

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 2 Gunungsitoli, Jl.Terpadu Desa Hilihao – Sisarahiligamo Gunungsitoli. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI-OTKP, TAV dan NKN yang berjumlah 30 orang siswa. Sampel tersebut dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kelompok kontrol menerima materi tentang percaya diri, sedangkan kelompok eksperimen menerima materi tentang percaya diri dan mengikuti layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas.

Berdasarkan surat izin penelitian dan kesepakatan antar sekolah, peneliti melakukan penelitian dimulai pada Pelaksanaan tahap uji coba instrumen pada tanggal 14 Maret 2025, peneliti membuka dengan mengajak siswa untuk berdoa bersama terlebih dahulu dan perkenalan singkat baik dari peneliti begitu juga dengan para siswa. Selanjutnya peneliti menjelaskan secara singkat tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan dan menyebarkan angket uji coba kepada siswa kelas X-OKN untuk mengukur validitas dan reabilitas instrumen yang digunakan dalam penelitian ini.

Kemudian pada tahap selajutnya, pada tanggal 21 Maret 2025 disebarkan angket *pretest* kepada siswa kelas XI-OTKP, TAV dan NKN yang berjumlah 30 orang siswa. Dari hasil analisis *pretest*, peneliti menemukan sejumlah permasalahan utama yang menjadi penyebab percaya diri rendah. Beberapa diantaranya meliputi faktor lingkungan dan pengalaman pribadi sehingga dapat mengakibatkan anak memiliki percaya diri rendah.

Dalam hal ini alasan utama percaya diri rendah adalah pengalaman siswa terhadap keluarga atau orang tua, yang dimana anak sering dibanding-bandingkan dengan anak orang lain kemudian, pengalaman berulang kali menjadi bahan perbandingan oleh orang tua, sehingga dalam hal ini dapat mengakibatkan anak kurang percaya diri dan merasa tidak dihargai. Selanjutnya, peneliti melaksanakan layanan bimbingan klasikal pada tanggal 11 April 2025 untuk menyampaikan materi terkait Percaya Diri. Kegiatan diawali dengan berdoa terlebih dahulu, kemudian menjelaskan secara rinci kepada siswa mengenai materi tentang percaya diri. Pada saat pemberian materi terdapat beberapa siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan mengajukan berbagai pertanyaan menarik mengenai materi yang telah diberikan oleh peneliti dan begitu juga sebaliknya terdapat beberapa siswa yang hanya ikut mendengarkan saja tanpa memberikan pertanyaan atau jawaban. Setelah selesai memberikan materi kemudian peneliti mulai melaksanakan layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas kepada kelompok eksperimen yang dipilih oleh peneliti terlebih dahulu yang terdiri atas 15 siswa.

Dalam proses identifikasi masalah, peneliti menemukan sejumlah permasalahan utama yang menjadi penyebab rendahnya percaya diri siswa. Beberapa diantaranya meliputi: kurangnya keyakinan pada diri sendiri. Dalam hal ini, alasan utama yang ditemukan adalah pengalaman siswa terhadap pikiran negatif yang dimana sering berpikiran negatif tentang kemampuan diri sendiri atau sering merasa saya tidak pintar atau saya tidak bisa melakukannya merasa tidak berdaya dan tidak mampu menyelesaikan tugasnya, perasaan ini muncul karna siswa sering membanding-bandingkan dirinya kepada orang lain.

Kemudian perasaan khawatir yang muncul saat siswa membayangkan kemungkinan tidak berhasil dalam melakukan sesuatu. Perasaan ini sering muncul karena takut dimarahi, diejek, atau dianggap tidak pintar. Ketika rasa khawatir terlalu kuat, anak menjadi ragu untuk mencoba, sering merasa tidak mampu, dan takut salah. Akibatnya, anak tidak berani menghadapi tantangan dan kepercayaan dirinya menurun, karena mereka selalu merasa tidak cukup baik atau takut mengecewakan orang lain. Selanjutnya Perundungan atau bullying tindakan menyakiti secara fisik, verbal, atau emosional secara berulang oleh orang lain atau teman-teman. Berdasarkan hasil konseling yang telah peneliti lakukan bahwa ketika anak mengalami bullying, ia bisa merasa tidak berharga, takut, dan malu dan bahkan anak tersebut selalu mengingat kejadian yang telah dialaminya dulu. Hal ini merusak rasa aman dan harga dirinya, sehingga anak menjadi tidak percaya diri, menarik diri dari lingkungan, dan takut berinteraksi. Perundungan dapat memiliki dampak yang serius pada kesehatan mental dan fisik anak.

Kemudian kurangnya keyakinan akan kekuatan dalam diri dan dorongan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan, yang dimana anak tidak memiliki tujuan yang jelas atau terarah. Hal ini juga terjadi karna anak sering merasa kurangnya dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitarnya sehingga mengakibatkan anak tidak percaya diri untuk melakukan sesuatu dan lebih memilih untuk berdiam diri. Dan yang terakhir yaitu kurangnya dukungan sosial ini terjadi karna tidak memiliki teman yang mendukung atau hubungan yang buruk dengan keluarga yang dapat membuat anak merasa sendirian dan tidak dihargai. Sehingga dapat berdampak buruk pada anak dan dapat mengakibatkan anak tidak percaya diri saat berada dimanapun dia berada.

Dengan pemberian layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas, bertujuan untuk membantu individu atau siswa memahami dan mengatasi masalah mereka dengan cara yang lebih realistis dan efektif. Membangun pola pikir yang realistis. Selain itu, teknik ini juga memberikan siswa keterampilan untuk meningkatkan kesadaran diri dan meningkatkan tanggung jawab serta fokus pada realitas untuk mengatasi masalah mereka dengan cara yang lebih realistis dan efektif. Ada beberapa solusi yang didapatkan oleh siswa atau klien setelah mengikuti layanan konseling realitas yaitu yang pertama pada lingkungan, siswa mengikuti kegiatan diluar seperti ikut serta bergabung dalam komunitas seperti komisi remaja dan pemuda yang ada digereja maupun di desa, mengikuti sosialisasi dan konseli dapat melihat dirinya dari sisi positif dan mengenali kekuatan yang dimilikinya. Yang kedua pada metode pembelajaran siswa membangun gaya belajar yang sesuai seperti strategi konkret untuk belajar lebih efektif, misalnya diskusi kelompok, atau praktik langsung. Kemudian selanjutnya yaitu pengalaman pribadi siswa dapat meningkatkan kesadaran diri dan pemahamana tentang pengalaman pribadi baik positif maupun negatif. Seperti pengalaman negatif dijadikan sebagai motivasi dan bahan sebagai evaluasi untuk kedepannya. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan percaya diri siswa secara signifikan.

Kemudian pada tanggal 14 April 2025 peneliti menyebarkan angket *posttest* untuk mengevaluasi perubahan percaya diri siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kemudian, peneliti mengakhiri dengan sesi foto bersama siswa kelas XI-OTKP, TAV dan NKN yang berjumlah 30 siswa sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka. Terakhir, pada tanggal 24 Mei 2025 peneliti kembali ke sekolah SMK Negeri 2 Gunungsitoli untuk mengambil surat keterangan telah melaksanakan penelitian.

4.2 Uji Prasyarat

Uji prasyarat dapat dilihat dari hasil:

4.2.1 Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan alat ukur untuk menguji apakah data dalam sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal. Dimana jika data berdistribusi normal maka untuk pengujian pada uji *independent t test* nya nanti akan akurat, dan jika data tidak berdistribusi normal maka yang terjadi adalah sebaliknya. Berikut hasil perolehan uji normalitas pada penelitian ini:

Tabel. 4.2.1 Perolehan Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest control	.155	15	.200*	.954	15	.597
posttest control	.182	15	.194*	.958	15	.656
pretest eksperimen	.161	15	.200*	.935	15	.321
posttest eksperimen	.139	15	.200*	.973	15	.896

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Pada tabel diatas, pengujian dari hasil ini dapat kita lihat dari nilai signifikansi baik *Kolmogorov-Smirnov* maupun *Shapiro-Wilk*. Diketahui pada tabel 4.2.1 didapatkan nilai signifikansi *Kolmogorov-Smirnov* sebesar $0,200 > 0,05$ dan pada posttest kontrol didapatkan sebesar $0,194 > 0,05$. Kemudian pada tabel nilai signifikansi *Shapiro-Wilk* baik *pretest* maupun *posttest* kelompok control dan eksperimen didapatkan nilai signifikansinya $> 0,05$. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa data yang didapatkan pada penelitian ini berdistribusi normal.

4.2.2 Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui linearitas data, apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Dimana dalam penelitian ini akan diukur hubungan antara variabel independen dalam meningkatkan variabel dependen. Berikut hasil uji linearitas pada penelitian ini:

Tabel. 4.2.2 Perolehan Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Percaya Diri* Konseling Realitas	Between Groups	(Combined)	141.833	12	11.819	1.144	.390
		Linearity	22.592	1	22.592	2.187	.157
		Deviation from Linearity	119.241	11	10.840	1.049	.450
	Within Groups		175.633	17	10.331		
	Total		317.467	29			

Pada tabel diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar $0,450 > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini antara variabel percaya diri dan variabel konseling realitas mempunyai hubungan yang linear.

4.2.3 Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui varian populasi data antara dua kelompok memiliki varian yang sama atau berbeda. Dimana antara kelompok control dan kelompok eksperimen pada penelitian ini nilai skor yang dapat bersifat homogeny. Berikut hasil perolehan uji homogenitas pada penelitian ini:

Tabel. 4.2.3 Perolehan Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
pretest	Based on Mean	,304	7	17	,944

	Based on Median	,253	7	17	,964
	Based on Median and whit adjusted df	,253	7	11,430	,961
	Based on trimmed mean	,300	7	17	,944

Pada tabel diatas, diketahui nilai signifikansi yang didapatkan antara kelompok control dan kelompok eksperimen pada penelitian ini adalah $0,944 > 0,05$. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa antara dua kelompok tersebut dianggap sama atau homogen.

4.3 Uji T

Uji *Independent Sample Test* dalam penelitian ini merupakan suatu olah data statistik untuk menguji apakah ada perbedaan signifikan yang diberikan variabel X (konseling individual dengan teknik konseling realitas) terhadap variabel Y (percaya diri). Pada pengujian ini, data yang digunakan adalah nilai *posttest* siswa kelompok control dan kelompok eksperimen yang masing-masing kelompoknya sebanyak 15 orang. Berikut tabel perolehannya:

Tabel 4.3 Perolehan Hasil Uji T

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Percaya Diri	Equal variances assumed	1,027	,320	6,565	28	,000	6,267	,955	4,311	8,222
	Equal variances not assumed			6,565	26,602	,000	6,267	,955	4,307	8,227

Pada tabel diatas, diketahui bahwa nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($6,565 > 2,048$) dan pada nilai sig. (*2-tailed*) lebih kecil dari $0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Dimana nilai t tabel pada uji ini adalah $2,048/df = (N-2)$. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan percaya diri siswa antara kelompok control yang belum mengikuti layanan dan kelompok eksperimen yang telah mengikuti layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas.

4.4 Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah suatu metode untuk menguji suatu dugaan atau klaim tentang karakteristik suatu populasi berdasarkan data sampel. Adapun formulasi hipotesis dari penelitian ini, sebagai berikut:

1. H_0 : Tidak terdapat pengaruh konseling realitas terhadap peningkatan percaya diri di SMK Negeri 2 Gunungsitolitahun ajaran 2024/2025
2. H_a : Terdapat pengaruh konseling realitas terhadap peningkatan percaya diri di SMK Negeri 2 Gunungsitoli tahun ajaran 2024/2025

Tabel 4.4 Perolehan Hasil Uji Hipotesis Pada *Independent Sample Test*

Group Statistics					
	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Percaya Diri	Posttest Eksperimen	15	63,87	2,295	,593
	Posttest Control	15	57,60	2,898	,748

Pada tabel diatas, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *posttest* kelompok eksperimen (63,87) dan kelompok control (57,60). Dengan nilai sig. (*2-tailed*) = $0,000 < 0,05$ yang ada pada tabel 4.3. Jadi, berdasarkan nilai hasil uji hipotesis yang

kemudian disandingkan dengan formulasi hipotesis yang dijelaskan pada bab sebelumnya di penelitian ini maka H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu “konseling realitas terdapat peningkatan percaya diri di SMK Negeri 2 Gunungsitoli tahun ajaran 2024/2025”.

4.5 Pembahasan

a. Jawaban Umum Atas Permasalahan Pokok Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk menguji “Pengaruh Konseling Realitas Terhadap Peningkatan Percaya Diri Di SMK Negeri 2 Gunungsitoli”. Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan pemberian instrumen angket kepada siswa. Berdasarkan analisis data, maka ditemukan bahwa siswa yang mengikuti layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas mengalami peningkatan percaya diri mereka dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti layanan. Hal ini dapat diperkuat oleh hasil dari nilai uji t Hipotesis memperoleh nilai yaitu 63,87, lebih besar dibanding kelompok control yang mendapat hasil uji t Hipotesis sebesar 57,60.

Dari hasil nilai uji t Hipotesis tersebut menunjukkan bahwa peningkatan percaya diri berada dalam kategori cukup berpengaruh. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik konseling realitas cukup berpengaruh dalam meningkatkan percaya diri siswa.

b. Analisis dan Interpretasi Hasil Temuan Penelitian

Dalam penelitian ini, hasil analisis data didapatkan berdasarkan beberapa uji statistik, yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji homogenitas, uji t, dan uji hipotesis.

Pada uji normalitas didapatkan bahwa dari data hasil penelitian berdistribusi normal, sehingga hasil yang didapatkan bersifat akurat. Hasil uji linearitas didapatkan bahwa antara variabel Y dan X mempunyai hubungan yang linear, sehingga dapat disimpulkan bahwa setelah mengikuti layanan dapat meningkatkan percaya diri siswa. Dan pada uji homogenitas didapatkan antara kelompok control dan kelompok eksperimen bersifat homogen, yang berarti antara keduanya memiliki karakteristik awal yang setara.

Uji t (*independent sample test*) dan uji hipotesis didapatkan hasil analisis data bahwa ada perbedaan antara kedua kelompok. Dimana pada kelompok control tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest* sedangkan pada kelompok eksperimen didapatkan hasil signifikansi yang dapat disimpulkan bahwa dengan mengikuti layanan tingkat percaya diri siswa meningkat. Dan terakhir uji hipotesis didapatkan bahwa nilai pada kelompok eksperimen sebesar 63,87 sedangkan pada kelompok control sebesar 57,60 yang dapat disimpulkan bahwa dengan mengikuti layanan dapat memberikan dampak pada peningkatan percaya diri siswa yang berada pada kategori cukup berpengaruh dan sebaliknya pada kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan nilai uji hipotesis nya berada pada kategori tidak berpengaruh.

c. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki keterbatasan, berikut:

- 1) Dalam melakukan penelitian ini, jumlah sampel relatif kecil yaitu 30 siswa dari seluruh populasi di SMK Negeri 2 Gunungsitoli. Oleh karena itu, studi lanjut yang mungkin akan dilakukan oleh peneliti berikutnya dapat mengambil jumlah sampel yang lebih besar agar dapat memberikan hasil yang lebih maksimal.

- 2) Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan dengan intensitas per sesi sangat singkat. Keterbatasan waktu dan tenaga sehingga membuat penelitian ini hasil kurang maksimal.
- 3) Instrument angket yang dibagikan kepada siswa, masih terdapat sejumlah kelemahan. Jika ada teknik yang lain selain konseling realitas yang dipakai memungkinkan memperoleh hasil yang berbeda.
- 4) Dalam penelitian ini tidak sepenuhnya menganalisis secara mendalam aspek-aspek yang berlangsung dalam kehidupan siswa, seperti aspek keluarga, sosial dalam meningkatkan percaya diri siswa karena durasi penelitian yang relatif singkat. Oleh karena itu, sangat diperlukan pemantauan jangka panjang terhadap siswa yang memiliki karakteristik sesuai dengan penelitian ini.