



Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa melalui Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Berbasis *Outbound*

Saut Simanjuntak *

Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Percut Sei Tuan, Deli Serdang, Indonesia

Diterima Pebruari 2017; Disetujui April 2017; Dipublikasikan Juni 2017

Abstrak

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam 2 siklus, dalam satu kali pertemuan. Bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan pribadi sosial berbasis outbound pada siswa kelas VII SMP N 2 Percut Sei Tuan, Tahun ajaran 2016/2017. Responden berjumlah 27 siswa, terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan. Data penelitian diperoleh melalui skala kepercayaan diri dan didukung oleh hasil observasi selama kegiatan bimbingan pribadi sosial berlangsung, hasil wawancara, dan dokumentasi. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan pre-test dan post-test, dimana terdapat peningkatan skor item dan skor subjek pada setiap siklusnya. Hasil rata-rata skor subjek pada pra siklus adalah 99,54, meningkat menjadi 124,52 pada siklus I. Pada siklus II rata-rata skor subjek meningkat menjadi 139,50. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri secara signifikan setelah mengikuti layanan bimbingan pribadi sosial berbasis outbound.

Kata kunci: Kepercayaan Diri; Bimbingan Pribadi Sosial; *Outbound*.

Abstract

This study is a Research Guidance and Counseling (PTBK) conducted in 2 cycles, in a single meeting. Aims to find out how much improvement in students' self-confidence through outbound social-based personal guidance services on grade VII students SMP N 2 Percut Sei Tuan, Academic Year 2016/2017. Respondents numbered 27 students, consisting of 14 male students and 13 female students. The research data is obtained through the scale of self-confidence and supported by the observation results during social advocacy activities take place, interviews, and documentation. The result of the analysis shows the difference of pre-test and post-test, where there is an increase of item score and subject score in each cycle. The average score of the subjects on the pre cycle was 99.54, increasing to 124.52 in cycle I. In cycle II the average subject score increased to 139.50. Hypothesis test results show that H_0 is rejected. This suggests that there is a significant increase in confidence after following outbound social-based personal counseling services.

Keywords: *Self Confidence; Personal Social Guidance; Outbound.*

How to Cite: Simanjuntak, S., (2017), Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa melalui Layanan Bimbingan Pribadi Sosial Berbasis *Outbound*, *Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9 (1): 90-98.

*Corresponding author:
E-mail: sautsimanjuntak17@gmail.com

PENDAHULUAN

Masa SMP adalah masa dimana seseorang berusia 12 sampai 15 tahun, secara umum termasuk dalam kategori remaja. Pada masa remaja, terjadi peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Dalam masa peralihan ini sebagian besar remaja masih labil dalam menentukan keputusan, mencari identitas diri, dan mencoba mengaktualisasikan dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam usia tersebut, remaja mempunyai tugas perkembangan yang sangat menuntut perubahan besar dalam bersikap dan berperilaku. Kepercayaan diri pada remaja, terbentuk karena adanya pengaruh dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat. Ketiga faktor itu sangat mempengaruhi dalam pembentukan kepercayaan diri remaja. Sebagai contoh, kalau keluarga terlalu *over protektif* mengatur apa-apa yang harus dilakukan si anak, anak boleh ini dan tidak boleh itu, menganggap anak belum bisa berbuat apa-apa tanpa arahan keluarga, maka akan terbentuk kepercayaan diri yang rendah, sehingga anak merasa dirinya tidak bisa berbuat apa-apa. Berbeda bila dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya, anak selalu diberikan kesempatan untuk mengembangkan potensi-potensinya, maka kepercayaan diri pada anak akan tumbuh. Selain lingkungan keluarga, lingkungan sekolah sangat mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri remaja, karena di lingkungan sekolah para remaja berinteraksi, baik dengan teman sebaya maupun dengan guru. Realitasnya, disekolah tidak setiap siswa mempunyai kepercayaan diri yang cukup. Masih banyak siswa yang mengalami kurang percaya diri, sehingga sangat berpengaruh pada perkembangan siswa itu sendiri, seperti di SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan khususnya

kelas VII-1 . Siswa di SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan khususnya kelas VII-1 banyak yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, hal ini ditunjukkan dengan adanya perilaku siswa yang bila disuruh maju kedepan tidak mau dan hanya diam saja, tidak ada siswa yang berani bertanya kepada guru pada saat guru memberikan materi pembelajaran, mempunyai rasa malu, minder, takut. Kepercayaan diri yang rendah dalam hal akademik menyebabkan anak merasa malu dan takut bertanya pada guru, sehingga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Untuk mengatasi siswa yang kurang percaya diri diperlukan pendampingan khusus, dalam bentuk layanan bimbingan pribadi sosial, yang dimaksudkan agar siswa dapat menghadapi masalahnya, dan mengelola diri sendiri, serta menjalin hubungan yang baik dengan sesamanya, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah maupun lingkungan masyarakat. Pemberian layanan bimbingan pribadi sosial harus menggunakan cara yang menarik sehingga membuat siswa senang dalam mengikuti bimbingan, salah satunya dengan menggunakan kegiatan *outbound*.

Kepercayaan diri (*self confidence*) adalah salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam diri seseorang. Maksudnya, dengan memiliki rasa percaya diri, di satu sisi seseorang sangat percaya pada potensi yang ada dalam dirinya dan berkeyakinan akan mampu mengaktualisasikan segala potensi yang ada dalam dirinya tersebut, di sisi lain ia akan sangat menyadari keterbatasan dan kelemahannya sebagai manusia, sehingga mungkin saja melakukan berbagai kesalahan dan kekhilafan, tetapi akan selalu berjuang mengoreksinya agar semakin lebih baik. Individu menjadi pribadi yang percaya diri atau tidak, sangat

tergantungan dari individu tersebut. Individu yang memiliki rasa percaya diri memiliki kemampuan untuk menjawab tantangan yang ada di lingkungannya. Ketika individu berhasil mengatasi permasalahannya sangat mungkin dia akan percaya diri, tetapi sebaliknya kegagalan dalam menyelesaikan permasalahannya akan membuatnya tidak percaya diri (Iswidharmanjaya, 2004 dalam Rini, 2010).

Bimbingan pribadi sosial adalah bimbingan yang diberikan kepada pribadi atau individu agar mereka mengenal dirinya, mengenal permasalahannya, dan dapat memecahkan masalah-masalah pribadi sosial, sehingga terjadi perubahan sikap, perilaku individu tersebut. Melalui layanan bimbingan pribadi sosial para remaja dibantu untuk menyelesaikan permasalahannya yang berkaitan dengan masalah pribadi sosialnya. Sehingga pada usia remaja, perlu adanya penanganan sejak dini, sehingga dapat melakukan pencegahan dan perbaikan agar permasalahan tersebut dapat diselesaikan. Dalam hal ini yang sangat berperan aktif adalah guru, karena sebagian besar waktu para siswa dihabiskan di sekolah. Maka dari itu guru memberikan layanan bimbingan pribadi sosial untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Kalau dilakukan secara klasikal sering kurang efektif karena siswa merasa bosan dan jenuh. Oleh karena itu, melalui penelitian ini mencoba pendekatan lain yang diharapkan dapat lebih menarik yaitu berbasis *outbound*. Tujuannya, dengan penerapan *outbound* diharapkan siswa lebih bersemangat dalam mengikuti layanan bimbingan pribadi sosial, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertempat di SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan pada siswa kelas VII-1 dan dilaksanakan semester genap tahun ajaran 2016/2017. Terdiri atas 27 siswa (14 laki-laki dan 13 perempuan). Langkah yang ditempuh oleh peneliti dalam pengadaan instrumen antara lain: Skala / angket, lembar observasi, Wawancara, Studi Dokumen.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah: (1) reduksi data, yaitu proses menyederhanakan data dengan melakukan seleksi, pemfokusan, dan pengabstraksian data mentah menjadi informasi yang bermakna, (2) paparan data, yaitu menampilkan data secara lebih sederhana dalam bentuk paparan naratif dan tabular, (3) penyimpulan data, yaitu mengambil intisari dari sajian data yang telah terorganisir dalam bentuk pernyataan kalimat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berupa data skala kepercayaan diri, observasi, dan wawancara. Berikut adalah hasil skor item kepercayaan diri, skor kepercayaan diri, beserta tabel kategorisasi.

Tabel 1. Kategorisasi Skor Item Kepercayaan diri pada Siklus I

Kategori	Jumlah item	Presentase
$X \leq 70,2$ Sangat Rendah	0	0
$70,2 < X \leq 113,4$ Rendah	0	0
$113,4 < X \leq 156,6$ Sedang	2	$\frac{2}{20} \times 100 = 10\%$
$156,6 < X \leq 199,8$ Tinggi	15	$\frac{15}{20} \times 100 = 75\%$
$199,8 < X$	3	$\frac{3}{20} \times 100 =$

Sangat Tinggi	15%
---------------	-----

Dari data table di atas diperoleh hasil bahwa, tidak ada item yang menunjukkan kategori sangat rendah, rendah. Namun yang muncul adalah kategori sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Item pada kategori sedang sebanyak 2 item dengan presentase 10%, tinggi sebanyak 15 item dengan persentase 75%. Item pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 item dengan persentase 15%..

Tabel 2. Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri Subyek pada tindakan Siklus I

Kategori	Jumlah Subyek	Presentase
X < 52 Sangat rendah	0	0
52 < X ≤ 84 Rendah	0	0
84 < X ≤ 116 Sedang	9	$\frac{9}{27} \times 100 = 33,3\%$
116 < X ≤ 148 Tinggi	13	$\frac{13}{27} \times 100 = 48,1\%$
148 < X Sangat tinggi	5	$\frac{5}{27} \times 100 = 18,5\%$

Dari data tabel di atas diketahui bahwa pada siklus I terdapat 9 orang siswa dengan presentase 33,3% yang kepercayaan dirinya sedang, ada 13 orang siswa dengan presentase 48.1% yang percaya diri, ada 5 orang siswa dengan presentase 18.5% yang sangat percaya diri. Tidak ada siswa yang tidak percaya diri atau sangat tidak percaya diri. Hal ini menunjukkan setelah diberi layanan bimbingan pribadi sosial ada peningkatan kepercayaan diri siswa

Berikut adalah hasil skor item kepercayaan diri dan skor kepercayaan diri subjek beserta kategorinya pada Siklus 2.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Item Kepercayaan Diri pada Siklus II

Kategori	Jumlah Item	Persentase
X < 81 Sangat Rendah	0	0
81 ≤ X < 117 Rendah	0	0
117 ≤ X < 153 Sedang	0	0
153 ≤ X < 189 Tinggi	10	$\frac{10}{20} \times 100 = 50\%$
189 < X Sangat Tinggi	10	$\frac{10}{20} \times 100 = 50\%$

Dari tabel di atas memperlihatkan bahwa pada siklus II skor item berada pada kategori tinggi sebanyak 10 item 50% persentase dan sangat tinggi sebanyak 10 item 50% persentase. Berdasarkan rekapitulasi data skor item menunjukkan bahwa skor item pada siklus II lebih baik dibandingkan dengan skor item pada siklus I.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Subyek Siklus II

Kategori	Jumlah Subyek	Presentase
X ≤ 60 Sangat rendah	0	0
60 ≤ X ≤ 86,7 Rendah	0	0
86,7 ≤ X ≤ 113,3 Sedang	0	0
113,3 ≤ X ≤ 140 Tinggi	11	$\frac{11}{27} \times 100 = 40,7\%$
140 ≤ X Sangat tinggi	16	$\frac{16}{27} \times 100 = 59,3\%$

Hasil di atas memperlihatkan bahwa pada siklus II ini terdapat 11 orang siswa 40,7% yang masuk dalam kategori tinggi

dan 16 orang siswa 59,3% yang masuk dalam kategori sangat tinggi. Tidak ada yang masuk dalam kategori sangat rendah, dan dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan setelah diberi layanan bimbingan pribadi sosial berbasis *outbound* pada siklus II terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa. Kalau pada siklus I masih ada 33,3% yang kepercayaan dirinya masuk kategori sedang sekarang sudah tidak ada lagi. Kepercayaan diri untuk kategori tinggi berkurang dari 48,1% menjadi 40,7%, sedangkan untuk kategori sangat tinggi meningkat dari 18,5% menjadi 59,3%.

Tabel 5. Rekapitulasi Data Kategori Skor Kepercayaan Diri Subjek

No	Siklus	Kategori									
		Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi	
		Jmlh Anak	%	Jmlh Anak	%	Jmlh Anak	%	Jmlh Anak	%		
1	Pra Siklus I	2	9,5	1	4,76	9	19,04	7	33,3	7	33,3
2	Siklus I	0	0	0	0	9	33,3	13	48,1	5	18,5
3	Siklus II	0	0	0	0	0	0	11	40,7	16	59,3

Tabel 6. Hasil Observasi pada Tahap Siklus I

	Perilaku	Jumlah Siswa
1.	Optimis	10 Siswa
2.	Berani bertanya	10 Siswa
3.	Bertanggung jawab	17 Siswa
4.	Mendengarkan	19 Siswa
5.	Berani menjawab pertanyaan	10 Siswa
6.	Berani maju ke depan	10 Siswa
7.	Gembira	15 Siswa
8.	Bersikap tenang	9 Siswa
9.	Pendiam	8 Siswa

10.	Takut maju ke depan	8 Siswa
11.	Melamun	2 Siswa
12.	Berbicara gugup didepan teman-teman	5 Siswa
13.	Menyendiri	1 Siswa
14.	Mudah tersinggung	3 Siswa
15.	Pesismis	9 Siswa
16.	Malu	10 Siswa

Wawancara dilakukan oleh peneliti setelah pelaksanaan kegiatan bimbingan selesai. Wawancara ini dilakukan oleh peneliti berdasarkan hasil observasi siswa yang masih terlihat tidak percaya diri. Berikut adalah hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa siswa: 1) Siswa dengan kegiatan ini, karena bisa sambil bermain bersama diluar kelas dan tidak membosankan, 2) Siswa dalam *outbound* tadi harus mempunyai keberanian dan lebih percaya diri dalam melewatinya; 3) Siswa merasa mempunyai keberanian dan percaya diri setelah diberikan bimbingan dan melakukan *outbound*.

Hasil observasi pada siklus II terlihat bahwa siswa yang percaya diri semakin meningkat. Terlihat pada lembar observasi, siswa yang tidak percaya diri hanya beberapa siswa, hal ini nampak dari perilaku malu menjawab, berbicara gugup di depan kelas. Pada siklus ini lebih terlihat siswa yang percaya diri, hal ini ditunjukkan dari perilaku siswa saat mengikuti bimbingan seperti berani berbicara, bertanya, berani maju ke depan, dan berani mengacungkan jari.

Pada siklus II siswa terlihat lebih bersemangat dan antusias dalam mengikuti *outbound* yang sudah disediakan. Hasil observasi selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.16. Hasil Observasi pada Tindakan Siklus II

No	Perilaku	Jumlah
1.	Optimis	20 Siswa
2.	Berani bertanya	15 Siswa
3.	Bertanggung jawab	20 Siswa
4.	Mendengarkan	25 Siswa
5.	Berani menjawab pertanyaan	15 Siswa
6.	Berani maju ke depan	15 Siswa
7.	Gembira	24 Siswa
8.	Bersikap tenang	12 Siswa
9.	Pendiam	2 Siswa
10.	Takut maju ke depan	5 Siswa
11.	Melamun	1 Siswa
12.	Berbicara gugup di depan teman	7 Siswa
13.	Menyendiri	0 Siswa
14.	Mudah tersinggung	2 Siswa
15.	Pesimis	3 Siswa
16.	Malu	5 Siswa

Wawancara peneliti lakukan setelah kegiatan selesai. Peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa yang dari hasil observasi masih memiliki kepercayaan diri kurang. Mereka mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan hari ini membuat mereka lebih percaya diri, hal ini membuat peneliti senang karena tindakan yang diberikan bermanfaat bagi siswa.

Berikut adalah Kriteria keberhasilan dalam penelitian dilakukan perbaikan pada setiap siklusnya :

Tabel 4.17. Kriteria dan Target Keberhasilan

Indikator	Kriteria keberhasilan			
	Siklus I		Siklus II	
	Target	Capaian	Target	Capaian
a. Rata-rata kuisioner skor Subjek peningkatan kepercayaan diri siswa yang di atas >113,3	65%	66,7%	80%	100%
b. Peningkatan yang terjadi pada setiap Siklus	18	18	22	27

Di awal penelitian peneliti telah menetapkan bahwa layanan bimbingan ini berhasil bila skor subyek mencapai minimal kategori tinggi (skor subyek >113,3). Jadi dinilai berhasil bila skor subyek >113,3. Selanjutnya berdasarkan kriteria tersebut bimbingan klasikal dinilai berhasil bila pada siklus I 65% dari siswa mencapai skor tersebut atau 18 orang. Sedangkan untuk siklus II akan dinilai berhasil bila minimal 80% dari siswa atau 22 orang mencapai skor tersebut (>113,3). Dari siklus I yang berhasil mencapai skor tersebut 18 orang atau 66,7%, dengan demikian pencapaian sesuai dengan target. Dari siklus II yang berhasil mencapai skor tersebut 27 orang atau 100%, demikian pencapaian melampaui target (80%). Hal ini menunjukkan penelitian ini berhasil meningkatkan kepercayaan diri siswa sesuai dengan target bahkan melampaui target.

Data yang telah diperoleh dan diolah peneliti meliputi data kuantitatif dan kualitatif. Data-data tersebut telah diolah

pada tiap siklusnya, kemudian dievaluasi secara keseluruhan untuk perbaikan tiap siklusnya, serta untuk memberikan masukan bagi peneliti. Data kuantitatif yang diperoleh menunjukkan bahwa angka-angka yang didapatkan melalui skala kepercayaan diri mengalami peningkatan pada jumlah rata-rata tiap siklusnya, khususnya nilai rata-rata pada jumlah skor kepercayaan diri subjek. Kegiatan pra tindakan yang dilakukan oleh peneliti yaitu bimbingan tanpa menggunakan *outbound*, hanya menggunakan wawancara, observasi, dan pembagian skala kepercayaan diri. Wawancara peneliti lakukan kepada Kepala sekolah, dan guru BK.

Hasil yang diperoleh dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII-1 SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan mempunyai kepercayaan diri yang rendah. Hasil observasi pra tindakan di kelas VII-1 menunjukkan banyak siswa yang mengalami ciri-ciri ketidakpercayaan diri. Perilaku yang terlihat pada saat observasi yaitu banyak siswa yang hanya diam ketika ditanya oleh guru, takut maju ke depan ketika diminta oleh guru, melamun, berbicara gugup ketika di depan kelas, menyendiri.

Dari hasil perhitungan skala kepercayaan diri peneliti mendapatkan hasil rata-rata skor kepercayaan diri subjek adalah 99,54. Dari hasil wawancara, observasi, dan perhitungan skala kepercayaan diri peneliti menyimpulkan bahwa siswa VII-1 mempunyai kepercayaan diri yang rendah, sehingga peneliti mengadakan perbaikan pada siklus berikutnya. Pada siklus I peneliti memberikan layanan bimbingan pribadi sosial dengan topik "Percaya Diri". Peneliti memilih topik ini karena pada aspek

kemampuan pribadi yang berarti banyak siswa yang masih malu-malu dalam menjawab soal dan bertanya kepada guru, oleh karena itu peneliti memberikan topik tersebut dengan harapan siswa dapat percaya diri, sehingga bila menjawab soal tidak malu-malu lagi dan berani bertanya bila tidak tahu. Pada siklus I ini peneliti juga mengajak siswa untuk melakukan *outbound*.

Hasil yang didapat pada siklus I menunjukkan rata-rata skor tingkat kepercayaan diri subjek sebesar 124,52. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan pribadi sosial berbasis *outbound* pada siklus I mampu untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan. Hasil observasi yang peneliti dapatkan dari observer menunjukkan bahwa siswa lebih aktif dan percaya diri mengikuti kegiatan bimbingan. Perilaku aktif dalam hal ini yaitu siswa mampu bertanya, menjawab pertanyaan, dan berani maju ke depan. Hasil wawancara yang dapat disimpulkan bahwa siswa merasa senang dengan kegiatan bimbingan dan mereka merasa harus mempunyai keberanian atau percaya diri setelah melakukan *outbound*.

Pada siklus II peneliti memberikan layanan bimbingan pribadi sosial dengan topik "Komunikasi dan Kerjasama dalam Membangun Kepercayaan Diri". Peneliti memilih topik ini sebagai peneguhan pada siklus I. Bimbingan peneliti lakukan di luar kelas. Hasil pada siklus II menunjukkan rata-rata skor kepercayaan diri subjek sebesar 139,50. Hasil observasi dan wawancara, dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VII-1 mengalami peningkatan kepercayaan diri, hal ini berdasarkan hasil pengamatan yang dimana tidak ada lagi siswa yang menunjukkan perilaku tidak percaya diri, serta hasil wawancara siswa

mengaku lebih percaya diri setelah melakukan *outbound*. Berdasarkan hasil analisis di atas, memperlihatkan adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan. Hal ini berarti menunjukkan layanan bimbingan pribadi sosial memiliki pengaruh positif terhadap siswa yang kurang percaya diri dalam pembelajarannya. Dengan layanan bimbingan pribadi sosial sangat berpengaruh meningkatkan kepercayaan diri siswa yang dibimbing. Hal ini juga didukung oleh pandangan Winkel (2004) bahwa melalui bimbingan pribadi sosial individu yang diberikan bimbingan menjadi mampu menghadapi semua tugas perkembangan hidupnya secara sadar dan bebas, mewujudkan kesadaran dan kebebasan dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana, serta mengambil beraneka tindakan penyesuaian diri secara memadai. Untuk itu diperlukan kepercayaan diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, peneliti menyimpulkan bahwa 1) Kepercayaan diri siswa kelas VII-1 SMP N 4 Percut Sei Tuan dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan pribadi sosial berbasis *outbound*. 2) Terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa yang signifikan. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata skor subjek pada setiap siklusnya. Pada pra tindakan rata-rata skor subjek sebesar 99,54. Pada siklus I rata-rata skor subjek sebesar 124,52. Pada siklus II meningkat menjadi 139,50. 3) Berdasarkan uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa kelas VII-1 SMP N 2 Percut Sei Tuan dapat ditingkatkan secara signifikan melalui layanan bimbingan pribadi sosial berbasis *outbound*.

DAFTAR PUSTAKA

Angelis, d.B 2003. *Self Confidence: Pecaya Diri Sumber Kesuksesan dan kemandirian*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar, S. 2003. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: PustakaPelajar.
- Rahmat, D dan Aip Badrujaman. 2011. *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Ghufron, M.N dan Rini Risnawatis. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunawan, Y. 1992. *Pengantar Bimbingan dan Konseling: Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: APTIK dan Gramedia Pustaka Utama.
- Hakim, T .2005. *Mengatasi Rasa Tidak Pecaya diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Herbert, A.,S, K., Robin, M., & Ortrun, Z.-S. 2002. *The Concept of Action Research*. The

- Learning Organization. New Jersey: Prentice-Hall Inc. Englewood Cliffs.
- Hurlock, E. E. 2005. *Perkembangan Anak* jilid 1 dan 2. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Lie, A. 2006. *101 Cara Menumbuhkan Kepercayaan Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo..
- Lusi, S.S. 2010. *The Real You is The Real Success: Panduan Menjadi diri Sendiri dan menemukan Potensi Autentik untuk Meraih Tujuan Tertinggi Anda..* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Moleong, L.J. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.