

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
MENGUNAKAN INTERVENSI MUSIK TERAPI UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA
DALAM BELAJAR DI SMAN 5 PADANG**

Tesis

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat
Magister Program Studi Bimbingan dan Konseling



Oleh

**YURITA TIRO
NIM. 20151046**

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
NEGERI PADANG
2022**

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : YURITA TIRO
NIM : 20151046

Nama

Tanda Tangan

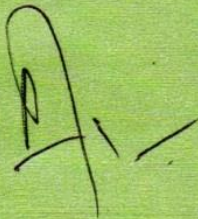
Tanggal

Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.
Pembimbing



10 Januari 2023

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang





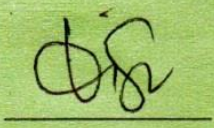
Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd.
NIP. 19630320 198803 1 002

Koordinator Program Studi S2
Bimbingan dan Konseling FIP UNP



Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons.
NIP. 19551109 198103 2 003

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

No	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.</u> <i>Ketua</i>	
2.	<u>Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.</u> <i>Anggota</i>	
3.	<u>Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.</u> <i>Anggota</i>	

Mahasiswa

Nama : Yurita Tiro

NIM : 20151046

Tanggal Ujian : 21 November 2022

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis yang berjudul:

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGUNAKAN INTERVENSI MUSIK TERAPI UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DALAM BELAJAR DI SMAN 5 PADANG

Tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi lain dan tidak terdapat keseluruhan atau sebagai tulisan orang lain yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis aslinya. Apabila dikemudian hari saya terbukti melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah pemikiran saya sendiri, gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh universitas batal saya terima.

Padang, 30 Desember 2022
Yang memberi pernyataan,



Yurita Tiro

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji serta syukur kehadirat Allah SWT yang sudah melimpahkan rahmat, taufiq serta hidayah-Nya, sebagai hasilnya peneliti bisa merampungkan penyelesaian tesis ini. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, para keluarga, serta sahabatnya yang sudah berhasil merubah pandangan manusia menjadi lebih baik. Penyelesaian tesis ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa mendapatkan bimbingan, arahan, bersama bantuan berasal berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat.

1. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons., selaku dosen pembimbing yang telah dengan sabar dan tulus dalam memberikan masukan, saran, serta semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan tesis ini.
2. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., sebagai kontributor I dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada peneliti demi kesempurnaan penyelesaian tesis ini.
3. Ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd., sebagai kontributor II dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada peneliti demi kesempurnaan penyelesaian tesis ini.
4. Ibu Dr. Nurfarhanah, M.Pd., Kons., selaku penimbang instrumen (*judge*) yang telah memberikan masukan, saran, arahan dan semangat dalam penyelesaian tesis ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, khususnya Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan dalam penyelesaian tesis ini.
6. Pimpinan dan Staf Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan dan kelancaran administrasi penelitian.

7. Kedua Orangtua (Ayahanda Ibrahim dan Ibunda Aisyah), beserta seluruh keluarga tercinta yang senantiasa memberikan dukungan, semangat dan bantuan secara moril maupun materil dalam penyelesaian tesis ini.
8. Teman-teman mahasiswa angkatan 2020 Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, untuk dukungan, semangat, serta masukan yang diberikan dalam penyelesaian tesis ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan dan menyusun penyelesaian tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan penyelesaian tesis ini masih terdapat kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak, akhir kata diucapkan terima kasih.

Padang, Desember 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRACT	xiv
ABSTRAK	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Pembatasan Masalah.....	12
D. Perumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	13
F. Manfaat Penelitian	13
G. Kebaharuan dan Orisinalitas Peneliti.....	15
H. Definisi Operasional	16

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	19
1. Kepercayaan Diri.....	19
a. Pengertian Kepercayaan Diri.....	19
b. Aspek-aspek Kepercayaan Diri	22
c. Ciri-ciri Kepercayaan Diri	24
d. Ciri-ciri tidak Kepercayaan Diri	27
e. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	30
f. Gejala tidak Kepercayaan Diri	33
g. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri	35
h. Manfaat Kepercayaan Diri	37
2. Layanan Bimbingan Kelompok	39
a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok.....	39
b. Tujuan dan Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok.....	41
c. Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok	43
d. Tahap-tahap Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok	44
e. Peranan Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan Kepercayaan Diri	47
3. Terapi Seni Ekspresif	49
a. Pengertian Terapi Seni Ekspresif	49
b. Bentuk Pengaplikasian Terapi Seni Ekspresif.....	50

c. Komponen Terapi Seni Ekspresif.....	55
d. Peran Terapi Seni Ekspresif	56
e. Kelebihan dan kekurangan Terapi Seni Ekspresif.....	56
4. Intervensi Musik Terapi sebagai Terapi Seni.....	58
a. Pengertian Terapi Musik	58
b. Musik dalam Konseling sebagai <i>MusicTherapy</i>	59
c. Jenis Terapi Musik	61
d. Peranan Terapi Musik.....	63
5. Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Intervensi Musik Terapi	64
B. Penelitian yang Relevan.....	69
C. Kerangka Konseptual.....	72
D. Hipotesis Penelitian	74

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	76
B. Populasi dan Sampel	79
C. Instrumen Penelitian	81
D. Teknik Pengumpulan Data.....	84
E. Teknik Analisis Data.....	85
F. Jadwal Penelitian	87

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian.....	88
1. Data <i>Pretest</i>	89
2. Data <i>Posttest</i>	94
3. Data Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen	99
4. Data Kepercayaan Diri Kelompok Kontrol.....	102
5. Perbandingan Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	104
6. Hasil Perhitungan <i>N-gain Score</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok	106
B. Pengujian Hipotesis.....	108
C. Pembahasan.....	114
1. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Kepercayaan Diri</i> Siswa dalam Belajar pada Kelompok Eksperimen	114
2. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Kepercayaan Diri</i> Siswa dalam Belajar pada Kelompok Kontrol	124
3. Hasil Perbedaan <i>Kepercayaan Diri</i> Siswa dalam Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	128
4. Perbandingan <i>N-Gain Score</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	132
D. Keterbatasan Penelitian.....	133

BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	135
B. Saran.....	137
C. Implikasi.....	139
REFERENSI.....	142
LAMPIRAN.....	154

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Prosedur Layanan Bimbingan Kelompok Intervensi Musik Terapi ...	66
Tabel 3.1 Rancangan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Intervensi Musik Terapi	79
Tabel 3.2 Populasi Penelitian	79
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	81
Tabel 3.4 Alternatif Jawaban Instrumen	82
Tabel 3.5 Kriteria Validitas.....	83
Tabel 3.6 Kriteria Keefektifan Instrumen	85
Tabel 3.7 Jadwal Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok	87
Tabel 4.1 Gambaran Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar.....	89
Tabel 4.2 Skor <i>Pretest</i> Masing-masing Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Eksperimen dan Kontrol	90
Tabel 4.3 Data <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	90
Tabel 4.4 Data <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen Berdasarkan Sub Variabel Cinta Diri, Pemahaman Diri, Tujuan Jelas, dan Berpikir Positif	91
Tabel 4.5 Data <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub Variabel Cinta Diri, Pemahaman Diri, Tujuan Jelas, dan Berpikir Positif	93
Tabel 4.6 Skor <i>Posttest</i> Masing-masing Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Eksperimen dan Kontrol	95
Tabel 4.7 Data <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	96
Tabel 4.8 Data <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen Berdasarkan Sub Variabel Cinta Diri, Pemahaman Diri, Tujuan Jelas, dan Berpikir Positif	97
Tabel 4.9 Data <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub Variabel Cinta Diri, Pemahaman Diri, Tujuan Jelas, dan Berpikir Positif.....	98
Tabel 4.10 Perbandingan Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	100
Tabel 4.11 Frekuensi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen	101

Tabel 4.12 Perbandingan Kepercayaan Diri Kelompok Kontrol <i>Pretest dan Posttest</i>	102
Tabel 4.13 Frekuensi Hasil <i>Pretest dan Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Kontrol	103
Tabel 4.14 Perbandingan Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kontrol <i>Pretest dan Posttest</i>	105
Tabel 4.15 Perbandingan Frekuensi <i>Pretest dan Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	106
Tabel 4.16 Perhitungan <i>N-Gain Score Pretest dan Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	107
Tabel 4.17 Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Kepercayaan Diri Siswa antara <i>Pretest dan Posttest</i> Kelompok Eksperimen	109
Tabel 4.18 Arah Perbedaaan <i>Pretest dan Posttest</i> Kepercayaan Diri Siswa Kelompok Eksperimen	110
Tabel 4.19 Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Kepercayaan Diri Siswa antara <i>Pretest dan Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	111
Tabel 4.20 Arah Perbedaaan <i>Pretest dan Posttest</i> Kepercayaan Diri Siswa Kelompok Kontrol	112
Tabel 4.21 Hasil Analisis <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	113

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	74
Gambar 3.1 <i>Non-Equivalent Control Group Design</i>	77
Gambar 4.1 Diagram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen	101
Gambar 4.2 Diagram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Kelompok Kontrol.....	104

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Instrumen Uji Coba dan Tabulasi Data Uji Coba.....	153
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	169
Lampiran 3 Instrumen Penelitian	177
Lampiran 4 Tabulasi Data Keseluruhan, Tabulasi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	187
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian.....	193

ABSTRACT

Yurita Tiro. 2022. Effectiveness of Group Guidance Services by Using Music Therapy Interventions to Increase Students' Confidence in Learning. Thesis, Guidance and Counseling Master's Degree Study Program, Faculty of Education, University State Padang.

Low student self-confidence is very influential and determines student success in learning and maintaining life. Students who have low self-confidence can be seen from the behavior of students in learning, including students complaining when the teacher asks questions, shaking their bodies, being silent during learning activities, not daring to express opinions, and withdrawing from the social environment without realizing they will have impact on them in the future. One of the efforts made to increase students' self-confidence in learning is with group guidance services. This study aims to examine the effectiveness of group counseling services with music therapy interventions in increasing students' self-confidence in learning.

This research uses quantitative methods. This type of research is quasi-experimental. The sample of this research is 10 students for the experimental group and 10 students for the control group. Sampling using the Slovin formula and sampling with quota sampling technique. The research instrument was a questionnaire with measurements using a Likert scale. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test and the Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples with the help of SPSS version 25.00.

The results of this study indicate that (1) there is a significant difference in the self-confidence of the experimental group students before and after attending group guidance services using music therapy intervention, (2) there is a significant difference in self-confidence. control group students before and after being given group guidance services, and (3) there were differences in the confidence of students in the experimental group who were given group guidance services using music therapy interventions with the control group who were given group guidance. services regarding student confidence without special treatment. Based on the previous description, it can be understood that group guidance services using music therapy interventions are effective in increasing students' self-confidence in learning.

Keywords: Group Guidance, Music Therapy Intervention and Confidence.

ABSTRAK

Yurita Tiro. 2022. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Intervensi Musik Terapi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar. Tesis, Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Kepercayaan diri siswa yang rendah sangat berpengaruh dan menentukan keberhasilan siswa dalam belajar serta kelangsungan hidupnya. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dapat diketahui dari tingkah laku siswa dalam belajar, diantaranya adanya siswa mengeluh saat guru memberikan pertanyaan, badan bergetar, banyak diam saat dalam kegiatan pembelajaran, tidak berani menyatakan pendapat, dan berusaha menarik diri dari lingkungan pergaulan tanpa mereka sadari akan memberikan akibat bagi diri mereka dikemudian hari. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar adalah dengan layanan bimbingan kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan intervensi musik terapi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment*. Sampel penelitian ini sebanyak 10 siswa untuk kelompok eksperimen dan 10 siswa untuk kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin dan penarikan sampel dengan teknik *quota sampling*. Instrumen penelitian yaitu angket dengan pengukuran menggunakan Skala *Likert*, data dianalisis dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Sampels* dengan bantuan SPSS versi 25.00.

Hasil penelitian ini yakni menunjukkan bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan kepercayaan diri siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi, (2) terdapat perbedaan yang signifikan kepercayaan diri siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok, dan (3) terdapat perbedaan kepercayaan diri siswa kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tentang kepercayaan diri siswa tanpa perlakuan khusus. Berdasarkan uraian sebelumnya, dapat dipahami bahwa, layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Intervensi Musik Terapi dan Kepercayaan Diri.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini kasus kepercayaan diri rendah merupakan suatu fakta yang masih banyak terjadi di setiap instansi pendidikan, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang adalah pendidikan. Seseorang yang pendidikannya rendah maka akan berdampak pada kepercayaan dirinya, salah satunya yaitu bergantung kepada orang lain dengan menjadi bawahan kekuasaan orang yang lebih pandai darinya sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah (Ghufron & Risnawati, 2010).

Kepercayaan diri berpengaruh terhadap perkembangan mental dan karakter mereka. Mental dan karakter anak yang kuat akan menjadi modal penting bagi masa depannya ketika menginjak usia dewasa, sehingga mampu merespon setiap tantangan dengan lebih realistis. Dengan kata lain, anak dapat dikatakan percaya diri jika anak berani melakukan sesuatu hal yang baik bagi dirinya sesuai dengan pengetahuan dan kemampuan diri (Nopita, 2013).

Kepercayaan diri merupakan penghargaan terhadap diri sendiri, karena itu merupakan keyakinan terhadap kemampuan diri untuk melakukan sesuatu yang dianggap tidak bisa. Dengan keyakinan itulah otak dan kemampuan seseorang akan menggiring semua tindakan ke arah keberhasilan, walaupun itu diraih sedikit demi sedikit namun pada akhirnya akan menjadi suatu

kenyataan (Fahrefi, 2009).

Menurut Hakim (2002) kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang dalam segala bentuk kelebihan yang dimiliki oleh individunya, keyakinan itu mampu membuat dirinya bisa mencapai target, tujuan dalam hidup mereka. Suatu keyakinan itu akan dapat dimiliki dengan mantap apabila individu itu sendiri yang mampu membaaur dengan lingkungannya, hal itu dimaksudkan untuk dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Tetapi tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang dapat mendorongnya untuk mengaktualisasikan diri.

Ada beberapa hal yang menjadi sumber ketidakpercayaan diri siswa salah satunya adalah kelainan fisik atau cacat (Hakim, 2002). Sedangkan menurut Kusumawardani & Laksmiwati (2018) menyatakan bahwasanya selain kedua hal seperti kelainan fisik dan cacat terdapat penyebab lain kurangnya percaya diri, yaitu dalam bentuk kesehatan mental yang terganggu kemungkinan gangguan mental dapat dinilai bentuk kepercayaan diri individu yang rendah atau kurang kepercayaan diri yang seharusnya dapat diatasi sebab semakin menurunnya kepercayaan diri akan mempengaruhi kesehatan mental seseorang.

Menurut Surya (2007) kepercayaan diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi. Sikap optimisme inilah yang akan menjadikan orang itu percaya terhadap dirinya. Menurut Hakim (2007) kurang

kepercayaan diri itu muncul karena, adanya ketakutan, keresahan, kekhawatiran, rasa tidak yakin, yang diiringi dengan dada yang berdebar kencang tubuh gemetar yang bersifat kejiwaan atau masalah kejiwaan anak yang menyebabkan rangsangan dari luar.

Data dari hasil penelitian yang dilakukan di beberapa tempat di Indonesia oleh Amri (2018) hasil penelitian tentang kepercayaan diri bahwa dapat diketahui bahwa 15.38% berada dalam kategori cukup, orang 75% berada dalam kategori rendah, dan 9.62% berada dalam kategori baik. Data Parwati, Widyastuti, & Muliawati (2020), hasil penelitian tentang kepercayaan diri bahwa dapat diketahui bahwa 9 siswa masuk kategori rendah yaitu 47,4%, sedangkan hasil kategori sedang yaitu 64,1%.

Data Kepercayaan diri yang rendah menunjukkan pada tahun 2014, terdapat sebanyak 75% kasus kepercayaan diri rendah, tahun 2015 tercatat 22,6% kasus dan tahun 2016 telah terjadi 82% kasus, pada 2017 tercatat ada 3% kasus kepercayaan diri rendah, pada 2018 jumlah kepercayaan diri rendah justru mencapai 75% kasus, 2020 jumlah kepercayaan diri rendah mencapai 47,4%.

Hasil penelitian Warman (2013) menjelaskan bahwa seorang siswa yang memiliki kepercayaan diri akan berusaha keras dalam melakukan kegiatan belajar. Seseorang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki rasa optimis dalam mencapai sesuatu sesuai dengan yang diharapkan. Namun akan terjadi hal sebaliknya, apabila seseorang yang kurang memiliki kepercayaan diri menilai bahwa dirinya kurang memiliki kemampuan. Pandangan dan

penilaian negatif menyebabkan siswa tidak melakukan sesuatu kegiatan dengan segala kemampuan yang dimiliki, dan mungkin sebenarnya kemampuan tersebut dimilikinya.

Merujuk pada hasil penelitian Suryani (2019) Ditemukan bahwa adanya sebuah meningkatkan yang berarti dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siklus I siklus II, bahwasannya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian Sri Mulyani (2017) dalam penelitiannya tentang meningkatkan kepercayaan diri melalui strategi layanan bimbingan kelompok, terlihat hasil yang signifikan dari hasil *pre-tes post-tes* hasil tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat menumbuhkan kepercayaan diri yang memiliki arti bahwa rasa percaya diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

Hasil penelitian Radhiati (2020) peneliti ini menemukan pengaruh yang berarti dari layanan bimbingan kelompok terhadap kepercayaan diri siswa, pada tahapan siklus I siklus II mencapai skor yang tinggi dengan hasil yang terlihat jelas maka pelaksanaan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa efektif di kelas XI-IPS.

Dari data hasil penelitian yang dilakukan di Sumatera Barat oleh Tarigas (2016) tentang kepercayaan diri bahwa mendapatkan tingkat kepercayaan diri dari sejumlah nilai yang telah didapatkan oleh siswa. Terdapat 82% siswa yang memiliki kepercayaan rendah, 18% siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang. Selanjutnya, data hasil penelitian tentang

kepercayaan diri di Kota Padang yang dilakukan oleh Ifdil, Denich, & Ilyas (2017) bahwa Kondisi kepercayaan diri remaja putri pada umumnya berada pada kategori sedang dengan frekuensi sebanyak 28 orang (36%), kategori rendah sebanyak 21 orang (27%), kategori tinggi sebanyak 20 orang (26%), kategori sangat tinggi sebanyak 6 orang (8%), dan kategori sangat rendah sebanyak 2 orang (3%). Temuan ini mengungkapkan kondisi kepercayaan diri remaja putri pada umumnya berada pada kategori sedang.

Berdasarkan data sementara menunjukkan di SMAN 5 Padang terdapat beberapa siswa kurang kepercayaan diri dari beberapa tingkatan kelas. Hal itu dapat dilihat dari hasil wawancara siswa dan guru BK dari AUM umum serta hasil observasi berdasarkan hasil pelaksanaan praktek lapangan bimbingan dan konseling (PLBK). Hal tersebut menunjukkan bahwa kurangnya kepercayaan diri siswa di SMAN 5 Padang dalam tahun 2022/2023 ini dari tingkat tertinggi adalah kelas X MIPA/IPS 40%, XI MIPA/IPS 35%, XII MIPA/IPS 25%. Berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa kegiatan belajar di dalam kelas dapat diketahui dan di nilai, siswa dapat menampilkan potensinya dengan baik jika masih terdapat hal yang belum dituntaskan oleh guru BK untuk membantu permasalahan yang dialami oleh individu yang dapat membuat Kes-T berupa kepercayaan diri yang kurang baik menjadi lebih baik.

Fenomena yang terjadi di SMAN 5 Padang yang diperoleh dari hasil observasi terhadap siswa dalam kegiatan belajar. Hal yang menunjukkan kurang percaya tersebut terlihat dari gejala yang ditampilkan dan tampak dari

tingkah laku siswa dalam belajar, yang diantaranya tampak adanya siswa yang mengeluh saat guru memberikan pertanyaan, badan bergetar dan tidak berani melihat pada teman-temannya saat berdiri di depan kelas, lebih banyak diam saat dalam kegiatan pembelajaran, tidak berani menyatakan pendapat ketika guru memberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat, dan berusaha menarik diri dari lingkungan pergaulan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan kepercayaan diri *self confidence* adalah suatu bentuk perkembangan mental positif yang dimiliki individu yang percaya akan kemampuan dirinya, menghargai dirinya sendiri, mengetahui letak kekurangan serta kelebihanannya serta dapat menyesuaikan dirinya dalam situasi yang dihadapinya.

Menurut Komara (2016) kepercayaan diri sangat berpengaruh dan menentukan keberhasilan siswa dalam kehidupannya. Kepercayaan diri sangat mempengaruhi kesuksesan dalam belajar dan bekerja, dalam lingkungan keluarga, dan hubungan sosial dengan orang lain. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik memiliki keyakinan dan selalu berusaha mengembangkan potensi diri secara maksimal serta menunjukkan yang terbaik dari dirinya dibuktikan dengan sebuah prestasi.

Dalam rangka menyelesaikan permasalahan yang rendahnya kepercayaan diri siswa di SMAN 5 Padang, peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dipilih karena setiap individu dapat berperan aktif, bekerjasama dalam membantu permasalahan yang dialami baik oleh individu atau setiap anggota kelompok yang ada didalamnya, sehingga siswa dapat lebih aktif, dalam dinamika kelompok agar

dapat berjalan dengan baik (Maiseptian, 2017).

Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa akan bebas menyampaikan pendapat, bebas mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang tingkah laku untuk mengendalikan diri, tenggang rasa, dan sumbangan rasa kepada sesama anggota kelompok (Nengsih, 2015).

Menurut Prayitno (1995) menyatakan bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok lebih merupakan suatu upaya bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok. Menurut Winkel (2004) menyatakan bahwa bimbingan adalah proses membantu orang perorang dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya, selanjutnya dinyatakan bahwa kelompok berarti kumpulan dua orang atau lebih.

Peneliti merasa tertarik untuk memberikan layanan kepada siswa dengan penggunaan layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi, yang berupaya untuk menjadi salah satu yang dapat dilakukan dalam memberikan pengembangan secara inovatif dalam layanan bimbingan dan konseling adalah terapi seni kreatif, yang dapat digunakan oleh guru BK dalam pelaksanaan layanan konseling.

Siswa harusnya terhindar dari kasus rendahnya kepercayaan diri hal itu bisa dilakukan tentunya dibantu dengan terapi-terapi kreatif yang mudah diterima secara positif. Banyak ragam terapi yang bisa digunakan dalam konseling, salah satunya adalah *expressive therapy* atau terapi seni ekspresif

yang akan diberikan kepada siswa-siswa di sekolah. Terapi seni bisa diberikan dalam berbagai macam metode, salah satunya adalah dengan cara berkelompok. Masruro & Nugroho (2021) mengemukakan bahwa macam-macam terapi seni mulai dari musik terapi, terapi seni rupa dan terapi seni tari atau *dance*.

Para ahli terapi seni meyakini bahwa individu berbeda dan unik dalam mengekspresikan apa yang ada dalam dirasakan dalam dirinya, ada individu yang lebih terbuka mengungkapkan perasaan yang ada dalam dirinya, termasuk dalam mengungkapkan penyebab kepercayaan diri yang rendah. Sebaliknya, ada individu yang tertutup dan tidak bisa mengungkapkan secara langsung apa yang terasa dan menjadi beban pikirannya, termasuk mengkomunikasikan kecemasan yang dirasakannya, sehingga individu tersebut menyimpannya dan akhirnya mengakibatkan stress bahkan depresi (Handayani, 2019). Merujuk pada hasil penelitian Situmorang (2017) menyatakan bahwa salah satu intervensi konseling modern yang ditawarkan oleh *integrative approach* adalah melalui musik terapi.

Musik terapi dalam penerapannya dapat meningkatkan produksi keempat hormon positif yang ada di dalam tubuh manusia, yaitu *endorphin*, *dopamin*, *serotonin*, *oksitosin*. Fungsi dari keempat hormon positif tersebut dapat membuat tubuh menjadi lebih rileks, mereduksi kecemasan atau stres, meningkatkan kebahagiaan, meningkatkan kecerdasan dan meningkatkan rasa percaya diri. Susanto (2004) menemukan musik terapi dapat membantu mengembangkan keterampilan sosial, kepercayaan diri, kepuasan diri,

mengurangi rasa cemas dan takut, serta menurunkan stres. Musik terapi dalam penelitian ini bertujuan untuk membuat perancangan media intervensi musik terapi dalam pelaksanaan layanan konseling dengan menggunakan media musik terapi sebagai pendekatannya (Mikraj, 2020).

Pemberian musik terapi sebagai bentuk media layanan intervensi untuk membantu mahasiswa dalam mereduksi *academic anxiety* akan jauh lebih efektif dibandingkan dengan layanan intervensi konseling konvensional yang selama ini dilakukan oleh konselor pendidikan, karena dengan *music therapy* mahasiswa dapat mereduksi kecemasannya terhadap tesis meningkatkan rasa percaya dirinya dalam menyelesaikan tesis (Situmorang, 2017).

Menurut Widyastuti (2020) intervensi musik terapi berguna untuk menyampaikan pentingnya menerapkan menekankan untuk menurunkan tingkat kecemasan siswa agar kepercayaan diri mereka untuk itu diharapkan siswa dapat mengembangkan sikap kebiasaan yang baik bagi siswa, terutama terhadap siswa yang kurang percaya diri akibat kecemasan akan dibantu untuk melawan kecemasan dalam dirinya baik dalam belajar kehidupan sehari-harinya dengan menggunakan musik terapi.

Kelebihan terapi musik menurut Djohan, (2006) musik terapi dapat dilakukan penyandang cacat fisik, dalam Pendidikan, penandang autisme, gangguan sensorik, dan musik terapi mudah di terima oleh kalangan remaja sebab musik dapat diterima dan disukai oleh semua kalangan dan juga sebagai media ekspresi dan mampu menyatukan banyak kalangan

masyarakat.

Kekurangan dari terapi musik menurut Geraldina, (2017) intervensi musik terapi memang efektif untuk menyelesaikan masalah klien yang berkaitan dengan pendidikan, asmara, dan kehidupan sehari-hari lainnya. Tetapi, musik terapi memiliki kekurangan yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti Bahasa, nada, dan budaya sehingga di setiap kegiatan intervensi musik terapi di beberapa kota dan daerah harus di sesuaikan agar kegiatan efektif terlaksana.

Sebelum melatih siswa baik secara mandiri maupun kelompok, dapat dilakukan dengan mengembangkan pemahaman pemanfaatan kondisi fisik, sosial budaya di lingkungan sekolah atau alam sekitar untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan pengembangan pribadi para siswa (Widyatuti, 2020). Siswa dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat diciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat.

Untuk lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang dengan diberikan pilihan bantuan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan intervensi musik terapi untuk meningkatkan kepercayaan dirinya. Bertitik tolak berdasarkan fenomena sebelumnya, menarik jika dikaji lebih lanjut bagaimana kepercayaan diri rendah dapat meningkat dengan musik terapi yang akan digunakan dalam penelitian ini.

Bentuk terapi ini sebenarnya berasal dari cakupan besar terapi seni. Namun, peneliti memfokuskan penelitian ini pada salah satu bentuk terapi seni yaitu musik terapi. Oleh karena itu, peneliti akan melihat “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Intervensi Musik Terapi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar di SMAN 5 Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dikemukakan di atas tentang kurangnya kepercayaan diri sehingga peneliti ingin melakukan suatu penelitian menyangkut kepercayaan diri siswa dalam belajar. Faktor-faktor penyebab kurang percaya diri dapat dilihat dari dua sisi, ada faktor eksternal yaitu, keluarga dan sekolah, kemudian faktor dari luar lingkungan sosialnya.

Oleh sebab itu, maka peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan yang terjadi diakibatkan oleh kurang kepercayaan diri sebagai berikut.

1. Terdapat siswa yang mengalami kurang kepercayaan diri di sekolah karena mereka kurang dalam melakukan interaksi di kelas, dengan teman serta gurunya.
2. Meningkatnya kasus kurangnya kepercayaan diri di sekolah, hanya saja jarang sekali ada persentase yang kuat untuk itu biasanya data dihasilkan dari hasil instrumen yang diberikan dan dari hasil observasi langsung.

3. Tingginya pengaruh kurang memiliki kepercayaan diri terhadap prestasi belajar.
4. Guru BK belum memiliki keterampilan khusus yang berkaitan dengan meningkatkan kepercayaan diri agar anak lebih berani dan yakin untuk menyampaikan kendala dalam dirinya.
5. Layanan bimbingan kelompok sudah dilaksanakan di sekolah, namun belum menggunakan intervensi musik terapi sebagai bentuk intervensi atau pendekatan khusus dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar di sekolah.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup masalah dalam penelitian ini, maka peneliti memberi batasan masalah yang berpusat pada pembatasan masalah secara khusus dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri.
2. Intervensi musik terapi.
3. Layanan bimbingan kelompok.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut.

1. Apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa dalam kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi?

2. Apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus?
3. Apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen yang diberi layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan khusus?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah sebagai berikut.

1. Menganalisis perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa dalam kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan kelompok menggunakan intervensi musik terapi.
2. Menganalisis perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok tanpa perlakuan khusus.
3. Menganalisis perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa kelompok eksperimen yang diberi layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan khusus.

F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu mengenai penting dan perlunya meningkatkan kepercayaan diri siswa agar dapat dijadikan sumber informasi pendidikan dalam penerapan pelayanan BK. Selanjutnya, hasil penelitian ini dapat memperkaya cakupan ilmu pengetahuan dalam pengembangan program pelayanan BK.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan intervensi musik terapi diharapkan dapat menambah wawasan siswa serta dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dari akibat kurang kepercayaan diri dalam belajar.
- b. Membantu guru BK untuk menjadikan bahan pertimbangan dalam memilih layanan yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan menggunakan musik terapi menggunakan pendekatan-pendekatan dan teknik yang berbeda serta kreatif kedepannya.
- c. Bagi Sekolah sebagai bahan pertimbangan dalam memilih layanan yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar.
- d. Bagi Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) sebagai bahan masukan dalam penyusunan program layanan Bimbingan dan Konseling, maupun sebagai solusi dari permasalahan salah satunya berkenaan dengan meningkat kepercayaan diri siswa dalam belajar.
- e. Bagi Dinas Pendidikan khususnya Kota Padang, sebagai bahan untuk

dapat memberikan dukungan dan turut berpartisipasi dalam merumuskan dan mengambil kebijakan dalam mengatasi permasalahan siswa terutama yang berkaitan dengan kurang kepercayaan diri.

- f. Bagi Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK), sebagai bahan masukan untuk revitalisasi kurikulum terutama dalam layanan BK yang berkenaan dengan musik terapi dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.
- g. Bagi Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang agar dapat digunakan dalam rangka mempersiapkan guru BK/Konselor agar memiliki wawasan, pengetahuan, dan keterampilan dalam mengatasi rendahnya kepercayaan diri siswa dalam belajar.

G. Kebaruan dan Orisinalitas Penelitian

Banyak penelitian yang mengkaji tentang meningkatkan kepercayaan diri, namun masing-masing tentunya memiliki karakteristik yang berbeda-beda terkait penulisannya tersebut. Kebanyakan peneliti pada umumnya untuk meningkatkan kepercayaan diri sudah dilakukan dengan menggunakan bermacam layanan dan pendekatan yang pastinya sudah banyak diteliti sebelumnya oleh peneliti akan tetapi banyak metode ataupun pendekatan yang berbeda-beda dalam membantu meningkatkannya.

Penelitian yang dilakukan saat ini masih jarang yang menggunakan serta membahas tentang layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan

intervensi musik terapi untuk meningkatkan kepercayaan diri. Hal ini disebabkan kurang berpengalamannya seorang guru BK untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan menggunakan media kreatif lainnya seperti intervensi musik terapi, melukis, menggambar dan lainnya untuk mengatasi kurangnya kepercayaan diri siswa itu sendiri. Hasil yang menunjukkan kepercayaan diri individu itu kurang terlihat dari banyak siswa yang saat ingin menyampaikan pendapatnya mereka lebih mau menahan apa yang ingin ditanyakan, rasa takut dan cemas yang berlebih dan muncul ketika ingin melakukan sesuatu.

Maka dari hal tersebut berikanlah layanan bimbingan kelompok menggunakan intervensi musik terapi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam belajar agar siswa dapat merasakan kegiatan bimbingan konseling (layanan BK) dengan gembira, kreatif dan lebih efektif nantinya.

H. Definisi Operasional

Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data (Sugiyono, 2015). Definisi operasional agar memperjelas variabel pada penelitian ini tidak menyimpang dari batasan teori yang dibahas, maka definisi operasional yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Kepercayaan Diri Siswa dalam Belajar

Kepercayaan diri dapat dipahami yaitu sebagai suatu hal yang diyakini oleh individu agar mampu berperilaku yang menyesuaikan dengan dirinya dan keyakinan individu itu sendiri. Apabila individu tidak

memiliki kepercayaan diri maka hal yang dihasilkan merupakan suatu bentuk berbagai masalah yang akan timbul, karena aspek kepercayaan diri individu merupakan berasal dari aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi untuk menampilkan potensi yang dimilikinya.

Kepercayaan diri dapat terbentuk melalui rasa yakin dengan kemampuan diri, dapat bersikap optimis, objektif, bertanggung jawab dan rasional serta realistis.

2. Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan intervensi terapeutik yang paling sering digunakan di mana guru BK berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama. Bimbingan kelompok yang digunakan melalui lima tahapan yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, penyimpulan hasil kegiatan dan pengakhiran.

3. Intervensi Musik Terapi

Terapi seni ekspresif adalah penggunaan terapeutik dari pembuatan seni, dalam hubungan yang profesional, bagi orang-orang sakit, mengalami trauma, atau tantangan dalam hidup, serta orang-orang yang mencari perkembangan pribadi sebagai sarana pengekspresian diri untuk mengkomunikasikan perasaan. Penelitian intervensi musik terapi ini dimasukkan pada kegiatan inti bimbingan kelompok agar peserta didik mampu memperoleh manfaat kegiatan

untuk dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.

Musik terapi termasuk ke dalam terapi seni ekspresif yang artinya musik terapi merupakan suatu bentuk terapi psikologi yang dapat digunakan dalam konseling agar guru BK dapat membantu siswa mengungkapkan dan mengkomunikasikan perasaan-perasaan, pemikiran-pemikiran melalui media dan kegiatan yang berkaitan dengan aktivitas kesenian, musik, drama, puisi, dan bentuk permainan.