

**PENERAPAN TEKNIK *CONFRONTATION* UNTUK MENINGKATKAN  
KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMA NEGERI 4 SINJAI**

*THE APPLICATION OF CONFRONTATION TECHNIQUES TO IMPROVE STUDENTS' SELF-  
CONFIDENCE AT SMA NEGERI 4 SINJAI*

**Rosdiana**

SMA Negeri 4 Sinjai  
Jln. Pendidikan No. 12 Aruhu Kabupaten Sinjai  
Email: ssi\_darwis@yahoo.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai, dan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai, melalui teknik *confrontation*. Jenis penelitian yang dipilih adalah jenis penelitian eksperimen. Model yang digunakan *pre-experiment design*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 4 Sinjai sebanyak 12 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian ini, tampak bahwa penerapan teknik *confrontation* merupakan teknik yang sangat efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Pada pemberian teknik *confrontation*, siswa belajar tentang teori belajar yang dirancang untuk membantu para siswa memiliki keyakinan kemampuan diri, sikap optimis dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya, bersikap objektif, memiliki rasa tanggung jawab dan memiliki pemikiran rasional dan realistis. Teknik *confrontation* merupakan keterampilan konselor membantu konseli untuk menyadari adanya kesenjangan antara kata dan perbuatan atau bahasa badan, pikiran, tindakan dan perasaan konseli sehingga konseli dapat merubah perilakunya menjadi terarah dan menjalani gaya hidup yang sehat.

Kata kunci : *confrontation*, kepercayaan diri, teori belajar

**Abstract**

*This study aims to determine the description of the level of student confidence in SMA Negeri 4 Sinjai, and to increase the confidence of students in SMA Negeri 4 Sinjai, through confrontation techniques. The type of research chosen is the type of experimental research. The model used is pre-experiment design. The subjects in this study were 12th grade students of SMA Negeri 4 Sinjai. The results of this study indicate that based on the results of this study, it appears that the application of confrontation techniques is a very effective technique for increasing student confidence. In giving confrontation techniques, students learn about learning theories that are designed to help students have confidence in their abilities, optimism in dealing with everything about them and their abilities, be objective, have a sense of responsibility and have rational and realistic thoughts. Confrontation technique is a counselor's skill to help counselees to realize the gap between words and actions or body language, thoughts, actions and feelings of the counselee so that the counselee can change his behavior to be directed and lead a healthy lifestyle.*

*Keywords: confrontation, self confidence, theory of learning*

## Pendahuluan

Kepercayaan diri dalam penelitian ini mengacu pada sikap yang dimiliki seseorang dalam menerima kesadaran diri, kenyataan hidup yang dimilikinya, dan selalu berpikir positif (Ahmadi, 2008). Menurut Hakim (2011) remaja yang percaya diri akan melakukan hal-hal positif, yakin akan kemampuan yang dimilikinya, dan bertanggung jawab dengan perbuatannya. Senada dengan pendapat tersebut, Ghufron dan Risnawati (2017) menyebutkan termasuk ciri kepercayaan diri adalah melakukan sesuatu dengan kehendak dan mampu menyenangkan orang lain.

Kepercayaan diri perlu dimiliki oleh siswa di sekolah. Menurut Istadi (2007) pikiran-pikiran negatif yang sering mempengaruhi para siswa sehingga menimbulkan kurangnya kepercayaan diri mereka. Sementara itu, Nashruddin (2019) dalam penelitiannya menemukan bahwa rendahnya kepercayaan diri dapat menyebabkan siswa kurang mampu menyalurkan kemampuan yang dimilikinya.

Di samping itu, kepercayaan diri dapat menunjang keberhasilan dan kesuksesan dalam meningkatkan prestasi serta dalam meraih cita-cita. Sebagaimana dikemukakan oleh Sunarto (2008) bahwa pada dasarnya cita-cita mudah diraih jika kita mempunyai keyakinan untuk berhasil. Tetapi disayangkan jika dalam pikiran selalu membayangkan kegagalan, sangsi dan takut. Agar keyakinan lebih kuat hendaknya disertai dengan percaya diri, membuang rasa takut dan yakin berhasil.

Orang yang tidak menyayangi dirinya tidak mampu mengatasi suatu persoalan, dan orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi, dan ia takut akan orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Gejala tidak percaya diri akan menimbulkan masalah besar seperti dalam berbuat sesuatu, belajar dikelas, diskusi akan mengalami keraguan-keraguan, mudah cemas, cenderung, tidak yakin, mudah patah semangat, tidak berani tampil didepan umum yang menghambatnya untuk melakukan sesuatu.

Pada kenyataannya, siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah sehingga sulit berkembang secara optimal (Walgito, 2003). Siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah merasa dirinya tidak berharga, selalu merasa khawatir, berfikir buruk, merasa banyak kekurangan, takut mencoba hal-hal yang baru, dan takut berbuat salah. Jadi upaya meraih prestasi belajar yang memuaskan dibutuhkan kepercayaan diri siswa dalam mengembangkan pola pikir siswa.

Hasil penelitian yang dilakukan Pratiwi dan Laksmiwati (2016) menunjukkan bahwa anak SMA cenderung memiliki kepercayaan diri rendah ketika berada di dalam kelas. Rendahnya kepercayaan diri siswa dikelas cenderung pasif, dan tidak yakin dengan kemampuannya ketika mengerjakan tugas. Selain itu siswa juga tidak yakin dalam pemilihan jurusan sehingga menggantungkan diri kepada orang lain dalam pengambilan keputusan pemilihan jurusan. Perbuatan menyontek juga masih dilakukan yaitu dengan bergantung pada salah satu temannya yang pintar mereka akan menyontek pada temannya tersebut.

Fenomena kepercayaan diri rendah serupa juga terjadi di SMA Negeri 4 Sinjai. Menurut Hasil wawancara, observasi dan pembagian angket prapenelitian yang peneliti lakukan pada tanggal 13 Februari 2018 sampai tanggal 15 Februari 2018 ditemukan permasalahan-permasalahan siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, seperti siswa yang pasif dan tidak percaya diri dalam mengemukakan pendapat saat proses belajar mengajar di kelas. Hal ini diperkuat juga dengan hasil wawancara peneliti dengan guru BK yang menjelaskan bahwa terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah yang ditandai dengan tidak bersedia

tampil di depan kelas ketika diminta oleh guru, tidak berani mengajukan pertanyaan atau pendapatnya dalam diskusi di dalam kelas, dan gugup ketika berbicara di depan kelas.

Peneliti juga melakukan observasi ke kelas yang direkomendasikan oleh guru BK. Dari hasil pengamatan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dapat dilihat pada siswa yang menundukkan kepalanya saat dimintai pendapat, gugup ketika berbicara, mengalihkan pandangan ketika dilihat oleh guru, menghindari pertanyaan oleh guru dengan cara berpura-pura menulis, siswa tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga tidak mampu mengungkapkan pendapatnya didepan kelas.

Fenomena yang terjadi di atas diakibatkan oleh cara berpikir yang irasional dan cara penafsiran suatu peristiwa sehingga mengakibatkan pemaknaan yang negatif terhadap peristiwa tersebut. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah umumnya tidak memiliki kemampuan untuk mengungkapkan pendapatnya di dalam kelas karena siswa merasa takut menerima tanggapan atau penilaian negatif dari orang lain. Siswa tidak ada semangat untuk menerima pelajaran, apabila diberi pertanyaan gagap dalam menjawab. Konseli sering terlihat melamun saat guru memberikan pelajaran. Oleh karena itu untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dibutuhkan teknik *confrontation* dari pendekatan Gestalt. Teknik ini merupakan suatu teknik konseling yang berpusat pada konseli, dengan membantu konseli cara mengeksplorasi dan menemukan motivasi intrinsik, yang akan digunakan untuk perubahan perilaku.

Teknik *confrontation* (konfrontasi) pada awalnya digunakan secara paling menonjol dalam terapi Gestalt (Diniah, 2017). Kemudian teknik ini muncul di banyak pendekatan lain dan tersembunyi dalam pendekatan Humanistik-Eksistensial dan *Microskills*. Teknik *confrontation* dalam penelitian ini merupakan keterampilan konselor membantu konseli untuk menyadari adanya kesenjangan antara kata dan perbuatan atau bahasa badan, pikiran, tindakan dan perasaan konseli sehingga konseli dapat merubah perilakunya menjadi terarah dan menjalani gaya hidup yang sehat (Erford, 2017).

Teknik Konfrontasi diimplementasikan untuk membantu konseli dalam menganalisis kepercayaan diri melalui pertentangan antara kata dan perbuatan (diskrepansi) individu. Secara teoretis, kontradiksi ini menciptakan disonansi (pemantulan diri) dalam hal ini agar siswa dapat mengetahui apa yang dia katakan dengan apa yang terjadi pada dirinya sehingga dapat memotivasi konseli untuk mengatasi jarak antara kata dan perbuatannya menjadi “terlepas dari jebakan. Aplikasi efektif konfrontasi dan konfrontasi empatik membantu konseli mengubah perilakunya menjadi kongruen dan menjalani gaya hidup dengan fungsi lebih sehat dan lebih penuh (Corey, 2003). Dari hal tersebut dapat dikatakan dengan teknik *confrontation* siswa dapat menyesuaikan antara kata dan perbuatannya sehingga siswa mampu tampil didepan kelas ketika diminta oleh guru, siswa berani mengajukan pertanyaan atau pendapatnya ketika melakukan diskusi di dalam kelas, siswa tidak berbicara gugup ketika berbicara di depan kelas dan siswa tidak menghindari pertanyaan dari guru.

Berkaitan dengan hal itu, peneliti merancang untuk melakukan penelitian mengkaji masalah kepercayaan diri siswa melalui penelitian dengan judul “Penerapan Teknik *Confrontation* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 4 Sinjai”. Peneliti lebih berfokus untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, sehingga diharapkan setelah menerapkan perlakuan ini, kepercayaan diri siswa dapat meningkat.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai, bagaimanakah gambaran penerapan teknik *confrontation* di SMA Negeri

4 Sinjai, dan apakah penerapan teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai?

### **Konsep dasar kepercayaan diri**

Kepercayaan diri atau *self confidence* adalah keyakinan terhadap penilaian diri atas kemampuan diri dan kepantasan diri untuk merasakan berhasil. Menurut Wills (Ghufron & Risnawati, 2017), kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Pendapat senada dikemukakan oleh Hakim (2011) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kelebihan yang dimilikinya untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Bandura (Ahmadi, 2008) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu keyakinan seseorang yang mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan. Selanjutnya Anthony (Ghufron & Risnawati, 2017) mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap yang dimiliki seseorang dari dalam dirinya untuk menerima kenyataan hidup, mengembangkan kesadaran diri, selalu berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Senada dengan itu, Nashruddin, Ningtyas, dan Ekamurti (2018) menyimpulkan hasil penelitian mereka bahwa kepercayaan diri merupakan suatu perasaan cukup aman dan tahu apa yang dibutuhkan dalam kehidupan sehingga selalu dapat menentukan langkah sendiri.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap yang dimiliki seseorang dalam menerima kesadaran diri, kenyataan hidup yang dimilikinya, selalu berpikir positif, melakukan hal-hal positif, yakin akan kemampuan yang dimilikinya, bertanggung jawab dengan perbuatannya, melakukan sesuatu dengan kehendak dan mampu menyenangkan orang lain.

### **Konsep Dasar Teknik *Confrontation* dalam Konseling Gestalt**

Proses konseling Gestalt, konseli yang menentukan tingkah laku apa (*what*) yang akan diubah, sedangkan konselor menentukan cara yang digunakan untuk mengubahnya (*how*). Hal ini sama halnya dengan konselor berfungsi sebagai pemberi arahan dan sebagai orang yang mengendalikan proses konseling yang berlangsung namun konseli sebagai orang yang bersiap untuk diarahkan dengan sukarela.

Konsep dasar *confrontation*, berasal dari konseling Gestalt. Gestalt itu sendiri merupakan jenis pola yang unik terdiri dari bagian-bagian yang terdiri dalam bagian-bagian yang terintegrasi dalam satu keseluruhan. Menurut (Erford, 2017), teknik konfrontasi adalah teknik tantangan untuk membantu konseli menganalisis naratif mereka dari diskrepansi dan kontradiksi antara kata dan perbuatan konseli. Pendapat senada diungkapkan oleh Knaap (Diniah, 2017) yang menjelaskan bahwa konfrontasi merupakan perangkat yang dilakukan konseli dengan hati-hati dan sadar, dalam menunjukkan kontradiksi dari pikiran, tindakan, perasaan yang dialami konseli.

Menurut Leman (Diniah, 2017) konfrontasi merupakan teknik yang menantang konseli untuk melihat adanya inkonsistensi antara perkataan dengan perilaku/perbuatan atau bahasa badan, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dengan kepedihan, dan sebagainya. Tujuannya adalah untuk mendorong konseli mengadakan penelitian diri secara jujur, meningkatkan potensi konseli, membawa konseli kepada kesadaran adanya diskrepansi, konflik atau kontradiksi dalam dirinya.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik konfrontasi merupakan keterampilan konselor membantu konseli untuk menyadari adanya kesenjangan antara kata dan perbuatan atau bahasa badan, pikiran, tindakan dan perasaan konseli sehingga konseli dapat merubah perilakunya menjadi terarah dan menjalani gaya hidup yang sehat.

#### a. Langkah atau prosedur penerapan teknik *Confrontation*

Menurut (Erford, 2017), langkah yang digunakan untuk mengimplementasikan teknik konfrontasi yaitu:

- 1) Mendengarkan konseli secara aktif untuk mengidentifikasi diskrepansi, ambivalensi, dan pesan-pesan campur-aduk. Mengidentifikasi enam tipe diskrepansi yang harus disimak konselor, termasuk (a) diskrepansi antara pesan verbal dan nonverbal. (b) keyakinan dan pengalaman (c) nilai-nilai dan perilaku (d) ucapan dan perilaku (e) pengalaman dan rencana dan (f) pesan verbal.
- 2) Konselor profesional membantu merangkum dan mengklarifikasi diskrepansi-diskrepansi konseli, kemudian menggunakan keterampilan observasi dan mendengarkan tambahan untuk membantu konseli mengatasi konflik-konflik internal dan eksternal yang diakibatkan oleh diskrepansi-diskrepansi tersebut.
- 3) Mengusulkan konselor profesional untuk mengonfrontasi konseli secara empatik dengan cara yang dapat diterima oleh konseli. Mengetahui cara yang mungkin diterima atau tidak diterima oleh konseli membutuhkan banyak *insight*, keterampilan, dan pengalaman.
- 4) Melibatkan mengamati/mengobservasi dan mengevaluasi efektifitas konfrontasi. Dua skala evaluasi konfrontasi telah diusulkan: *client change scale* (skala perubahan konseli).

Langkah-langkah yang digunakan dalam teknik konfrontasi yaitu: mendengarkan konseli untuk menemukan kesenjangan antara kata dan perbuatannya, merangkum dan mengklarifikasikan konflik internal dan eksternal yang diakibatkan oleh diskrepansi, mengonfrontasikan dengan mengintegrasikan kedalam tanya jawab dan refleksi perasaan yang difokuskan secara positif dan mengamati mengevaluasi efektifitas konfrontasi.

#### Konsep Dasar Bimbingan Kelompok

Prayitno (2005) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Dengan demikian sifat bimbingan lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok. Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang mengalami masalah.

Suasana kelompok, yaitu antarhubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok, dapat menjadi wahana. Masing-masing anggota kelompok tersebut secara perseorangan dapat memanfaatkan semua informasi dan tanggapan kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan masalahnya tersebut. Bimbingan kelompok adalah bimbingan yang dilakukan secara kelompok terhadap sejumlah individu sekaligus sehingga beberapa orang atau individu sekaligus dapat menerima bimbingan yang dimaksudkan (Hartinah, 2009).

Tohirin (2010) menambahkan, bimbingan kelompok merupakan suatu cara pemberian bimbingan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan dan pemecahan masalah individu siswa yang menjadi peserta layanan. Topik-topik umum dibahas sebagai kepedulian kepada sesama anggota kelompok.

Sedangkan menurut Nurnaningsih (2011) bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok. Ini memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap atau keterampilan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah atau untuk pengembangan pribadi. Lebih lanjut dikemukakan oleh Khaerudin (2014) masalah yang menjadi topik pembicaraan dalam layanan bimbingan kelompok, dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok di bawah bimbingan pemimpin kelompok (pembimbing atau konselor).

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan oleh konselor kepada sekelompok peserta didik atau siswa untuk menyelesaikan permasalahan yang dialaminya dalam bentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

### Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Model yang digunakan *pre-experiment design*. Artinya, penelitian ini membandingkan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan teknik *Confrontation* dan setelah diberikan teknik *Confrontation* di SMA Negeri 4 Sinjai. Dengan demikian, dalam penelitian ini hanya ada satu kelompok penelitian yakni kelompok eksperimen yang diberikan *pretest* dan *posttest*.

Penelitian ini mengkaji dua variabel, yaitu teknik *confrontation* sebagai variabel bebas atau yang mempengaruhi (*independent variable*), dan tingkat kepercayaan diri sebagai variabel terikat atau yang dipengaruhi (*dependent variable*). Menurut Sugiyono (2007) variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

Desain eksperimen yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design* yang dapat digambarkan sebagai berikut:



**Model Rancangan Penelitian**

Keterangan :

$O_1$  = Nilai pengukuran *Pretest* (sebelum diberi perlakuan)

X = *Treatment* atau Perlakuan (teknik *Confrontation*)

$O_2$  = Nilai pengukuran *Posttest* (setelah diberi perlakuan)

(Sugiyono, 2007)

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian mulai dari penentuan kelompok *pretest*, perlakuan berupa teknik *Confrontation* dan *posttest* sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi siswa SMA Negeri 4 Sinjai yang terindikasi mengalami kepercayaan diri rendah.

2. Pelaksanaan *pretest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian yang berisi daftar pertanyaan tentang kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai sebelum diberikan perlakuan (*treatment*).
3. Tahap perlakuan (*treatment*) yaitu penerapan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Confrontation* terhadap subjek penelitian.
4. Pelaksanaan *posttest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian seperti pada pelaksanaan *pretest* tentang kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai.

Populasi dan sampel penelitian ini adalah adalah siswa kelas X SMA Negeri 4 Sinjai tahun ajaran 2017/2018 yang teridentifikasi memiliki kepercayaan diri rendah. Populasi diperoleh melalui wawancara dengan guru BK. Guru-guru mengatakan bahwa banyak siswa yang tidak semangat untuk menerima pelajaran di dalam kelas. Dari wawancara dan observasi, didapatkan populasi penelitian sebanyak 83 orang.

Selanjutnya, teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *proporsional random sampling* dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menentukan 5 kelas sebagai sampel penelitian kemudian menetapkan ukuran sampel sebanyak 12 siswa.
- b. Menetapkan ukuran sampel per kelas
- c. Melakukan undian atau lot kepada populasi tiap kelas sehingga diperoleh ukuran sampel yaitu 12 orang sampel

Teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian, sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

#### 1. Skala

Jenis skala yang digunakan adalah skala Likert, dengan pernyataan yang dilengkapi empat pilihan jawaban yaitu sangat selalu (S), sering (SR), jarang (JR), dan tidak pernah (TP). Masing-masing pilihan jawaban diberikan bobot penilaian mulai dari 1 hingga 4.

Sebelum skala digunakan untuk penelitian lapangan, skala terlebih dahulu divalidasi oleh dosen validator Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, kemudian diuji coba lapangan dan kemudian dilakukan uji validitasi dan reliabilitasnya.

##### a. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas skala dilakukan dengan menggunakan pengolahan komputer program SPSS 22 *for windows*. Batas penerimaan dengan syarat nilai  $r$  yang diperoleh  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel. Seperti yang dikatakan oleh Azwar (2005) bahwa bila harga korelasi dibawah  $r$  tabel maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki atau dibuang.

##### b. Uji Reliabilitas Instrumen

Menurut Sugiyono (2007) uji reliabilitas dengan menggunakan bantuan pengolahan computer program SPSS 20,00. Jika diinterpretasikan nilai koefisien reliabilitas tes ( $r$ ) menggunakan kategori berikut:

$0,80 < r < 1,00$	: Reliabilitas Sangat Kuat
$0,60 < r < 0,799$	: Reliabilitas Kuat
$0,40 < r < 0,599$	: Reliabilitas Sedang
$0,20 < r < 0,399$	: Reliabilitas Rendah
$r < 0,20$	: Reliabilitas Sangat Rendah

## 2. Observasi

Observasi digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai partisipasi siswa selama mengikuti pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Confrontation* sewaktu pelaksanaan penelitian. Observasi ini berisikan aspek-aspek kepercayaan diri siswa, cara penggunaannya dengan cara memberi tanda cek ( ) pada setiap aspek yang muncul pada masing-masing objek penelitian atau dalam hal ini adalah siswa. Adapun kriterianya ditentukan sendiri oleh peneliti berdasarkan persentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Analisis individual} = \frac{nm}{n} \times 100\%$$

di mana:

nm = Jumlah item yang tercek dari satu siswa

n = Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

(Siregar, 2016)

Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil tes penelitian berkaitan dengan kepercayaan diri. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis statistik nonparametrik dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

### 1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat kepercayaan diri di SMA Negeri 4 Sinjai terhadap kelompok eksperimen yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dan juga kelompok kontrol dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan presentase dengan rumus presentase, yaitu:

$$B = \frac{F}{TFi} \times 100\%$$

di mana:

B = Presentase

F = Frekuensi yang dicari presentasenya

TFi = Total Frekuensi (Jumlah subyek/sampel)

(Siregar, 2016)

Guna memperoleh gambaran umum mengenai kepercayaan diri di SMA Negeri 4 Sinjai sebelum dan setelah perlakuan berupa teknik *Confrontation*, dilakukan perhitungan rata-rata skor variabel dengan rumus:

$$Me = \frac{\sum Xi}{n}$$

di mana:

Me = Mean (rata-rata)

Xi = Nilai X ke i sampai ke n

N = Banyaknya subjek (sampel)

(Siregar, 2016)

### 2. Analisis Statistik Non Parametrik

Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji non parametrik untuk menguji hipotesis. Pada dasarnya uji non parametrik memiliki persyaratan yang lebih longgar, di mana data tidak harus terdistribusi normal. Oleh karena itu uji ini sering disebut uji

*Jurnal Bimbingan dan Konseling, Volume 6, Nomor 2, Oktober 2019*

bebas distribusi. Adapun dalam penelitian ini digunakan uji *Wilcoxon* yang dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian tentang teknik *Confrontation* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai. Uji *Wilcoxon* menggunakan SPSS 20,00. Tingkat signifikansi yang digunakan 0,05 dengan kriteria adalah tolak  $H_0$  jika nilai *Asymp. Sig* dan diterima  $H_0$  jika nilai *Asymp. Sig* > (Sugiyono, 2007).

### Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan *Pre-eksperimen*. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 4 Sinjai untuk mengetahui penerapan teknik *confrontation* untuk meningkatkan kepercayaan diri di SMA Negeri 4 Sinjai. Penelitian ini dilakukan secara eksperimen untuk mengetahui sejauh mana tingkat kepercayaan diri di SMA Negeri 4 Sinjai sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan teknik *confrontation*, dan uji *wilcoxon* untuk pengujian hipotesis.

### Tingkat Kepercayaan diri pada Siswa di SMA Negeri 4 Sinjai

Data menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai yang berada pada kategori sangat rendah sebanyak 10 responden (12,04%), kategori sedang sebanyak 64 responden (77,12%) dan kategori rendah sebanyak 9 responden (10,84%). Tidak ada responden yang berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi.

Berdasarkan analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa pada populasi penelitian berada pada kategori rendah. Hal tersebut ditunjukkan dengan sikap peserta didik seperti sering menundukkan kepala, gelisah dan gemetar ketika diminta untuk berbicara di depan umum.

### Gambaran Pelaksanaan Teknik *Confrontation* di SMA Negeri 4 Sinjai

Selama pemberian perlakuan, peneliti melakukan observasi untuk mengetahui keaktifan siswa dalam mengikuti setiap tahap kegiatan teknik *Confrontation*. Observasi ini dilakukan pada 12 orang siswa dalam kelompok eksperimen. Dalam hal ini, peneliti dibantu oleh guru BK untuk mengecek lembar observasi. Peneliti mengecek segala sesuatu yang terjadi dalam proses pelaksanaan kegiatan untuk dianalisis hasilnya.

Selanjutnya hasil observasi yang dilakukan pada saat pelaksanaan teknik *Confrontation* sebanyak enam kali pertemuan diperoleh data bahwa pada pertemuan pertama terdapat 12 responden yang berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pertemuan pertama yaitu *rational treatment* yang terdiri dari aspek memperhatikan penjelasan konselor, mengajukan pertanyaan bila tidak dimengerti, menjawab pertanyaan, melakukan diskusi dengan baik dan memberikan kesimpulan diadakannya bimbingan kelompok dengan teknik *confrontation*. Pada pertemuan ini, respon dari siswa antusias mengikuti kegiatan.

Pada pertemuan kedua terdapat 12 responden yang berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada pertemuan kedua yaitu mendengarkan untuk menemukan diskrepansi yang terdiri dari siswa mengidentifikasi diskrepansi yang pernah dialaminya, menyimak yang disampaikan konselor, konseli mengisi lembar kerja siswa, mengemukakan pendapat dalam berdiskusi dan memberikan kesimpulan. Tingginya antusiasme siswa pada pertemuan ini dikarenakan pada pertemuan pertama sebelumnya, siswa telah dijelaskan

mengenai pentingnya kepercayaan diri rendah yang dihadapi dan upaya yang konselor lakukan yaitu memotivasi siswa mengikuti kegiatan.

Pada pertemuan ketiga, semua responden atau 12 responden berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada pertemuan ketiga yaitu merangkum dan mengklarifikasi yang terdiri dari aspek siswa menyimak yang disampaikan konselor, siswa mengidentifikasi diskrepansi yang dialaminya, siswa menulis konflik-konflik internal dan eksternal, siswa mengisi lembar kerja siswa, mengemukakan pendapat dalam berdiskusi dan memberikan kesimpulan.

Pada pertemuan keempat, semua responden atau 12 responden berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada pertemuan keempat yaitu mengonfrontasikan secara empatik dari aspek Siswa menyimak yang disampaikan konselor, Konseli menyadari adanya diskrepansi antara kata dan perbuatannya, Mengisi lembar perencanaan perilaku, Mengemukakan pendapat dan Memberikan kesimpulan.

Pada pertemuan kelima terdapat 12 responden yang berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada pertemuan kelima yaitu mengamati dan mengevaluasi yang terdiri dari aspek Siswa menyimak penyampaian konselor, Siswa mampu memilih skala evaluasi konfrontasi dalam mengatasi diskrepansi antara perkataan dan perbuatan dalam meningkatkan kepercayaan diri, Siswa mampu menggunakan skala evaluasi dalam mengatasi diskrepansi antara perkataan dan perbuatan dalam meningkatkan kepercayaan diri, Siswa mampu mengemukakan perubahan yang terjadi dan Berkomitmen menjalankan teknik *confrontation*.

Pada pertemuan terakhir atau pertemuan keenam, semua responden atau 12 responden berada pada kategori sangat tinggi. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada pertemuan keenam yaitu Evaluasi yang terdiri dari aspek Siswa menyampaikan refleksi pengalamannya selama pelaksanaan Teknik *Confrontation* berlangsung, Siswa memaparkan hasil "evaluasi kegiatan" secara bergantian dan Konseli mengisi lembar evaluasi kepercayaan diri.

### **Penerapan Teknik *Confrontation* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 4 Sinjai**

Data menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri yang rendah, sebelum diberi teknik *confrontation* berada dalam kategori sedang sebanyak 3 responden (25%), kategori rendah sebanyak 8 responden (66,67%), dan kategori sangat rendah 1 responden (8,33%). Tidak ada responden yang berada dalam kategori sangat tinggi dan tinggi.

Setelah diberi teknik *confrontation*, tingkat kepercayaan diri rendah siswa mengalami perubahan. Hal ini dapat dilihat dari tingkat perilaku membolos siswa dalam kategori tinggi sebanyak 6 responden (50%), kategori sedang sebanyak 5 responden (41,67%), dan kategori rendah sebanyak 1 responden (8,33%). Tidak ada responden yang berada dalam kategori sangat tinggi, dan sangat rendah.

Pada saat *pretest*, kepercayaan diri rendah pada siswa sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh sebesar 59,83 yang nilai rata-rata tersebut pada interval 49-67 yang berarti berada pada kategori rendah. Hal ini berarti bahwa tingkat kepercayaan diri pada siswa di SMA Negeri 4 Sinjai berada dalam kategori rendah.

Selanjutnya sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh pada saat *posttest* adalah 80,58 yang nilai rata-rata tersebut berada pada interval 68-86 yang berarti sedang. Hal ini berarti tingkat kepercayaan diri mengalami peningkatan atau berada dalam kategori sedang.

Berdasarkan analisis deskriptif tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri pada siswa pada kelompok penelitian berada pada kategori rendah pada saat *pretest* dan kategori sedang pada saat *posttest*. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri pada siswa setelah diberikannya perlakuan berupa teknik *confrontation*

Analisis statistik inferensial digunakan untuk mengujiteknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri rendah pada siswa di SMA Negeri 4 Sinjai setelah dilakukan perlakuan terhadap 12 orang siswa. Untuk mengetahui apakah teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri di SMA Negeri 4 Sinjai diajukan hipotesis "apakah teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri rendah pada siswa di SMA Negeri 4 Sinjai?". Terhadap hipotesis tersebut, dapat diketahui melalui analisis uji perbedaan *mean* (uji wilcoxon), antara *pretest* (sebelum perlakuan *confrontation*) dan *posttest* (setelah perlakuan *confrontation*) terhadap siswa dengan membandingkan perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* skala kepercayaan diri.

Untuk pengujian hipotesis, diajukan hipotesis kerja yaitu "Teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai". Oleh karena yang diuji adalah hipotesis nihil ( $H_0$ ), maka terlebih dahulu hipotesis kerja diubah ke dalam hipotesis nihil ( $H_0$ ), sehingga bunyi hipotesisnya menjadi "Teknik *Confrontation* tidak dapat meningkatkan kepercayaan diri sebelum penerapan *confrontation* (*pretest*) dan sesudah penerapan *confrontation* (*posttest*) terhadap siswa di SMA Negeri 4 Sinjai". Proses analisis data penelitian ini menggunakan bantuan program *Statistic Product for Service Solution Version 24* (SPSS 24) *for windows*. Pengambilan keputusan berdasarkan probabilitas. Jika probabilitas  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan jika probabilitas  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima.

## Pembahasan

### 1. Tingkat Kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai

Kepercayaan diri perlu dimiliki oleh siswa di sekolah, karena dengan rendahnya kepercayaan diri maka dapat menyebabkan siswa kurang mampu menyalurkan kemampuan yang dimilikinya di karenakan siswa memiliki pikiran-pikiran negatif yang mempengaruhi sehingga menimbulkan kurang percaya diri pada dirinya. Kepercayaan diri sebagai suatu keyakinan seseorang yang mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan.

Pentingnya siswa memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi untuk meraih prestasi di sekolah. Untuk menumbuhkan rasa percaya diri maka individu harus memulainya dari diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Bila ditinjau dari tahap perkembangannya, remaja ingin menunjukkan siapa dirinya dan mengaktualisasikan. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berfungsi mengaktualisasikan diri dengan baik.

Hasil pengukuran pada saat pra penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa sebagian besar berada pada kategori rendah. Hal tersebut ditunjukkan dengan menundukkan kepalanya saat dimintai pendapat, gugup ketika berbicara, mengalihkan pandangan ketika dilihat oleh guru, menghindari pertanyaan oleh guru dengan cara berpura-pura menulis, siswa tidak

percaya dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga tidak mampu mengungkapkan pendapatnya didepan kelas.

Pada kenyataannya, siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah sehingga sulit berkembang secara optimal. Siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah merasa dirinya tidak berharga, selalu merasa khawatir, berfikir buruk, merasa banyak kekurangan, takut mencoba hal-hal yang baru, dan takut berbuat salah. Jadi upaya meraih prestasi belajar yang memuaskan dibutuhkan kepercayaan diri siswa dalam mengembangkan pola pikir siswa.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri di SMA Negeri 4 Sinjai berada pada kategori rendah. Tingginya kecemasan berbicara di depan umum tersebut ditunjukkan dengan sikap peserta didik seperti menundukkan kepalanya saat dimintai pendapat, gugup ketika berbicara, mengalihkan pandangan ketika dilihat oleh guru, menghindari pertanyaan oleh guru dengan cara berpura-pura menulis, siswa tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga tidak mampu mengungkapkan pendapatnya didepan kelas.

## 2. Penerapan Teknik *Confrontation*

Setelah diadakan pengukuran awal, peneliti memberikan *treatment* atau metode yang dianggap mampu meningkatkan kepercayaan diri pada siswa di SMA Negeri 4 Sinjai. Salah satu *treatment* yang dianggap tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah *Confrontation*. Teknik ini merupakan suatu kegiatan untuk mengatur lingkungan yang dianut oleh diri sendiri. Individu yang meliputi kegiatan mengaktifkan pikiran, motivasi, dan tingkah laku yang di tujukan untuk mencapai tujuan tugas dan perkembangannya sebagai seorang siswa. *Confrontation* dimaksudkan adalah siswa dapat mengidentifikasi untuk menemukan diskrepansi, merangkum dan mengklarifikasi, mengonfrontasikan secara empatik dan mengamati dan mengevaluasi kepercayaan diri rendah.

Proses perlakuan dilakukan sebanyak enam kali perlakuan/pertemuan dan peneliti merujuk pada langkah-langkah bimbingan kelompok. Adapun tahapannya yaitu tahap pertama berupa *rational treatment*, yakni memberikan informasi mengenai kepercayaan diri rendah pada siswa. Tujuannya yaitu memberikan pemahaman masalah yang dialami oleh konseli. Selanjutnya konselor memperkuat konseli bahwa kepercayaan diri rendah dapat merugikan konseli dalam kehidupan pribadi dan sosialnya. Untuk menguji pemahaman konseli mengenai kepercayaan diri, konselor mengajukan pertanyaan tentang contoh kepercayaan diri rendah kepada konseli. Pada tahap kedua yaitu mendengarkan untuk menemukan diskrepansi. Tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu mengidentifikaikan diskrepansi yang ada pada diri siswa. Kegiatan ini dimulai dari siswa mengidentifikasi diskrepansi yang pernah dialaminya. Setelah itu, konselor meminta kepada konseli untuk mengidentifikasi diskrepansi masing-masing terkait dengan kepercayaan diri. Tujuan yang dimaksud disini adalah tujuan konseli dalam meningkatkan kepercayaan diri. Setelah itu, konselor mengintruksikan kepada konseli untuk menuliskan tujuan yang telah dikemukakannya ke dalam lembar kerja yang sebelumnya telah dibagikan. Selain itu, perilaku-perilaku yang spesifik agar tercapainya tujuan utama juga dicantumkan agar memudahkan dalam meraih tujuan konseli.

Tahap yang ketiga yaitu merangkum dan mengklarifikasi dari mengidentifikasi konflik-konflik internal dan eksternal yang diakibatkan oleh diskrepansi. Konseli kemudian diinstruksikan untuk menuliskan rangkuman dari diskrepansi yang dialaminya tersebut ke Lembar Kerja Siswa (LKS) yang telah dibagikan pada pertemuan sebelumnya. Selanjutnya tahap

keempat yakni mengonfrontasi secara empatik. Kegiatan ini dimulai dimana konselormengonfrontasi konseli secara empatik dengan cara yang dapat diterima oleh konseli dengan menggunakan *insight*, keterampilan dan pengalaman. Konselor kemudian menginstruksikan konseli untuk mencatat lembar perencanaan perilaku di lembar kerja siswa yang telah disediakan.

Tahap kelima yaitu mengamati dan mengevaluasi yang bertujuan untuk merubah diskrepansi dari pelaksanaan teknik dalam kehidupan sehari-hari. Konselor meminta konseli untuk membuat komitmen mengubah perubahan perilaku yang akan dijalaninya.

Tahap yang terakhir yaitu melakukan evaluasi. Tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu mengetahui perkembangan kepercayaan diri siswa. Kegiatan ini dilakukan dengan mengadakan diskusi kelompok agar dapat membahas perubahan perilaku membolos siswa secara mendalam.

Kemudian dalam penerapan teknik *confrontation* ini, peneliti dibantu oleh guru pembimbing untuk mengobservasi setiap siswa yang telah memperoleh perlakuan berupa teknik *confrontation*, kemudian mencatat atau memberi tanda cek pada pedoman observasi aspek-aspek yang muncul pada setiap siswa dalam proses pelaksanaan teknik *confrontation*.

Berdasarkan penelusuran data yang diperoleh melalui observasi, setelah diberikan teknik *confrontation* terjadi peningkatan partisipasi siswa dalam mengikuti kegiatan. Hal ini terlihat pada hasil analisis presentase individual dari 12 responden yang mengikuti kegiatan teknik *confrontation*. Pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga, keempat, kelima dan keenam secara umum partisipasi siswa berada pada kategori tinggi. Perilaku-perilaku yang ditampakkan oleh siswa yang teramati dari tujuh kali pertemuan menunjukkan bahwa siswa terlihat secara aktif dalam proses penerapan teknik *confrontation*.

### **3. Penerapan Teknik *Confrontation* untuk Meningkatkan Kepercayaan diri pada Siswa di SMA Negeri 4 Sinjai.**

Fenomena yang terjadi di SMA Negeri 4 Sinjai yaitu rendahnya kepercayaan diri siswa. Fenomena tersebut didapatkan berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru BK. Selanjutnya, peneliti melakukan pengukuran awal (*pretest*). Berdasarkan hasil *pretest* diperoleh nilai rata-rata kelompok penelitian berada pada kategori rendah. Rendahnya kepercayaan diri pada siswa ditunjukkan dengan perilaku siswa tidak bersedia tampil di depan kelas ketika diminta oleh guru, siswa tidak berani mengajukan pertanyaan atau pendapatnya ketika melakukan diskusi di dalam kelas, siswa berbicara gugup ketika berbicara di depan kelas, siswa menghindari diri pertanyaan dari guru.

Rendahnya kepercayaan diri pada siswa dapat menyebabkan siswa sulit berkembang secara optimal pada diri siswa. Pada kenyataannya, siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah sehingga sulit berkembang secara optimal. Siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah merasa dirinya tidak berharga, selalu merasa khawatir, berfikir buruk, merasa banyak kekurangan, takut mencoba hal-hal yang baru, dan takut berbuat salah. Jadi upaya meraih prestasi belajar yang memuaskan dibutuhkan kepercayaan diri siswa dalam mengembangkan pola pikir siswa.

Setelah pemberian *treatment* berupa teknik *confrontation*, peneliti melakukan pengukuran ulang untuk melihat efektivitas pelaksanaan teknik *confrontation*. Berdasarkan hasil pengukuran akhir (*posttest*) pada kelompok penelitian, nilai rata-rata yang diperoleh pada saat *posttest* berada pada kategori sedang. Perubahan kategori pada kelompok penelitian dari kategori rendah pada

saat *pretest* ke kategori sedang pada saat *posttest* menunjukkan bahwa pemberian treatment berupa teknik *confrontation* memberikan pengaruh yang positif pada peningkatan kepercayaan diri siswa. Hasil yang diperoleh melalui analisis statistik deskriptif diperkuat dengan hasil pengujian hipotesis yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja ( $H_1$ ) dari penelitian ini dinyatakan diterima. Artinya, penerapan teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai.

Berdasarkan hasil penelitian ini, tampak bahwa penerapan teknik *confrontation* merupakan teknik yang sangat efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Pada pemberian teknik *confrontation*, siswa belajar tentang teori belajar yang dirancang untuk membantu para siswa memiliki keyakinan kemampuan diri, sikap optimis dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya, bersikap objektif, memiliki rasa tanggung jawab dan memiliki pemikiran rasional dan realistis.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan teknik *confrontation* untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa di SMA Negeri 4 Sinjai maka disimpulkan sebagai berikut:

- Tingkat kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai berada pada kategori rendah.
- Penerapan teknik *confrontation* terdiri atas enam tahap yaitu *rational treatment*, mendengarkan untuk menemukan dikrepanasi, merangkum dan mengklarifikasi, mengonfrontasikan secara empatik, mengamati dan mengevaluasi dan evaluasi. Pada setiap tahapan kegiatan *confrontation*, tingkat partisipasi siswa yang berada pada kategori sangat tinggi, dan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan perlakuan berupa teknik *confrontation* berada pada kategori rendah dan setelah diberikan perlakuan berada pada kategori tinggi.
- Teknik *confrontation* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan di SMA Negeri 4 Sinjai.

### Kepustakaan

- Ahmadi, A. (2008). *Percaya Diri Pada Remaja*. Jakarta: Khalifa.
- Azwar, S. (2005). *Tes Prestasi Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, G. (2003). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Diniah, K. (2017). *Efektifitas Pelatihan Teknik Konfrontasi Terhadap Peningkatan Kemampuan Kompetensi Sosial Guru Bimbingan dan Konseling dengan Siswa Autis di Yogyakarta*. (Thesis), Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Erford, B. (2017). *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Ghufron, & Risnawati. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Hakim. (2011). *Mengatasi rasa percaya diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Hartinah, S. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Istadi. (2007). *Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Renika Cipta.
- Khaerudin, A. (2014). *Meningkatkan Kecerdasan Emosi melalui Bimbingan Kelompok dengan Metode Role Playing pada Remaja di Panti Asuhan Nuril Haq*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.

- Nashruddin, N. (2019). TEKNIK BELAJAR UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERKOMUNIKASI DALAM BAHASA INGGRIS BAGI MAHASISWA NON-JURUSAN BAHASA INGGRIS. *Scolae: Journal of Pedagogy*, 2(1), 184-190.
- Nashruddin, N., Ningtyas, P. R., & Ekamurti, N. (2018). INCREASING THE STUDENTS' MOTIVATION IN READING ENGLISH MATERIALS THROUGH TASK-BASED LEARNING (TBL) STRATEGY (A Classroom Action Research at the First Year Students of SMP Dirgantara Makassar). *Scolae: Journal of Pedagogy*, 1(1), 44-53.
- Nurnaningsih. (2011). Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Edisi Khusus*, 1(1).
- Pratiwi, & Laksmiwati. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa Negeri XI IPS SMA Negeri 1 Porong. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1).
- Prayitno. (2005). *Layanan Konseling Individu*. Padang: FIP Universitas Negeri Padang.
- Siregar, S. (2016). *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rinneka Cipta.
- Tohirin. (2010). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Walgito, B. (2003). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset.