

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kerangka Teoritis

1. Layanan Konseling Individual

a. Pengertian Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien), bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju kearah pengentasan masalah.⁸

Layanan konseling individual merupakan salah satu dari sembilan jenis layanan bimbingan konseling, yaitu:

- a. Layanan Orientasi adalah layanan bimbingan yang dikoordinir guru bimbingan konseling dengan bantuan semua guru dan wali kelas, dengan tujuan membantu siswa dari situasi lama kepada situasi baru seperti siswa baru di SMP.
- b. Layanan Informasi adalah layanan yang berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang diperlukan.
- c. Layanan Penempatan dan penyaluran adalah layanan yang memungkinkan siswa memperoleh penempatan dan penyaluran secara tepat.

⁸ Prayitno, *Seri Kegiatan Konseling*, (Padang:Universitas Negeri Padang, 2004), hlm.4

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- d. Layanan Bimbingan Belajar adalah layanan yang memungkinkan siswa mengembankan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajar, serta berbagai aspek tujuan dan kegiatan belajar lainnya.
- e. Layanan Konseling Individual adalah layanan yang diberikan oleh konselor kepada siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendirian dapat menyesuaikan diri secara positif.
- f. Layanan Konseling Kelompok adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok siswa untuk memecahkan bersama masalah-masalah yang menghambat perkembangan siswa.⁹
- g. Layanan Konseling Kelompok adalah layanan yang diberikan secara berkelompok dengan tujuan terselesaikannya masalah-masalah yang dialami individu.
- h. Layanan Konsultasi adalah layanan yang membantu individu dalam memperoleh wawasan, dan pemahaman dari cara yang diperlukan untuk menangani masalah pihak ketiga.
- i. Layanan Mediasi adalah layanan yang dilaksanakan konselor terhadap dua pihak atau lebih yang sedang dalam ketidakcocokan.¹⁰

b. Tujuan Layanan Konseling Individual

Tujuan layanan konseling individual adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling individual bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami klien.¹¹ Selain itu ada juga tujuan umum dan tujuan khusus layanan konseling individual:

⁹Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm.32-35

¹⁰Endang Ertiati Suherti, *Bagaimana Konselor Bersikap*, (Yogyakarta:Pustaka Belajar, 2012), hlm. 21-22

¹¹Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), hlm. 165

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a) Tujuan Umum

Tujuan umum layanan konseling individual adalah terentaskannya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai: (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) suatu yang ingin dihilangkan, (c) sesuatu dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud atau meniadakan keberadaan sesuatu yang dimaksud dan atau mengurangi insentitas hambatan, dan atau kerugian yang ditimbulkan oleh sesuatu yang dimaksudkan itu.

Tujuan umum dari konseling individual adalah pengentasan masalah klien dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan, dalam layanan ini.

b) Tujuan Khusus

Dalam kerangka tujuan umum itu, tujuan khusus layanan konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dapat dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling yang secara menyeluruh diembannya. Pertama melalui layanan konseling individual klien memahami seluk-beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman). Kedua pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan).Ketiga, pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dari berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latarbelakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dicapai (fungsi pengembangan/pemeliharaan). Keempat, pengembangan dan pemeliharaan dan potensi unsur-unsur positif yang ada pada diri klien, diperkuat dari terentaskannya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami itu, serta (diharapkan) tercegah pada masalah-masalah baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan). Kelima, apabila masalah yang dialami klien menyangkut dilarangnya hak-hak klien sehingga klien teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi).

Gabungan capaian tujuan umum dan tujuan khusus yang diraih melalui layanan konseling individual memperlihatkan betapa layanan konseling individual dapat disebut sebagai “jantung hatinya” seluruh pelayanan konseling.¹²

c. Pelaksanaan Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap

¹²*Ibid*, hlm. 4-6

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Adapun pelaksanaan konseling individual dilakukan dalam beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap awal
 - a) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien
 - b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah
 - c) Menegosiasikan kontrak
2. Tahap kerja (inti)
 - a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam
 - b) Konselor melakukan *reassessment* (penilaian kembali)
 - c) Menjaga agar hubungan konseling terpelihara
3. Tahap akhir
 - a) Konselor dan klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling
 - b) Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling
 - c) Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling
 - d) Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya¹³

d. Komponen Layanan Konseling Individual**1) Konselor**

Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling, yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk

¹³ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 90

melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Dalam layanan konseling individual konselor menjadi aktor yang secara aktif mengembangkan proses konseling melalui dioperasionalkannya pendekatan, teknik dan asas-asas konseling terhadap klien.

2) Klien

Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin disampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban, *uneg-uneg*, atau mengalami suatu kekurangan yang ia ingin isi, atau dalam sesuatu kekurangan yang dan/atau perlu dikembangkan pada dirinya, semuanya itu agar ia mendapatkan suasana pikiran dan/atau perasaan yang lebih ringan, memperoleh nilai tambah, hidup lebih berarti, dalam hal-hal positif lainnya dalam menjalani hidup sehari-hari dalam rangka kehidupan dirinya secara menyeluruh.¹⁴

e. Asas-asas Layanan Konseling Individual

1) Etika dasar konseling

Dasar etika yang dikemukakan Munro, Manthei, Small, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan yang diambil oleh klien sendiri, mendasari seluruh kegiatan layanan konseling individual.²⁶

¹⁴*Ibid*, hlm.6-7

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Asas kekinian dan keahlian

Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu dengan klien. Dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan dalam layanan dijalankan.

3) Asas kenormatifan dan keahlian

Segenap aspek teknis dan isi layanan konseling individual adalah normatif, tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku.¹⁵

f. Pendekatan dan Teknis

Dalam layanan konseling individual pada pada umumnya digunakan pendekatan elektik yang mensinergikan unsur pendekatan direkrif nondirektif, humanistik-behavioristik, kognitif-emosional-afektif, melalui penerapan berbagai teknik dalam apektrum yang luas, sesuai dengan konten permasalahan yang dibahas.¹⁶

Banyak teknik yang digunakan dalam konseling individual yaitu, menghampiri klien (attending), empati, refleksi, eksplorasi, menangkap pesan utama, bertanya untuk membuka percakapan, bertanya tertutup, dorongan minimal, interpretasi, mengarahkan, memimpin, memfokus, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan,

¹⁵*Ibid*, hlm.10-13

¹⁶*Ibid*, hlm.14

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diam, mengambil inisiatif, memberi nasehat, memberi informasi, merencanakan, dan menyimpulkan.

g. Waktu dan Tempat

Layanan konseling individual hekekatnya dapat dilaksanakan kapan saja dan dimana saja, atas kesepakatan konselor-klien, dengan memperhatikan:

- a. Kenyaman klien
- b. Terjaminnya asas kerahasiaan¹⁷
- c. Isi layanan konseling individual

Masalah-masalah isi layanan konseling individual mencakup:

- a. Masalah-masalah yang berkenaan dengan bidang pengembangan pribadi
- b. Bidang pengembangan sosial
- c. Bidang pengembangan pendidikan atau kegiatan belajar
- d. Bidang pengembangan karier
- e. Bidang pengembangan kehidupan keluarga
- f. Bidang pengembangan kehidupan beragama¹⁸
- g. Proses layanan konseling individual

Secara menyeluruh dan umum, proses konseling individual dari kegiatan paling awal sampai kegiatan akhir, tergantung dalam lima tahap, yaitu:

¹⁷*Ibid*, hlm.28

¹⁸Tohirin, *Op.Cit*, hlm. 165

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengantaran

Proses pengantaran klien memasuki kegiatan konseling dengan segenap pengertian, tujuan, dan prinsip dasar yang menyertainya. Proses pengamatan ini ditempuh melalui kegiatan penerimaan yang bersuasana hangat, permisif, tidak menyalahkan, penuh pemahaman, dan penstrukturan yang jelas. Apabila proses awal ini efektif, klien akan termotivasi untuk menjalani proses konseling selanjutnya dengan hasil yang lebih menjanjikan.

b. Penjajakan

Proses penjajakan dapat diibaratkan sebagai membuka dan memasuki ruang sumpek atau hutan belantara yang berisi hal-hal yang bersangkutan paut dengan permasalahan dan perkembangan klien. Sasaran penjajakan adalah hal-hal yang dikemukakan klien dan hal-hal lain yang perlu dipahami tentang diri klien. Seluruh sasaran penjajakan ini adalah berbagai hal yang selama ini terpendam, tersalah artikan atau terhambat perkembangannya pada diri klien.

c. Penafsiran

Apa yang terungkap melalui penjajakan merupakan berbagai hal yang perlu diartikan atau dimaknai keterkaitannya dengan masalah klien. Hasil proses penafsiran ini pada umumnya adalah aspek-aspek realita dan harapan klien dengan berbagai

variasi dinamika psikisnya. Dalam rangka penafsiran ini, upaya diagnosis dan prognosis, dapat memberikan manfaat yang berarti.

d. Pembinaan

Proses pembinaan ini secara langsung mengacu kepada pengentasan masalah dan pengembangan diri klien. Dalam tahap ini disepakati strategi dan intervensi yang dapat memudahkan terjadinya perubahan. Sasaran dan strategi terutama ditentukan oleh sifat masalah, gaya dan teori yang dianut konselor, serta keinginan klien. Dalam langkah ini konselor dan klien mendiskusikan alternatif pengentasan masalah dengan berbagai konsekuensinya, serta menetapkan rencana tindakannya.

e. Penilaian

Upaya penilaian melalui konseling diharapkan menghasilkan terentaskannya masalah klien. Ada tiga jenis penilaian yang perlu dilakukan dalam konseling individual, yaitu penilaian segera, penilaian jangka pendek, dan penilaian jangka panjang.¹⁹

2. Kepercayaan Diri

a. Pengertian

Rasa percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membantunya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di

¹⁹ Prayitno, *Layanan Kopnseling Perorangan*, (Padang, 2004), hlm.10

berbagai hidupnya. Seseorang yang memiliki kepercayaan akan optimis di dalam melaksanakan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistis.²⁰

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting bagi seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri seseorang akan menimbulkan. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok.²¹

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat disimpulkan bahwa rasa kurang percaya diri adalah ketidakpercayaan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya seperti tidak percaya dengan kemampuan yang dimiliki, cara pandang yang negatif dan keyakinan tersebut membuat merasa tidak bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Menurut Lauster mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang

²⁰ Thursan Hakim, *Log. Cit.*

²¹ M. Nur Ghufon & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 33

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Lauster menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik.

Kumara menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Hal ini senada dengan pendapat Alfiatin dan andayani yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan.²²

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistic.

Kurang percaya diri membuat siswa sulit berinteraksi, Charles H. Cooley lebih menekankan peranan dalam interaksi dalam teorinya. Menurut Cooley, konsep diri (*Self consept*), seseorang berkembang melalui interaksi dengan orang lain.²³ Apabila individu tidak bisa mengoptimalkan proses interaksinya, maka individu akan sulit berkembang menjadi suatu pribadi atau makhluk sosial. Untuk mencapai perkembangan menjadi pribadi sosial yang optimal perlu

²² *Ibid*, hlm. 34

²³ Zaitun, *Sosiologi Pendidikan*, (Pekanbaru:Mahkota Riau, 2012), hlm.96

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

adanya percaya diri, namun pada saat ini banyak diantara individu yang tidak memiliki kepercayaan diri, terutama dikalangan siswa di sekolah, siswa di sekolah kebanyakan tidak percaya diri mereka sehingga siswa sulit untuk berinteraksi dan bersosialisasi baik di lingkungan sekolah dan masyarakat.

b. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster, orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah orang yang memiliki aspek kepribadian sebagai berikut:

- 1) Keyakinan kemampuan diri
- 2) Optimis
- 3) Objektif
- 4) Bertanggung jawab
- 5) Rasional dan realistik.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Individu

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ialah sebagai berikut:

- 1) Konsep diri

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Harga diri

Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri seseorang. Santoso berpendapat bahwa tingkatan harga seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

3) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.²⁴

d. Cara menumbuhkan rasa percaya diri

Menurut Fatimah untuk dapat menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional, individu tersebut harus memulai dari diri sendiri. Adapun cara yang digunakan adalah:

²⁴ *Ibid*, hlm 37-38

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Evaluasi Diri Secara Objektif

Individu harus belajar untuk menerima diri secara objektif dan jujur. Membuat daftar potensi yang ada dalam diri baik yang telah diraih ataupun belum. Kenali apa yang menjadi penyebab terhalangnya kemunculan potensi yang ada dalam diri.

2. Memberi penghargaan yang jujur terhadap diri

Menyadari dan menghargai sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang dimiliki.

3. *Positif Thinking*

Mencoba untuk melawan setiap asumsi, prasangka atau persepsi negatif yang muncul dalam benak, dan tidak membiarkan pikiran negatif berlarut-larut.

4. Gunakan *Sel Affirmation*

Menggunakan *sel affirmation* memerangi *negatif thinking*, contohnya: “Saya pasti bisa!”

5. Berani Mengambil Resiko

Setelah memahami secara objektif, maka akan dapat memprediksi resiko setiap tantangan yang dihadapi, sehingga tidak perlu menghindari melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah, atau mengatasi resiko.

6. Belajar Mensyukuri dan Menikmati Rahmat Tuhan

Individu tersebut harus dapat melihat dirinya secara positif.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7. Melakukan Tujuan yang Relistik

Mengevaluasi segala tujuan yang telah ditetapkan, apakah tujuan tersebut realistik atau tidak. Tujuan yang realistik akan memudahkan dalam pencapaian tujuan.²⁵

3. Efektifitas layanan konseling individual dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa

Efektifitas suatu program dapat dilihat dari sudut berfungsi atau tidaknya ketentuan dan aturan yang telah dibuat dalam rangka menjaga keberlangsungan pelaksanaan program bimbingan konseling. Aspek ini mencakup aturan-aturan, baik yang berhubungan dengan konselor, jika ketentuan ini dilaksanakan berarti ketentuan telah berlaku secara efektif.

Menurut kamus lengkap Bahasa Indonesia berarti ada efeknya atau dapat membawa hasil.²⁶ Jadi efektifitas adalah keadaan yang menunjukkan sejauh mana yang direncanakan dapat terlaksana dan tercapai atau dapat membawa hasil.

Percaya diri merupakan hal yang sangat mendasar yang harus dimiliki setiap siswa. Siswa yang percaya diri akan mendorong lebih baik dalam bersikap dan bersosialisasi di lingkungan yang ia tinggal, baik lingkungan keluarga, masyarakat maupun lingkungan sekolah. Tanpa percaya pada diri sendiri akan mustahil apabila tugas yang diselesaikannya akan berhasil dengan baik. Orang yang kurang percaya diri akan selalu bergantung kepada orang lain, karena ia tidak yakin

²⁵ Pdf, Herni Rosita, *Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*, di Akses Tgl 07 Juli 2017, Pukul: 14.15 Wib

²⁶Hoetomo, *Log.Cit.*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan kemampuan yang dimilikinya. Sebab pekerjaan yang ringan sekalipun akan menjadi berat apabila tidak percaya pada diri sendiri. Pada dasarnya tujuan konseling individual adalah untuk pengarahan dirinya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, karir, pribadi dan sosial. Percaya diri yang rendah masuk ke dalam bidang pribadi. Sehingga melalui konseling individual siswa dapat lebih percaya diri dan lebih baik lagi kedepannya.²⁷

Efektifitas layanan bimbingan dan konseling dinyatakan berhasil jika sasaran bimbingan dan konseling atau bertindak sesuai dengan apa yang diharapkan dan adanya perubahan dari apa yang diketahui, dipahami, serta sikap dan kecenderungan dari tindakan klien setelah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling dari konselor.²⁸

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan digunakan sebagai perbandingan untuk menghindari manipulasi terhadap sebuah karya ilmiah yang menguatkan bahwa penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum pernah dilakukan diantaranya sebagai berikut:

1. Rina Rahmita mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau pada tahun 2015 meneliti dengan judul “Efektifitas Layanan Konseling Individual Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Di

²⁷ Rico Asfahy, Jurnal: *Efektifitas Konseling Individual Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Dengan Menggunakan Client Centered Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Lampung*, 2016, hlm. 34

²⁸ Listiana Indrawati, Jurnal: *Efektifitas Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam di SMA Muhammadiyah I Yogyakarta*, 2010. hlm. 16

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sekolah Menengah Pertama 01 Kecamatan Kepenuhan Kabupaten Rokan Hulu”.

Penelitian yang dilakukan Rina Rahmita tersebut disatu sisi sama dengan penelitian ini, tapi pada sisi lain berbeda. Persamaanya sama-sama meneliti tentang efektifitas layanan konseling individual, Sedangkan perbedaannya penulis meneliti tentang mengikuti efektifitas layanan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa.

2. Reza sartika mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau pada tahun 2013 meneliti dengan judul “Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Setelah Mengikuti Layanan Konseling Individual Di Madrasah Aliyah Negeri Kuok Kampar”.

Penelitian yang dilakukan Reza sartika tersebut di satu sisi sama dengan penelitian ini. Persamaannya sama-sama meneliti tentang kepercayaan diri siswa, namun perbedaannya penulis meneliti tentang efektifitas layanan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa.

3. Elis Ivo Purnamasari mahasiswa fakultas Dakwah pada tahun 2014 meneliti tentang “Efektifitas Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Remaja Pada Kasus Pembunuhan Di Lembaga Pemasarakatan Anak Kelas IIB Pekanbaru”.

Jika dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Elis Ivo Purnamasari tersebut maka sangat berbeda dengan penelitian yang penulis lakukan. Dimana penulis memfokuskan penelitian kepada layanan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

konseling individual, sedangkan Elis Ivo Purnamasari menggunakan seluruh layanan bimbingan dan konseling untuk penelitiannya.

C. Konsep Operasional

Konsep operasional ini merupakan alat yang digunakan untuk memberi alasan batasan terhadap konsep teoritis, selain itu juga untuk menentukan ukuran-ukuran secara spesifik dan teratur, agar mudah dipahami dan untuk menghindari kesalahpahaman terhadap penulis, konsep-konsep perlu dioperasionalkan agar mudah dan terarah.

Adapun kajian ini berkenaan dengan efektifitas layanan konseling individual dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa adalah sebagai berikut:

1. Indikator pelaksanaan layanan konseling individual:
 - a. Tahap awal
 - 1). Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien
 - 2). Memperjelas dan mendefinisikan masalah
 - 3). Menegosiasikan kontrak
 - b. Tahap kerja (inti)
 - 1). Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam
 - 2). Konselor melakukan *reassessment* (penilaian kembali)
 - 3). Menjaga agar hubungan konseling terpelihara
 - c. Tahap akhir
 - 1). Konselor dan klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 2). Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling
- 3). Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling
- 4). Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya

2. Indikator rasa percaya diri siswa

Adapun indikator adanya siswa yang percaya diri adalah sebagai berikut:

- a. Siswa dapat mengevaluasi diri secara objektif.
- b. Siswa mampu memberi penghargaan yang jujur terhadap diri.
- c. Positive thinking.
- d. Gunakan *Self-affirmation*.
- e. Siswa berani mengambil resiko.