PENERAPAN KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SAAT DI DEPAN KELAS

Oleh
RIYANTI
NIM 201031175

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2014

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

PENERAPAN KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SAAT DI DEPAN KELAS

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi

Salah SatuPersyaratandalamMemperolehGelarSarjanaPendidikan

Program StudiBimbingandanKonseling

Oleh

RIYANTI

NIM 2010 31 175

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2014

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- Musuh yang paling berbahaya di dunia ini adalah penakut dan bimbang. Teman yang setia, hanyalah keberanian dan keyakinan yang teguh. (Andrew Jackson)

PERSEMBAHAN:

1. Kedua orang tua dan adik-adikku tersayang yang senantiasa memberikan semangat dan doa dalam penyelesaian skripsi.
2. Teman-temanku tersayang yang selalu mendukung dan memberikan semangat.
3. Almamaterku tercinta Universitas Muria Kudus tempatku menuntut ilmu.

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh Riyanti, NIM. 201031175 ini Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Agustus 2014

Dosen Pembimbing I

Drs. Murtono, M.Pd.
NIP. 19661207 199203 1 003

Dosen Pembimbing II

Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd.
NIP. 19560619 198503 1 002

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan

Dr. Drs. Slamet Utomo, M. Pd.
NIP. 19621219 198703 1 015

v

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Riyanti (NIM: 2010 31 175) ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 05 September 2014 sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Kudus, September 2014

Dewan Penguji

Dr. Murtono, M.Pd. — Ketua
NIP. 19661207 199203 1 003

Agung Slamet K, M. Pd — Anggota
NIDN. 0624068401

Drs. Masturi, MM — Anggota
NIS. 0610713020001001

Drs. Sucipto, M.Pd.Kons — Anggota
NIS. 610713020001001

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan,

Dr. Slamet Utomo, M. Pd
NIP. 19621219 198703 1 015

PRAKATA

Alhamdulillah, penulis syukuri atas kehadirat Allah SWT dengan segala rahmat dan hidayah-Nya skripsi yang berjudul: "Penerapan Konseling realitas Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Saat di Depan Kelas Pada Siswa Kelas XI IPA 1 MA NU Banat Kudus", dapat diselesaikan dengan lancar guna memenuhi sebagai persyaratan mengajukan skripsi dalam mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.

Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu:

1. Dr. Slamet Utomo, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
2. Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah banyak membantu kelancaran penelitian.
3. Dr. Murtono, M.Pd. Dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

4. Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Dosen pembimbing II yang memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Drs. H. Moh. Said, M.Pd.I Kepala sekolah MA NU Banat Kudus yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
6. Yusriya Inayati, S. Sos. Konselor pamong sekaligus kolaborator pada penelitian di MA NU Banat Kudus
7. Seluruh siswa kelas XI IPA 1 MA NU Banat Kudus yang menjadi subjek penelitian, atas kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penelitian ini.Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan guna perbaikan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling.

Kudus, 5 September 2014

Penulis

Riyanti

ABSTRAK

Riyanti, 201031175. "*Penerapan Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Rendah Saat Di Depan Kelas Pada Siswa Kelas XI IPA 1 MA NU Banat Kudus Tahun Pelajaran 2014".* Dosen Pembimbing I Dr. Murtono, M.Pd. Dosen Pembimbing II Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd

Kata Kunci: *Model Konseling Realitas, Kepercayaan Diri Rendah Saat Di depan Kelas.*

Dalam lingkungan sekolah, tidak semua siswa memiliki kepercayaan diri yang baik, Fenomena yang sering terjadi di lingkungan sekolah dan kerap dialami oleh siswa adalah kurangnya kepercayaan diri di depan kelas. Rumusan masalah: 1. Faktor apa saja yang menjadi penyebab siswa mempunyai kepercayaan diri rendah saat di depan kelas pada siswa kelas XI IPA I MA NU Banat Kudus?. 2. Bagaimana penerapan konseling realitas dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa saat di depan kelas pada siswa kelas XI IPA 1 MA NU Banat Kudus?. Tujuan penelitian ini adalah: 1. Untuk mengetahui faktor-faktor penyebab kurangnya kepercayaan diri rendah saat di depan kelas pada siswa kelas XI MA NU Banat Kudus. 2. Membantu meningkatkan kepercayaan diri rendah saat di depan kelas melalui konseling realitas dengan prosedur WDEP pada siswa kelas XI IPA 1 MA NU Banat Kudus. Kegunaan meningkatkan kepercayaan diri siswa saat di depan kelas, serta konseling realitas sebagai tehnik pemecahan masalah siswa.

Realitas adalah pandangan bahwa manusia diyakini pada hakikatnya sebagai penentu diri, berupaya mengontrol duniannya untuk memenuhi kebutuhan, tiap pribadi mempunyai kekuatan untuk berpikir dan berbuat secara realistis, benar, dan bertanggung jawab.

Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriftif kualitatif. Subjek penelitian (AS, NN dan MF). Metode pengumpulan dengan cara wawancara dan observasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap klien I (AS) yang memiliki kepercayaan diri rendah saat di depan kelas karena sifatnya yang pendiam, tidak akrab dengan temannya di kelas, tidak berani tampil di depan umum serta minder dengan status ekonomi keluarga. Setelah di lakukan penerapan realitas sistem WDEP klien dapat menunjukkan perubahan kepercayaan dirinya menjadi meningkat, ini berarti bahwa penerapan konseling realitas dengan sistem WDEP efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa saat di depan kelas. Klien II (NN) mempunyai kepercayaan diri rendah saat di depan kelas karena pendiam, tidak menguasai materi pelajaran serta pemalas. Setelah dilakukan penerapan konseling realitas dengan system WDEP kepercayaan dirinya saat di depan kelas mulai meningkat, ini berarti

penerapan konseling realitas dengan sistem WDEP efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa saat di depan kelas. Klien III (MF) mempunyai kepercayaan diri rendah saat di depan kelas karena manja, tidak mandiri, selalu menggantungkan temannya sera minder dengan tampilan fisik yang gendut dan hitam. Setelah di lakukan penerapan konseling realitas dengan sistem WDEP klien menjadi lebih mandiri, yakin dengan kemampuan sendiri dan kepercayaan diri di depan kelas meningkat, ini berarti bahwa penerapan konseling realitas dengan sistem WDEP efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa saat di depan kelas.

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti menyampaikan saran sebagai berikut: 1. Kepala sekolah: Peningkatan pertemuan perlu dilakukan secara periodik dengan Wali Kelas, Guru pembimbing serta Wali Murid untuk membahas permasalahan yang ada pada setiap siswa. 2. Konselor: Konselor bisa menerapkan model konseling realitas dengan menerapkan model konseling WDEP *(Want, Doing and Direction, Evaluation and planning*) Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di depan kelas. 3. Guru mata pelajaran: Mengajar dengan menciptakan cara belajar yang dapat melatih keberanian siswa untuk tampil di depan umum dengan penuh percaya diri. 5. Siswa: Diharapkan siswa secara realistis memahami dampak kepercayaan diri rendah terutama saat di depan kelas. sehingga siswa lebih percaya diri dan bisa berprestasi dengan lebih optimal. 6. Peneliti Selanjutnya: Kedepannya peneliti diharapkan dapat lebih bisa melatih kesabaran dalam pelaksanaan pelayanan terhadap penyelesaian dan menggunakan berbagai tehnik konseling agar masalah yang dihadapi siswa bisa diatasi secara tuntas.

ABSTRACT

Riyanti, 201031175. "*The Application of Reality Counceling to Increase Lack of Confidence in front of the Class to The Eleventh Science 1 Students of MA NU Banat Kudus in the Academic Year 2014".* Advisor I: Dr. Murtono, M.Pd. Advisor II: Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd

Key words: *Reality Counceling Model, Lack Confidence at the in front of the Class.*

In the school environment, not all the students have a good confidence. The fenomenon which often happened at the school and experienced by the students is lacking confidence at the in front of the class. Statement of the problem: 1. What are the factors caused the students have lack confidence when they are in front of the class to the eleventh science 1 grade students of MA NU Banat Kudus? 2. How is the application of the reality counceling in increasing the students' confidence in front of the class to the eleventh science 1 grade students of MA NU Banat Kudus? The objective of this research are: 1. To know the factors that caused the lack of the students' confidence in front of the class to the eleventh science 1 grade students of MA NU Banat Kudus. 2. Help to increase the lack of the students' confidence in front of the class through reality counceling with the WDEP procedure to the eleventh science 1 grade students of MA NU Banat Kudus. The use to increase the students' confidence at the in front of the class, and reality counceling as a technique of the students'decision maker.

The reality is a view that in reality a human is as a determination of their self, trying to control their world to fulfill their necessity, everyone has a power to think and do realistically, right, and responsible. A confidence is the important aspect in the human life. The confidence man convinced of their achievement and has a realistic comprehention, moreover when their hopes didn't come true, they still have a possitive thinking.

This research used descriptive qualitative. The subject of the reserch is (AS, NN and MF). The data colletion of this research is using interview and observation.

Based on this research which done to the client I (AS) who has lack confidence when she was in front of the class becuse she is a quite, unintimate with her classmate, didn't have a bravery to come forward and feel inferior with her strata. After applying the reality WDEP system, client can show the changing of her confidence become increasing, this mean that the application of reality counceling WDEP

system effective to increase the students' confidence when they are at the in front of the class. Client II (NN) has lack confidence when she was at the in front of the class because she is a quite, she doesn't master the material and also lazy. After applying the reality WDEP system, client can show the changing of her confidence become increasing, this mean that the application of the realit counceling with WDEP system effective to increase the students' confidence when they are at the in front of the class. Client III (MF) has lack confidence when she was at the in front of the class because she is spoiled, not independece, always hang on to her friends and also spoiled with her physical; fat and ugly. After applying the reality WDEP system, client become independence, convinced to her ability and her confidence when she was in fron of the class is increase, this mean that the application of reality counceling with WDEP system effective to increase the students' confidence when they were in front of the class.

Based on the conclusion above, the researcher give some suggestions as bellow: 1. To the head master: increasing the meeting is needed to do periodically with homeroom, the teacher and also the students' parents discussing the problem that happened to every students. 2. To concelor: the concelor can apply the reality counceling model through applying counceling model WDEP *(Want, Doing and Direction, Evaluation and planning*) to increase the students' confidence in front of the class. 3. to the teacher: teaching with composing studying method that can accustom the students' bravery to come forward with high confidence. 5. to the students: hopefully, the students realistically can understand the impact of confidence lack especially when they were at the in front of the class, so the students can be more confidence and can reach their achievement optimally. 6. to the further researcher: hopefully the furter researcher can be more patient in counceling realization of decission and use the other technique of counceling so the students' problem can handle perfectly.

DAFTAR ISI

Halaman

SAMPUL ..... **i**
LOGO ..... **ii**
JUDUL ..... **iii**
MOTTO DAN PERSEBAHAN ..... **iv**
PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **v**
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI ..... **vi**

PRAKATA ..... **vii**
ABSTRAK ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xviii**

BAB I PENDAHULUAN 1

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Rumusan Masalah 4

1.3 Tujuan Penelitian 5

1.4 Kegunaan Penelitian 5

1.5 Ruang Lingkup Penelitian 6

1.6 Definisi Operasional 7

BAB II KAJIAN PUSTAKA 1

2.1.1 Konseling Realitas 10

2.1.2 Konsep Dasar Konseling Realitas 12

2.1.3 Perilaku Bermasalah Menurut Konseling Realias 13

2.1.4 Ciri-Ciri Konseling Realitas 14

2.1.5 Tujuan Konseling Realitas 16

2.1.6 Hubungan Antara Konselor dengan Klien. 17

2.2 Kepercayaan Diri di Depan Kelas..... 19

2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri di Depan Kelas 19

2.2.2 Karakteristik Kepercayaan Diri di Depan Kelas 21

2.2.3 Faktor-Faktor Menyebab Tidak Percaya Diri di Depan Kelas..... 24

2.2.4 Upaya-upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri di Depan Kelas.. 29

2.3 Penerapan Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Saat di Depan Kelas 33

2.4 Kajian Penelitian Sebelumnya .....

2.5 Kerangka Pikiran .....

41

BAB III METODE PENELITIAN .....

43

3.1 Rancangan Penelitian..... 43

3.2 Data dan Sumber data 45

3.2.1 Data Penelitian 45

3.2.2 Sumber Penelitian..... 45

3.3 Pengumpulan data..... 46

3.3.1 Metode Wawancara..... 46

3.3.1.1 Pengertian Wawancara..... 46

3.3.1.2 Macam-macamWawancara 47

3.3.1.3 PedomanWawancara..... 48

3.3.2 Observasi.....

52

3.3.2.1 Pengertian Observasi 52

3.3.2.2 Jenis-jenis Observasi..... 52

3.3.2.3 Pedoman Observasi..... 53

3.3.3 Metode Dokumentasi..... 57

3.4 Analisis Data.....

57

BAB IV HASIL PENELITIAN.....

61

4.1. Deskripsi Kasus klien I..... 61

4.1.1. Data identitas siswa 61

4.1.2. Data Identitas Orang Tua 61

4.1.3. Deskripsi Masalah 62

4.1.4. Pemeriksaan 63

4.1.4.1. Data Observasi 63

4.1.4.2. Data Wawancara 64

4.1.4.3. Studi Dokumentasi 66

4.1.4.4. Diagnosis 66

4.1.4.5. Prognosis..... 66

4.1.4.6. Treatment 67

4.1.4.7. Simpulan 78

4.2. Deskripsi Kasus Klien II 78

4.2.1. Data IdentitasSiswa 78

4.2.2. Data Identitas Orang Tua 79

4.2.3. Deskripsi Masalah 79

4.2.4 Pemeriksaan 80
4.2.4.1. Data Observasi 80
4.2.4.2. Data Wawancara 81
4.2.4.3 Studi Dokumentasi 83
4.2.4.4. Diagnosis 83
4.2.4.5. Prognosis 83
4.2.4.6. Treatment 84
4.2.4.7. Simpulan 95
4.3. Deskripsi Kasus Klien III 96
4.3.1. Data Identitas KLien 96
4.3.2. Data Identitas Orang Tua 96
4.3.3. Deskripsi Masalah III 96
4.3.4. Pemeriksaan 97
4.3.4.1. Data Observasi 97
4.3.4.2. Data Wawancara 99
4.3.4.3.Dokumentasi 100
4.3.4.4. Diagnosis 100
4.3.4.5. Prognosis 100
4.3.4.6. Treatment 100
4.3.4.7. Simpulan 110
BAB V PEMBAHASAN 111
5.1 Hasil Konseling dengan Klien (AS) 111
5.2 Hasil Konseling dengan Klien (NN) 116

5.3 Hasil Konseling dengan Klien (MF)) 119

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN 124

6.1. Simpulan..... 124

6.2. Saran..... 125

DAFTAR PUSTAKA..... 127
LAMPIRAN-LAMPIRAN..... 129

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Jadwal Penelitian 129
2. Hasil Wawancara Dengan Guru Wali Kelas XI IPA 1 130
3. Hasil Wawancara Guru BK XI IPA 1 133
4. Hasil WawancaraDenagnTeman (AS) 135
5. Hasil Wawancara Dengan Teman (NN)..... 137
6. Hasil Wawancara Dengan Teman (MF)..... 139
7. Hasil Observasi Terhadap Siswa Sebelum Konseling Klien (AS) 141
8. Hasil Observasi Terhadap Siswa Sebelum Konseling Klien (NN)..... 143
9. Hasil Observasi Terhadap Siswa Sebelum Konseling Klien (MF)..... 145
10. Hasil Obsevasi Selama Konseling Klien (AS) 147
11. Hasil Obsevasi Selama Konseling Klien (NN)..... 148
12. Hasil Obsevasi Selama Konseling Klien (MF)..... 149
13. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling I Klien (AS) 150
14. Persiapan Konseling Individu Klien (AS)..... 153
15. Pelaksanaan Konseling Individu I Klien (AS)..... 159
16. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu I Klien (AS)..... 164
17. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling II Klien (AS) 167
18. Pelaksanaan Konseling Individu II Klien (AS) 170
19. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu II Klien (AS) 173
20. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling III Klien (AS)..... 176
21. Pelaksanaan KonselingIndividu III Klien (AS)..... 179
22. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu III Klien (AS) 184

23. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling IV klien (AS) 187
24. Pelaksanaan Konseling Individu IV Klien (AS)..... 190
25. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu IV Klien (AS)..... 194
26. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling V Klien (AS)..... 197
27. Pelaksanaan Konseling Individu V Klien (AS) 200
28. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu V Klien (AS) 203
29. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling I Klien (NN)..... 206
30. Persiapan Konseling Individu Klien (NN) 209
31. Pelaksanaan Konseling Individu I Klien (NN)..... 215
32. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu IKlien (NN) 219
33. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling II Klien (NN) 222
34. Pelaksanaan Konseling Individu II Klien (NN)..... 225
35. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu IIKlien (NN)..... 230
36. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling III Klien (NN) 233
37. Pelaksanaan Konseling Individu III Klien (NN) 236
38. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu III Klien (NN)..... 240
39. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling IV Klien (NN)..... 234
40. Pelaksanaan Konseling Individu IV Klien (NN) 246
41. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu IV Klien (NN). 249
42. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling V Klien (NN) 252
43. Pelaksanaan Konseling Individu V Klien (NN) 255
44. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu V Klien (NN)..... 258
45. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling I Klien (MF)..... 261

46. Persiapan Konseling Individu Klien (MF) 264
47. Pelaksanaan Konseling Individu I Klien (MF) 270
48. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu I Klien (MF). 274
49. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling II Klien (MF) 277
50. Pelaksanaan Konseling Individu II Klien (MF) 280
51. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu II Klien (MF). 285
52. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling III Klien (MF) 288
53. Pelaksanaan Konseling Individu III Klien (MF) 291
54. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu III Klien (MF) 295
55. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling IV Klien (MF) 298
56. Pelaksanaan Konseling Individu IV Klien (MF) 301
57. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu IV Klien (MF). 304
58. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling V Klien (MF) 307
59. Pelaksanaan Konseling Individu V Klien (MF) 310
60. Laporan Pelaksanaan Konseling Individu V Klien (MF) 313
61. Hasil Wawancara Dengan Guru BK XI IPA 1Setelah Konseling 316
62. Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas XI IPA 1Setelah Konseling 318
63. Data Pribadi Klien (AS) 320
64. Data Pribadi Klien (NN) 321
65. Data Pribadi Klien (MF) 322
66. Nilai Raport Gasal Klien (AS) 323
67. Nilai Raport Gasal Klien (NN) 324
68. Nilai Raport Gasal Klien (MF) 325

69. Pernyataan 326

70. Surat Selesai Bimbingan 327

71. Daftar riwayat hidup 328

72. Permohonan ujian skripsi 329

73. Surat ijin penelitian 330

74. Surat keterangan selesai penelitian 331

75. Lampiran bimbingan konsultasi skripsi. 332

UNIVERSITAS MURIA KUDUS