) Konselor mengawali *Halaqah* dengan salam pembuka yang dilanjutkan dengan *Muqaddimah*.
- b) Konselor seperti biasa untuk mengabsen terlebih dahulu. Sekaligus menanyakan kabar.
- c) Sebelum masuk dalam pembahasan konseling kelompok, konselor meminta aktivis *halaqah* untuk membuka *halaqah* dengan do'a terlebih dahulu. Kemudian dilanjutkan dengan tilawah bersama sebanyak 10 ayat.
- d) Setelah tilawah selesai, konselor meminta aktivis *halaqah* untuk memahami peran sebagai konseli.

2) Tahap Transisi

- a) Konselor memberikan pemahaman dalam kegiatan konseling kelompok untuk saling membantu anggota kelompok dalam menyelesaikan masalah yang sedang

dialaminya. Kemudian memberikan pemahaman jika temannya sedang bercerita agar tidak mengejek apalagi sampai membuka rahasia diluar kegiatan konseling kelompok ini.

- b) Setelah memahami dan prosedur kegiatan konseling kelompok ini selanjutnya yaitu berjanji agar bisa menyimpan cerita teman-temannya.
- c) Konselor menanyakan kesiapannya dari aktivis *halaqah*.
- d) Durasi konseling kelompok yaitu selama 45 menit.

### 3) Tahap Kerja

- a) Mempersilahkan / memberikan kesempatan pada setiap aktivis *halaqah* untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi terkait dengan kepercayaan diri (*Self confidence*)
- b) Responden pertama yaitu FA yang mulai menceritakan masalahnya.
- c) Masalah dibahas hingga selesai sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan.

- d) Kemudian dilanjut dengan responden YA dan DP menceritakan masalah yang sedang dihadapi keterkaitannya *Self confidence*.
  - e) Lalu dilanjutkan dengan IM dan MA, untuk menceritakan masalahnya yang kaitannya dengan *self confidence*.
- c. Pertemuan ke 3

Pada pertemuan yang terakhir yaitu proses penyimpulan masalah dan memberikan solusi bersama. Tahapannya yaitu :

1) Tahap Awal

- a) Konselor mengawali *halaqah* dengan mengucapkan ”*Assalamu’alaikum warahmatullahi wabarakatuh*”.
- b) Kemudian dilanjutkan dengan tilawah bersama sebanyak 10 ayat.
- c) Konselor seperti biasa mengecek kehadiran aktivis *halaqah*.
- d) Konselor menjelaskan kegiatan konseling kelompok yang laksanakan ini agar nantinya aktivis *halaqah* bisa memahami permasalahan dirinya dan masalah yang diceritakan oleh teman-temannya.

## 2) Tahap Transisi

- a) Konselor menjelaskan peran dari masing-masing aktivis *halaqah*. Dalam proses penyampaian masalah aktivis *halaqah* harus benar-benar mematuhi kode etik konseling kelompok dan asas kerahasiaan.
- b) Menanyakan kesediaan aktivis *halaqah* dalam menyampaikan permasalahan agar semuanya diceritakan agar tidak ada yang disembunyikan.
- c) Durasi waktu konseling kelompok yaitu 45 menit.

## 3) Tahap Kerja

- a) Konselor menjelaskan dan memberikan pemahaman kode etik dalam konseling.
- b) Setelah semuanya memahami, dilanjutkan dengan menyelesaikan permasalahan yang belum selesai.
- c) Pembahasan masalah dan menyelesaikan masalah bersama didampingi konselor.
- d) Pembahasan mencari solusi bersama dikerjakan hingga tuntas sampai semua permasalahan 5 aktivis *halaqah* selesai.

- 4) Tahap terminasi
- a) Konselor mengarahkan aktivis *halaqah* untuk menyimpulkan hasil konseling kelompok dan masukan sehingga dapat tercapainya keputusan yang diharapkan.
  - b) Konselor dengan aktivis *halaqah* menyimpulkan pembicaran dalam penyelesaian masalah ini dari awal hingga akhir.
  - c) Memperkuat komitmen pada aktivis *halaqah* agar bisa menjaga asas kerahasiaan bersama.
  - d) Memberikan waktu untuk aktivis *halaqah* menyampaikan kesan dalam kegiatan konseling kelompok ini.
  - e) Konselor mengucapkan terima kasih atas keterbukaan dalam menyampaikan permasalahan dan diharapkan bisa menjaga kerahasiaan cerita teman-teman aktivis *halaqah*.
  - f) Konselor menutup kegiatan konseling kelompok dengan sama-sama melafadzkan *kafaratuk majlis* dilanjutkan dengan *hmdalah*.

#### 5) Tahap Akhir

Pelaksanaan konseling kelompok untuk meningkatkan *Self confidence* pada aktivis *halaqah* dilakukan untuk melihat kondisi psikologi pada aktivis *halaqah* yang keadaannya masih perlu untuk dibimbing dan diarahkan. Kegiatan konseling kelompok ini dilaksanakan dengan baik oleh aktivis *halaqah*.

Dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok ini sudah terselesaikan permasalahan yang dialami oleh ke-5 aktivis *halaqah*, sehingga proses konseling kelompok berjalan lancar. Dalam waktu 1 bulan setelah kegiatan konseling kelompok sedikit demi sedikit perubahan terjadi pada kebiasaan yang kurang baik menjadi baik dalam diri aktivis *halaqah*.

#### **B. Dampak *Self confidence* Terhadap Responden**

Berdasarkan hasil pelaksanaan konseling kelompok yang dilakukan terhadap aktivis *halaqah* sebagai konseli/responden, terkait permasalahan yang dihadapi yaitu kurangnya *Self confidence*, yang menjadi modal berharga dalam menjalankan aktivitas di sekolah atau di rumah. Secara garis besar kelima responden tersebut sudah mulai terlihat perubahannya.

Proses konseling kelompok terhadap kelima responden mencapai tingkat perkembangan yang optimal, pengembangan

lingkungan, dan peningkatan fungsi atau manfaat individu dalam lingkungannya. Selain itu juga responden juga diajarkan mengembangkan, merubah dan memperbaiki perilaku yang masih kurang dalam segi kepercayaan diri. Hal ini sangat penting bagi kelima responden agar dapat memunculkan sikap yang tepat dalam menghadapi suatu permasalahan.

Pada proses konseling kelompok ini, kelima responden mulai terlihat perubahan dari segi keberanian dihadapan orang banyak. Tetapi masih ada rasa grogi dan itu wajar karena proses untuk merubah tidak harus langsung total semua bisa. Seluruh responden mengaku grogi, takut dan tidak berani dihadapan orang banyak sebelum melakukan konseling kelompok. Tetapi setelah melakukan konseling kelompok mulai dilaksanakan, seluruh responden memahami pentingnya *Self Confidence* yang harus sudah ditanam sedini mungkin. Dapat diartikan bahwa berdasarkan hasil proses konseling kelompok, kepentingan *Self confidence* pada diri responden memiliki hal yang baik dalam menghadapi permasalahan seperti ketakutan dihadapan orang banyak, kurang merasa percaya diri, grogi ketika bertemu dengan guru, dan lain-lain.

Hasil penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *Self confidence* pada Aktivis *Halaqah* pada keliam responden tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Proses Perkembangan Responden Sebelum dan Sesudah**  
**Menjalani**  
**Proses Konseling Kelompok.**

<b>Nama Responden</b>	<b>Sebelum Menjalani Proses Konseling</b>	<b>Sesudah Menjalani Proses Konseling</b>
FA	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sering merasa pesimis karena tidak percaya diri.</li> <li>✓ Belum mempunyai arah yang jelas untuk melakukan perubahan agar bisa jauh lebih percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Berdasarkan dari cerita FA, setelah mengikuti konseling kelompok ia merasa mulai sedikit demi sedikit berani tampil dihadapan orang banyak.</li> <li>✓ FA juga merasa masih sedikit grogi ketika tampil dihadapan orang banyak, tetapi ia bisa atasi itu semua. Terbukti ketika ia diberikan</li> </ul>

		amanat untuk menampilkan pidato bahasa inggrisnya, ia sangat lancar tanpa ada kesalahanpun.
YA	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Selalu merasa malu ketika mengobrol bukan dengan teman dekatnya.</li> <li>✓ Selalu takut dengan tatapan orang banyak.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mulai bisa berani untuk tampil dihadapan orang banyak.</li> <li>✓ Mulai beradaptasi dengan keberanian ketika mengobrol dengan teman-temannya juga dengan guru.</li> </ul>
DP	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Malu ketika bertemu guru lewat <i>video call</i>.</li> <li>✓ Kurangnya antusias dalam belajar karena selalu diselimuti oleh rasa tidak percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Berdasarkan pengamatan pada pertemuan setelah konseling kelompok, DP mulai berani untuk unjuk dihadapan guru baik secara</li> </ul>

		<p>langsung atau secara <i>online</i>.</p> <p>✓ Mulai optimis dan membenahi belajar yang masih kurang terutama dalam uji kemampuan diri dihadapan guru.</p>
IM	<p>✓ Sangat pesimis terhadap kepercayaan dirinya ketika ada dihadapan orang banyak.</p> <p>✓ Belum memiliki keberanian ketika bertemu dengan guru.</p>	<p>✓ Semakin matang dalam menampilkan kepercayaan diri yang tinggi dihadapan orang banyak.</p> <p>✓ IM diberikan arahan langkah-langkah dalam melakukan atau tindakan ketika bertemu dengan guru atau berada dihadapan orang banyak.</p>

MA	<p>✓ Sempat merasa pesimis karena benar-benar takut terhadap mata orang yang melihat kearahnya.</p> <p>✓ Belum memiliki strategi ketika harus memberanikan diri maju dihadapan orang banyak.</p>	<p>✓ Berdasarkan penuturan MA, ia terus belajar dari proses kekurangannya dalam hal eksistensi dihadapan orang banyak.</p> <p>✓ MA juga mulai meningkatkan kapasitas keberaniannya dihadapan orang banyak untuk menunjukkan bahwa dirinya bisa melakukan sesuatu yang selama ini ditakuti.</p>
----	--	--

*Sumber : Wawancara Dengan Responden Sebelum dan Sesudah Konseling*

Dapat disimpulkan bahwa sebelum dilakukannya konseling kelompok, kelima responden banyak sekali yang merasakan

kurangnya *Self confidence*, Setelah dilakukannya Konseling Kelompok kelima responden sudah mengalami sedikit demi sedikit perubahan dalam perilaku kesehariannya baik di sekolah atau di lingkungan rumahnya. Dalam p penjelasan tersebut dapat disimpulkan dalam tabel sebagai berikut :

**Tabel 4.2**  
**Bentuk Perilaku *Self confidence***

No	Nama Responden	Permasalahan <i>Self confidence</i>		
		Optimis	Bertanggung jawab	Obyektif
1	FA	-	-	-
2	YA	-	-	-
3	IM	-	-	-
4	DP	-	-	-
5	MA	✓ -	-	-

*Sumber : Hasil Wawancara Dengan Responden Sesudah  
Konseling*

Keterangan :

- ✓ = Masih Merasa
- = Tidak Merasa
- ✓ - = Sedikit Merasa

### **C. Faktor Pendukung Dalam Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan *Self confidence* Pada Aktivistis *Halaqah***

Salah satu aspek pribadi yang berpengaruh dalam membentuk kepribadian seseorang adalah aspek kepercayaan diri. setiap individu sangat memerlukan kepercayaan diri untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya, dan kepercayaan diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor.<sup>2</sup>

Faktor pendukung dalam penerapan konseling kelompok sebagai berikut :

#### 1. Penampilan fisik

Seseorang yang memiliki anggota badan yang lengkap dan tidak memiliki cacat/ kelainan fisik tertentu akan cenderung memiliki rasa percaya diri yang kuat daripada seseorang yang mempunyai anggota tubuh yang memiliki kelainan. Faktanya dari kelima responden semuanya mempunyai kondisi fisik yang sehat tidak ada sama sekali kecacatan fisik. Sehingga perubahan perilaku responden bisa dikatakan terus berjalan sesuai dengan keinginan yang dicapai.

Kelima responden selain memiliki keadaan fisik yang sehat juga memiliki semangat untuk

---

<sup>2</sup> Santrock, John W. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. ( Jakarta: Erlangga. 2003) h.338-339

meyakinkan diri yang kuat, karena kelima responden sangat serius dalam proses konseling kelompok tersebut.

## 2. Faktor orang tua

Dukungan orang tua seperti rasa kasih sayang, penerimaan dan memberikan kebebasan pada anak-anaknya dengan batasan tertentu serta keadaan keluarga yang baik sangat mempengaruhi pembentukan rasa percaya diri seseorang. Apa yang diberikan oleh orang tua tadi merupakan suatu rasa kebahagiaan yang tidak terhingga, seorang anak cenderung meniru apa yang orang tua lakukan. Dukungan orang tua secara nasehat atau tindakan sangat membantu dalam perubahan mental anak terutama dalam hal *Self confidence*, karena anak merasa dirinya selalu dalam lindungan orang tuanya. Maka selayaknya orang tua terus memberikan semangat, nasehat, dan tindakan positif untuk mendukung perkembangan tubuh juga mental pada anak.

## 3. Lingkungan

Lingkungan merupakan tempat yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan pikiran, tingkah laku, dan juga mental pada anak. Semakin membebaskan anak tanpa adanya batasan maka

semakin besar pula kemungkinan perubahan pada anak. Tak bisa dipungkiri banyak sekali fenomena di sekitar lingkungan tempat tinggal sendiri masih banyak sekali anak yang berada di lingkungan kurang baik dan kurangnya pengawasan orang tua sehingga ada kemungkinan perubahan perilaku yang kurang akan terlihat. Maka itu perlu adanya pengawasan orang tua pada usia-usia yang rentan terdampak.

#### 4. Faktor Teman

Faktor teman sangat berpengaruh pada kepercayaan diri anak, karena dari teman lah kita bisa melihat mana yang berperilaku baik atau buruk. Mendapatkan teman itu mudah tetapi mendapatkan teman yang benar-benar berperilaku positif dalam semua kegiatannya itu sulit untuk dicari. Beberapa kendala dari kelima responden yaitu ada pada teman sekolahnya dan teman mainnya, ada yang beruntung jika mendapatkan teman yang baik dalam segala sesuatu yang dikerjakan dan selalu mengajak pada kebaikan. Ada pula teman yang suka *bully* hanya karena memiliki sedikit kekurangan jadi bahan ejekan juga tawa. Maka faktor teman sangat berpengaruh pada perkembangan mental, perilaku dan juga kepercayaan diri.