

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Permendiknas No 23 tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan (SKL) menyatakan bahwa “Standar Kompetensi Lulusan Satuan Pendidikan (SKL-SP) pada jenjang pendidikan SMA/MA/SMALB/Paket C pada poin ke 2 dan 3 adalah mengembangkan diri secara optimal dengan memanfaatkan kelebihan diri serta memperbaiki kekurangannya, menunjukkan sikap percaya diri dan bertanggung jawab atas perilaku, perbuatan dan pekerjaannya.”<sup>1</sup> Kepercayaan diri merupakan sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan. Kepercayaan diri adalah bagian dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu seseorang bersikap dan bertindak laku sekaligus sebagai penentu keberhasilan mereka dalam belajar.

“Ketidakpercayaan diri muncul karena seseorang memiliki konsep diri yang rendah. Konsep diri merupakan gambaran diri, penilaian diri dan penerimaan diri secara dinamis terbentuk melalui persepsi dan interpretasi terhadap diri sendiri dan lingkungan.”<sup>2</sup> Konsep diri yang negatif akan berdampak pada sikap seseorang terhadap dirinya dan lingkungan.

---

<sup>1</sup>Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2006 Tentang Standar Kompetensi Lulusan untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah, h. 4.

<sup>2</sup>Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Empiris Aplikatif*, (Jakarta: Kencana, 2010), h. 122.

Menurut Bandura “kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan.”<sup>3</sup> Menurut Maslow “percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri).”<sup>4</sup> Keyakinan siswa terhadap dirinya muncul karena mereka memiliki rasa kepercayaan diri, akan tetapi pada kenyataan di lapangan masih banyak siswa yang kurang percaya diri terhadap potensi yang mereka miliki sehingga mereka tidak mampu mengaktualisasikan diri.

Al-Qur’an Surat Ali-Imran ayat 139 menjelaskan :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Pada hakikatnya dimata Allah orang yang beriman adalah orang yang dimuliakan oleh Allah dan dinilainya sebagai makhluk yang terbaik. Pada Q.S Ali Imran ayat 139 menjelaskan bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Qur’an disebut sebagai orang yang tidak takut dan tidak sedih serta tidak mengalami kegelisahan merupakan orang-orang yang beriman. Sebagai seorang mukmin hendaknya kita tidak merasa lemah karena bahwasanya manusia memiliki derajat yang paling tinggi diantara makhluk lainnya.

---

<sup>3</sup>Munik Yuni Artika, Pengaruh Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Siswa Kelas X IPS di SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. *Skripsi*, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2017, h. 1-2.

<sup>4</sup>Derry Iswidharmanjaya, *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2014), h. 21.

Rasa percaya diri sangat menunjang proses pembelajaran di sekolah karena dengan munculnya rasa percaya diri dalam diri siswa, segala potensi yang dimiliki oleh siswa dapat berkembang maksimal, hal ini karena didukung oleh keyakinan, kepercayaan sikap siswa akan kemampuan yang mereka miliki sehingga mereka mampu berprestasi, baik dalam bidang akademik, non-akademik dan lingkungan sosial dimana mereka berada. Percaya diri merupakan salah satu sikap yang harus dimiliki siswa untuk menghadapi dinamika kehidupannya.

Percaya diri merupakan aspek yang sangat penting bagi seseorang untuk dapat mengembangkan potensinya. Jika seseorang memiliki bekal percaya diri yang baik, maka individu tersebut akan dapat mengembangkan potensinya dengan maksimal. Namun jika seseorang memiliki rasa percaya diri rendah, maka individu tersebut cenderung menutup diri, mudah frustrasi ketika menghadapi kesulitan, canggung dalam menghadapi orang dan sulit menerima realita dirinya. Siswa dengan rasa percaya diri saat maju di depan kelas, dapat meningkatkan keberanian siswa dalam menjawab pertanyaan. Selain itu dapat meningkatkan komunikasi dengan baik, memiliki ketegasan, mempunyai penampilan diri yang baik, dan mampu mengendalikan perasaan.<sup>5</sup>

Selaras dengan permasalahan yang dialami oleh siswa yaitu rendahnya kepercayaan diri dalam menampilkan potensi yang dimilikinya. Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara terdapat ada beberapa siswa yang masih mengalami rendahnya kepercayaan diri. Rendahnya kepercayaan diri siswa menurut guru BK di Madrasah Aliyah Negeri Barito utara dikarenakan beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal dari siswa tersebut. Faktor internal yang

---

<sup>5</sup>Rina Aristiani, "Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual", dalam *Jurnal Konseling Gusjigang*, Vol. 2 No. 2 Juli-Desember, 2016, h.183

mempengaruhi yaitu siswa yang pemalu, merasa dirinya tidak mampu bersaing dengan orang lain, faktor eskternalnya yaitu diejek teman-teman saat melakukan kesalahan.

Di bawah ini adalah data permasalahan peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang rendah bisa dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1.1 Hasil Pretest Siswa Kelas XI MIPA 3**

No	Indikator	Nama Siswa					Persentase
		BPNK	ENS	HKN	MHA	SAS	
1	Cinta Diri	23	22	24	24	26	74%
2	Pemahaman Diri	29	23	28	26	20	78%
3	Tujuan Hidup Yang Jelas	19	23	18	22	25	66%
4	Berpikir Positif	27	21	27	24	27	78%
Skor Siswa		98	89	97	96	98	-

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh data dari penyebaran angket pada saat penelitian bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Adapun jumlah siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah ialah sebanyak 5 orang siswa yang akan dijadikan sampel penelitian kelompok eksperimen.

Bimbingan dan Konseling ialah suatu upaya pemberian batuan yang diberikan oleh seorang ahli secara tatap muka agar siswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya secara mandiri. Melalui layanan bimbingan dan konseing, siswa yang mengalami permasalahan akan bisa menemukan alternatif solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dia hadapi

secara mandiri. Upaya untuk membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan yang ada di dalam dirinya maka sangat diperlukannya suatu batuan melalui layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang mana tujuan dari pendekatan ini adalah mengubah pikiran irasional menjadi rasional. Konseling kelompok adalah layanan konseling yang diberikan kepada sejumlah siswa/konseli dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga siswa/konseli dapat mengatasi masalah.<sup>6</sup>

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan memanfaatkan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengukur keefektifan meningkatkan kepercayaan diri siswa di MAN Bartito Utara.

## **B. Definisi Operasional**

Untuk memperjelas judul penulisan ini agar tidak terjadi salah pengertian serta meluasnya pembahasan, maka ditegaskan secara operasional sebagai berikut:

---

<sup>6</sup>Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan, 2016, h. 49.

## 1. Efektivitas

Efektivitas adalah seberapa baik pekerjaan dilakukan, sejauh mana seseorang menghasilkan keluaran sesuai yang diharapkan. Mengukur efektivitas suatu program, maka dapat menilai keberhasilan dari program tersebut dalam mencapainya tujuan.<sup>7</sup> Efektivitas yang dimaksud penulis disini ialah untuk mengukur tingkat keefektifan layanan konseling kelompok yang dilakukan, sehingga dapat terlihat keberhasilan suatu layanan konseling kelompok yang telah diberikan. Dengan adanya pengukuran tingkat efektivitas maka akan terlihat sejauh mana keberhasilan layanan konseling kelompok kepada sasaran telah tercapai sesuai dengan tujuan.

## 2. Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada siswa dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan serta diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.<sup>8</sup> Konseling kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok maka akan memudahkan individu untuk mengentaskan permasalahan yang dihadapi. Konseling dengan memanfaatkan dinamika kelompok juga dapat memberikan ruang untuk siswa dalam beradaptasi

---

<sup>7</sup>Aswar Annas, *Interaksi Pengambilan Keputusan dan Evaluasi Kebijakan*, (Makasar: Celebes Media Perkasa, 2017), h. 74.

<sup>8</sup>Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep Teori dan Aplikasinya*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), h. 255.

dengan anggota kelompok sehingga dapat membangun suasana kelompok yang harmonis.

### 3. *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT)

*Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) ialah suatu pendekatan yang mampu merubah pikiran dan tingkah laku individu yang bersifat irasional menjadi rasional.<sup>9</sup> Pendekatan ini digunakan peneliti dalam memberikan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) dalam penelitian ini menggunakan teknik kognitif dengan formula A-B-C-D. “Teknik kognitif yaitu memperagakan dan mengajari konseli untuk tidak berpikir tentang pernyataan diri negatif dan juga membangkitkan konseli untuk berpikiran berdasarkan kenyataan yaitu berpikir rasional”.<sup>10</sup> Melalui teknik kognitif ini konseli akan dipertanyakan tentang keyakinan irasional dan akan diajarkan untuk menentang keyakinan tersebut sehingga konseli akan tetap memiliki keyakinan rasional.

### 4. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan pada diri sendiri baik itu tingkah laku, emosi, dan kerohanian yang bersumber dari hati nurani untuk mampu

---

<sup>9</sup>Andi Thahir dan Dede Rizkiyani, “Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung”, dalam *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3 No. 2 Agustus 2016, h. 200.

<sup>10</sup>Abdul Hayat, *Teori dan Teknik Pendekatan Konseling*, (Banjarmasin: Lintang Media Aksara Publish House, 2010), h. 169.

melakukan segala sesuatu sesuai dengan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan hidup agar hidup lebih bermakna.<sup>11</sup> Kepercayaan diri dalam penelitian ini difokuskan agar siswa dapat percaya diri untuk mengembangkan potensi dirinya dalam bidang akademik maupun non-akademik.

Kepercayaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu agar siswa mampu mencintai dirinya, memiliki pemahaman diri, dapat menentukan tujuan hidup yang jelas serta dapat berpikir secara positif dalam menyalurkan sertamengembangkan potensi dirinya.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penulisan ini adalah apakah efektif konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara?

### **D. Tujuan Penulisan**

Sesuai dengan perumusan masalah yang dikemukakan maka tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok *Rational Emotive*

---

<sup>11</sup>Zulfriadi Tanjung dan Sinta Huri Amelia, "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa", dalam *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, Vol. 2 No 2 Juli 2017, h. 1.

*Behavior Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara.

#### **E. Alasan Memilih Judul**

Alasan yang melatarbelakangi penulis untuk mengangkat judul penelitian ini adalah:

1. Pemberian layanan bimbingan dan konseling di MAN Barito Utara belum pernah menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengentaskan masalah yang dialami oleh siswa. Oleh karena itu penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian eksperimen untuk mengetahui lebih lanjut tingkat keefektifan teknik yang digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
2. Beberapa siswa di MAN Barito Utara memiliki potensi diri yang bagus, tetapi karena rasa malu, kurangnya adaptasi dan sosialisasi, siswa tidak dapat mengembangkan potensinya dalam bidang akademik dan non-akademik secara maksimal. Apabila problematika ini tidak segera terentaskan maka akan membuat individu terus menerus menutup potensi dirinya.

Berdasarkan fakta di lapangan, maka penulis berkeinginan untuk melakukan penulisan dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN Barito Utara”.

## F. Signifikansi Penulisan

Hasil penulisan ini baik secara teoritis maupun praktis diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

### 1. Secara Teoritis

Hasil penulisan ini diharapkan berguna sekaligus menjadi referensi pada pengembangan Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam khususnya tentang peningkatan kepercayaan diri melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

### 2. Secara Praktis

#### a. Bagi Sekolah

Penulisan ini sebagai acuan dalam mendukung sarana dan prasarana dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

#### b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penulisan ini sebagai rujukan untuk guru Bimbingan dan Konseling dalam melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

#### c. Bagi UIN Antasari Banjarmasin

Penulisan ini diharapkan dapat berguna bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam sebagai literatur dalam memahami pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk

meningkatkan kepercayaan diri siswa, serta menambah khazanah keilmuan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, kepastakan UIN Antasari Banjarmasin.

### G. Penelitian Terdahulu

1. Andi Thahir dan Dede Rizkyani, 2016, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, dalam abstrak jurnal ilmiah Bimbingan dan Konseling dengan Judul “Pengaruh Konseling *Rational Emotif Behavioral Therapy* (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung”. Dengan hasil jenis penulisan ini adalah penulisan kuantitatif pre-Experimental designs. Penulis menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Designs*. Sampel dari penulisan ini adalah 19 siswa yang berasal dari kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung. Pemilihan sampel penulis menggunakan sampling purposive yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Hasil penulisan dapat disimpulkan bahwa *Rational Emotif Behavioral Therapy* (REBT) memiliki pengaruh dalam mengurangi kecemasan siswa di SMP Gajah Mada Bandar Lampung.<sup>12</sup> Pesamaan penulisan ini dengan yang penulis lakukan yaitu terletak pada teknik

---

<sup>12</sup>Andi Thahir dan Dede Rizkiyani, “Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung”.....h. 197.

pendekatan yang digunakan, sedangkan perbedaannya pada permasalahannya.

2. Della Kuspita Devi, 2018, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, dalam skripsi dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt)* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI MA Masyariqul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”. Dengan hasil nilai  $z$  hitung eksperimen  $>$   $z$  kontrol ( $-2,805 > -2,366$ ) hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Selain itu didapat nilai rata-rata *post-test* pada kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol, dilihat dari hasil yang telah didapat maka peningkatan pada kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol. Penulisan ini menghasilkan kesimpulan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behaviour therapy (REBT)* dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas XI MA Masyariqul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 mengalami perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behaviour therapy (REBT)*.<sup>13</sup> Persamaan penulisan ini dengan yang penulis lakukan yaitu terletak pada variabel terikat dan perbedaannya terletak pada layanan yang diberikan dalam skripsi di atas menggunakan

---

<sup>13</sup>Della Kuspita Devi, “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt)* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI MA Masyariqul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”, *Skripsi*, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018, h. 72

layanan bimbingan kelompok sedangkan yang penulis gunakan yaitu layanan konseling kelompok.

3. Munik Yuni Artika, 2018, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Siswa Kelas X IPS di SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. Dengan hasil peningkatan kepercayaan diri belajar siswa setelah melaksanakan konseling kelompok dengan diperoleh  $t_{hitung}$  17.847 pada derajat kebebasan (df) 18 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  0,05 = 2,175, maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  ( $17.847 \geq 2,175$ ), nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0.000 \leq 0,005$ ). Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri belajar siswa kelas X IPS di SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.<sup>14</sup> Persamaan penulisan ini dengan yang penulis lakukan ialah terletak pada layanannya yaitu layanan konseling kelompok, dan perbedaannya terletak pada spesifik permasalahannya.
4. Yurita Tirto, 2019, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan, dengan judul Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy (Rebt)* Melalui Layanan Konseling Individual pada Siswa Kelas X SMK BM Budisatrya Medan Tahun Ajaran 2018/2019.

---

<sup>14</sup>Munik Yuni Artika, Pengaruh Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Belajar Siswa Kelas X IPS di SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018,.....h.75.

Dengan hasil kondisi awal tingkat kepercayaan diri siswa kelas X tergolong rendah dalam *Pre-test* dengan skor rata-rata kepercayaan diri siswa 53-59% dalam Siklus I dan di kategorikan Cukup baik (Sedang). Peningkatan kepercayaan diri dibuktikan dari hasil pemberian Layanan Konseling Individu dengan pendekatan REBT dalam Siklus II dan *post-test* atau pemberian angket kedua peningkatan kepercayaan diri saat dilakukannya *post-test* sebesar 79-81% (Sangat baik). Dari hasil *pre-test* Siklus I serta *post-test* Siklus II dan pemberian Layanan Konseling Individu dengan pendekatan REBT menunjukkan bahwa metode penulisan ini sangat efektif dan berpengaruh sekali dalam peningkatan kepercayaan diri siswa di SMK BM Budisatrya.<sup>15</sup> Persamaan penulisan ini dengan yang penulis lakukan ialah terletak pada pendekatan dan permasalahan, sedangkan perbedaannya terletak pada layanan yang digunakan, skripsi ini menggunakan layanan konseling individual sedangkan penulis menggunakan layanan konseling kelompok.

## H. Hipotesis Penulisan

“Hipotesis disebut juga sebagai sebuah anggapan, perkiraan, dugaan, dan sebagainya. Hipotesis juga berarti sebuah pernyataan atau proposisi yang mengatakan bahwa di antara sejumlah fakta ada hubungan tertentu.”<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup>Yurita Tirto, “Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy (Rebt)* Melalui Layanan Konseling Individual Pada Siswa Kelas X SMK BM Budisatrya Medan Tahun Ajaran 2018/2019. *Skripsi*, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan, 2017, h. 102.

Berdasarkan pengertian tersebut maka hipotesis dalam penulisan ini adalah kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok dengan menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Oleh karenanya, penulis menggunakan hipotesis:

$$H_0 \neq H_a$$

$H_0$  : Layanan konseling kelompok dengan menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) tidak efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara.

$H_a$  : Layanan konseling kelompok dengan menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara.

Dalam penulisan ini hipotesis yang penulis gunakan yaitu  $H_a$ : “Layanan konseling kelompok dengan menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di MAN Barito Utara.” Untuk menguji hipotesis ini penulis menggunakan uji statistik dengan Uji T. Dengan ketentuan jika hasil  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $Sig.(p) < 0,05 (\alpha)$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, tetapi jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  atau  $Sig.(p) > 0,05 (\alpha)$  maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima.

---

<sup>16</sup>Yulingga Nanda Hanief dan Wasis Himawanto, *Statistik Pendidikan*, (Yogyakarta: Deepublish, 2017), h. 47.

## **I. Sistematika Penulisan**

Untuk mempermudah pemahaman mengenai pembahasan ini, maka penulis menggunakan sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab I merupakan pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan penulisan, alasan memilih judul, signifikansi penulisan, penelitian terdahulu, hipotesis penulisan dan sistematika penulisan.

Bab II merupakan Definisi teoretik, terdiri dari, konseling kelompok, pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan kepercayaan diri, tinjauan teoretik dan kerangka pikir.

Bab III merupakan metode penulisan terdiri dari jenis dan pendekatan peneliti, desain peneliti, lokasi peneliti, populasi dan sampel peneliti, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, desain pengukuran dan teknik analisis data.

Bab IV merupakan hasil penulisan terdiri dari hasil penelitian dan pembahasan.

Bab V penutup terdiri dari simpulan dan rekomendasi.