Lampiran 1

**ANGKET TRY OUT KEPERCAYAAN DIRI**

Nama               :

Kelas               :

Sekolah           :

**Petunjuk pengisian angket:**

Berilah tanda cek (√) pada salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda untuk setiap pernyataan berikut ini!

**Keterangan:**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Setuju

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
| 1 | Saya berani menghadapi permasalahan yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 2 | Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang saya alami |  |  |  |  |
| 3 | Sayatidak mampu menyelesaikan permasalahan yang saya alami |  |  |  |  |
| 4 | Saya tidak berani menghadapi permasalahan yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 5 | Jika mengerjakan PR saya yakin bisa mengerjakannya |  |  |  |  |
| 6 | Jika saya diberi pertanyaan oleh guru saya yakin bisa menjawabnyaJika mengerjakan |  |  |  |  |
| 7 | Jika mengerjakan PR saya tidak yakin bisa mengerjakannya |  |  |  |  |
| 8 | Jika saya diberi pertanyaan oleh guru saya tidak yakin bisa menjawabnya |  |  |  |  |
| 9 | Jika peralatan belajar habis saya akan membelinya dengan uang jajan |  |  |  |  |
| 10 | Jika ada materi yang sulit dipahami saya akan mencari tau dibuku dan diinternet |  |  |  |  |
| 11 | Jika peralatan belajar habis saya akan meminta uang kepada orang tua |  |  |  |  |
| 12 | Jika ada materi yang sulit dipahami saya akan diam saja |  |  |  |  |
| 13 | Jika ada teman yang bertengkar saya akan melerainya |  |  |  |  |
| 14 | Jika guru tidak datang, saya akan mengajak teman belajar bersama agar tidak ricuhJika ada teman yang bertengkar saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 15 | Jika ada teman yang bertengkar saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 16 | Jika guru tidak datang, saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 17 | Saya akan mengungkapkan pendapat jika didalam suatu kelompok |  |  |  |  |
| 18 | Saya akan mengungkapkan pendapat, jika pernyataan kelompok lain tidak sesuai dengan yang saya ketahui |  |  |  |  |
| 19 | Saya akan berdiam saja jika didalam suatu kelompok |  |  |  |  |
| 20 | Saya akan diam saja, jika pernyataan kelompok lain tidak sesuai dengan yang saya ketahui |  |  |  |  |
| 21 | Saya berani berargumen didalam sebuah kompetisi |  |  |  |  |
| 22 | Saya memberikan masukan pada saat rapat organisasi |  |  |  |  |
| 23 | Saya tidak berani berargumen didalam sebuah kompetisi |  |  |  |  |
| 24 | Saya tidak memberikan masukan pada saat rapat organisasi |  |  |  |  |
| 25 | Saya menjawab pertanyaan guru sesuai dengan kemampuan saya |  |  |  |  |
| 26 | Saya berani berpidato bahasa inggris setelah berlatih |  |  |  |  |
| 27 | Jika saya disuruh tampil didepan kelas saya tidak mau |  |  |  |  |
| 28 | Jika saya dipilih menjadi ketua kelas saya tidak mau |  |  |  |  |
| 29 | Jika ada orang yang baru saya kenal saya akan menegur dan menyapa nya |  |  |  |  |
| 30 | Dalam hal bergaul atau mencari teman saya tidak memilih tua ataupun muda |  |  |  |  |
| 31 | Saya tidak banyak bicara sama orang yang baru saya kenal |  |  |  |  |
| 32 | Saya memiliki banyak teman di sekolah maupun diluar sekolah |  |  |  |  |
| 33 | Saya hanya mau berteman dengan orang seusia saya |  |  |  |  |
| 34 | Saya tidak memiliki teman selain di sekolah saja |  |  |  |  |
| 35 | Jika saya memiliki teman yang berbeda bahasa dengan saya maka saya akan mempelajarinya |  |  |  |  |
| 36 | Jika saya memiliki teman yang berbeda bahasa dengan saya maka saya tidak memperdulikannya |  |  |  |  |
| 37 | Jika saya sedang ujian atau mengerjakan soal dari guru saya tidak pernah menyontek |  |  |  |  |
| 38 | Jika saya tidak paham dengan soal yang diberikan guru saya akan berusaha mencarinya sampai saya paham |  |  |  |  |
| 39 | Saya akan menyontek apabila saya tidak bisa mengerjakan soal ujian |  |  |  |  |
| 40 | Jika ada tugas kelompok saya menyuruh teman saya untuk mengerjakannya |  |  |  |  |

Lampiran 2

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

**SMK Al-Washliyah 4 Medan**

**TAHUN AJARAN 2019/2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| A | Komponen | Layanan Dasar |
| B | Bidang Layanan | Pribadi |
| C | Topik / Tema Layanan | Layanan Bimbingan Kelompok |
| D | Fungsi Layanan | Pemahaman |
| E | Tujuan Umum | Peserta didik/konseli dapat memahami ciri-ciri pribadi yang memiliki rasa percaya diri serta dapat meningkatkan percaya diri dengan baik untuk mencapai tujuan hidupnya |
| F | Tujuan Khusus | 1. Peserta didik/konseli dapat memahami pentingnya rasa percaya diri 2. Peserta didik/konseli dapat memahami ciri-ciri dan manfaat orang yang mempunyai percaya diri 3. Peserta didik/konseli dapat memahami proses pembentukan rasa percaya diri 4. Peserta didik/konseli dapat memahami cara membangun rasa percaya diri |
| G | Sasaran Layanan | Kelas 10 |
| H | Materi Layanan | 1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok 2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok 3. Kepercayaan Diri |
| I | Waktu | 45 Menit |
| J | Sumber Materi | Internet dan Buku |
| K | Metode/Teknik | Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab |
| L | Media / Alat | LCD, Power Point,Membangun rasa percaya diri |
| M | Pelaksanaan | |
| 1. Tahap Awal /Pedahuluan | |
| a. PernyataanTujuan | 1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa  2. Membina hubungan baik dengan peserta didik  (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)  3. Menyampaikan tujuan-tujuankhusus yang akandicapai |
| b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan | 1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik  2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik. |
| c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi) | Guru BK/Konselor memberikan penejelasan tentang topik yang akan dibicarakan |
| d. Tahap peralihan  ( Transisi) | Guru BK/Konselormenanyakankesiapanpesertadidikmelaksanakankegiatan, danmemulaiketahapinti |
| 2. Tahap Inti | |
| * + - 1. Kegiatanpesertadidik | 1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video) 2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat 3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 4. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapinya, dan seterusnya bergantian sampai selesai. |
|  | * + - 1. Kegiatan Guru BK/Konselor | 1. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat 3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok) 4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok) 5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas 6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik 7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan |
|  | 3. Tahap Penutup | 1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BKmemberipenguatandanrencanatindaklanjut 4. Guru BKmenutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam |
| N | Evaluasi | |
|  | 1. EvaluasiProses | Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :  1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan dikertas yang sudahdisiapkan.  2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan  3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya  4. Mengamati cara peserta didik dalammemberikan penjelasan terhadappertanyaan guru BK |
| 2. Evaluasi Hasil | Evaluasidenganinstrumen yang sudahdisiapkan, antara lain :  1. Evaluasitentang suasana pertemuan denganinstrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.  2. Evaluasiterhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting  3. Evaluasiterhadap cara Guru BK dalam menyampaikanmateri: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami  4. Evaluasiterhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti |

Kepala Sekolah Guru Pembimbing

Siti Nurbaini

**MATERI LAYANAN**

* + - 1. **Pengertian layanan Bimbingan Kelompok**

Menurut Prayitno (2017:34) bahwa “Bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok”. Layanan dengan pendekatan kelompok dalam bimbngan kelompok dalam bimbingan konseling merupakan bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang orang yang memerlukan. Suasana kelompok, yaitu antara hubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok, dapat merupakan wahana dimana masing–masing anggota kelompok itu (secara perorangan) dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan, dan berbagai reaksi dari anggota kelompok lainnya untuk kepentingan dirnya yang bersangkut paut dengan pengembangan diri anggota kelompok yang bersangkutan, dari segi lain bimmbingan kelompok dapat merupakan peluang yang amat berharga bagi perorangan yang bersangkutan. Kesempatan timbal balik inilah yang merupakan dinamika dari kehidupan kelompok (dinamika kelompok) yang akan membawa kemanfaatan bagi para anggotanya.

Prayitno (2017:89) bimbingan kelompok secara penuh mengandung empat unsur utama kehidupan kelompok, yatu tujuan kelompok, anggota kelompok, pemimpin kelompok, dan aturan kelompok. Sebagaimana unsur

kelima yang menandai kehidupan kelompok ialah adanya dan berkembanggnya dinamika kelompok pada bimbingan kelompok itu. Mutu bimbingan kelompok sebagai layanan pokok dalam keseluruhan upaya bimbinga dan konseling .

Dengan demikian bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli (guru pembimbing) pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu, tujuan dalam penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri siswa.

* + - 1. **Tujuan Bimbingan Kelompok**

Kesuksesan layanan bimbingan kelompok sangat dipengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam layanan layanan kelompok yang diselenggarakan. Tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (2012: 150-152) adalah sebagai berikut :

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya  sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Melalui layanan Bimbingan Kelompok hal-hal yang menganggu atau menghimpit perasaan yang diungkapkan, diringankan melalui berbagai cara dan dinamikan melalui berbagai masukan dan tanggapan baru. Selain bertujuan sebagimana Bimbingan Kelompok, juga bermaksud mengentaskan masalah klien denagn memanfaatkan dinamika kelompok.

2. Tujuan Khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbalrut maupun non verbal ditingkatkan.

* + - 1. **Teknik Diskusi**
  1. Pengertian Teknik Diskusi

Menurut Djamarah (2010: 87-88) mengemukankan bahwa Metode Diskusi adalah penyajian pelajaran, dimana paserta didik dihadapkan kepada suatu masalah yang bisa berupa pernyataan atau pertanyaan yang bersifat problematik untuk dibahas dalam pemecahan bersama.

Teknik diskusi adalah salah satu teknik belajar mengajar yang dilakukan oleh seorang guru di sekolah. Didalam diskusi ini proses belajar mengajar terjadi, dimana intraksi antara dua atau lebih individu yang terlibat, saling tukat menukar pengalaman, informasi, memecahkan masalah, dapat terjadi juga semua aktif, tidak ada yang bersifat pasif sebagai pendengar saja.

* 1. Tujuan Teknik Diskusi

Tujuan teknik diskusi adalah memberi kesempatan pada setiap peserta didik untuk mengambil suatu pelajaran atau pengalaman teman-teman peserta lain dalam mencapai jalan keluar untuk masalah dan mendorong individu yang tertutup dan sukar mengutarakan masalahnya, untuk berani mengutarakan masalahnya.

* 1. Kelebihan Dan Kelemahan Teknik Diskusi

Menurut Djamarah (2010:88) mengemukakan bahwa kelebihan dan kelemahan teknik diskusi adalah:

* Kelebihan Teknik Diskusi

1. Merangsang aktifitas peserta didik dalam bentuk ide, gagasan prakarsa, dan terobosan baru dalam pemecahan suatu masalah.

2. Mengembang kan sikap menghargai pendapat orang lain.

3. Memperluas wawasan.

4. Membina untuk terbiasa musyawarah untuk mufakat dalam memecahkan sustu masalah.

* Kekurangan Teknik Diskusi
  1. Pembicara terkadang menyimpang, sehingga memerlukan waktu yang panjang.
  2. Tidak dapat dipakai pada kelompok besar.
  3. Peserta mendapat informasi yang terbatas.
  4. Mungkin dikuasai oleh orang-orang yang suka berbicara atau ingin menonjolkan diri.

Lampiran 3

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

**SMK Al-Washliyah 4 Medan**

**TAHUN AJARAN 2019/2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| A | Komponen | Layanan Dasar |
| B | Bidang Layanan | Pribadi |
| C | Topik / Tema Layanan | Kepercayaan Diri |
| D | Fungsi Layanan | Pemahaman |
| E | Tujuan Umum | Peserta didik/konseli dapat memahami ciri-ciri pribadi yang memiliki rasa percaya diri serta dapat meningkatkan percaya diri dengan baik untuk mencapai tujuan hidupnya |
| F | Tujuan Khusus | 1. Peserta didik/konseli dapat memahami pentingnya rasa percaya diri 2. Peserta didik/konseli dapat memahami ciri-ciri dan manfaat orang yang mempunyai percaya diri 3. Peserta didik/konseli dapat memahami proses pembentukan rasa percaya diri 4. Peserta didik/konseli dapat memahami cara membangun rasa percaya diri |
| G | Sasaran Layanan | Kelas 10 |
| H | Materi Layanan | 1. Pengertian Kepercayaan Diri   1. Ciri-ciri kepercayaan Diri 2. Jenis Kepercayaan Diri 3. Aspek- aspek Kepercayaan Diri 4. Factor-faktor Kepercayaan Diri |
| I | Waktu | 45 Menit |
| J | Sumber Materi | Internet dan Buku |
| K | Metode/Teknik | Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab |
| L | Media / Alat | LCD, Power Point,Membangun rasa percaya diri |
| M | Pelaksanaan | |
| 1. Tahap Awal /Pedahuluan | |
| a. PernyataanTujuan | 1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa  2. Membina hubungan baik dengan peserta didik  (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)  3. Menyampaikan tujuan-tujuankhusus yang akandicapai |
| b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan | 1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik  2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik. |
| c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi) | Guru BK/Konselor memberikan penejelasan tentang topik yang akan dibicarakan |
| d. Tahap peralihan  ( Transisi) | Guru BK/Konselormenanyakankesiapanpesertadidikmelaksanakankegiatan, danmemulaiketahapinti |
| 2. Tahap Inti | |
| * + - 1. Kegiatanpesertadidik | 1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video) 2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat 3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 4. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapinya, dan seterusnya bergantian sampai selesai. |
|  | * + - 1. Kegiatan Guru BK/Konselor | 1. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat 3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok) 4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok) 5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas 6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik 7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan |
|  | 3. Tahap Penutup | 1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BKmemberipenguatandanrencanatindaklanjut 4. Guru BKmenutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam |
| N | Evaluasi | |
|  | 1. EvaluasiProses | Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :  1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan dikertas yang sudahdisiapkan.  2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan  3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya  4. Mengamati cara peserta didik dalammemberikan penjelasan terhadappertanyaan guru BK |
| 2. Evaluasi Hasil | Evaluasidenganinstrumen yang sudahdisiapkan, antara lain :  1. Evaluasitentang suasana pertemuan denganinstrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.  2. Evaluasiterhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting  3. Evaluasiterhadap cara Guru BK dalam menyampaikanmateri: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami  4. Evaluasiterhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti |

Kepala Sekolah Guru Pembimbing

Siti Nurbaini

**MATERI LAYANAN**

* + - 1. **Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Ghufron dan Risnawati, 2010). Percaya diri dapat diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan atau keinginannya. Apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya diri, maka banyak masalah akan timbul, karena kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Kepercayaan diri adalah satu aspek kepribadian yang terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungannya.

Sedangkan menurut (Hakim, 2002). Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. Namun demikian kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri.

Rasa percaya diri merupakan sebuah keberanian dalam menghadapi tantangan, karena memberi suatu kesadaran bahwa belajar dari pengalaman jauh lebih penting dari pada keberhasilan atau kegagalan. Rasa percaya diri penting untuk berpartisipasi dalam kehidupan publik, seperti halnya ketika bergabung dengan suatu masyarakat yang didalamnya terlibat didalam suatu aktivitas atau kegiatan, rasa percaya diri meningkatkan keefektifan dalam aktivitas atau kegiatan.

Rasa percaya diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri. Percaya diri membuat individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan. Bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan. Hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain. Dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.

Rasa percaya diri merupakan sikap mental individu dalam menilai diri maupun objek sekitar, sehingga individu tersebut memiliki keyakinan akan kemampuan diri dalam melakukan sesuatu sesuai kemampuan. Kepercayaan diri adalah kepercayaan terhadap kemampuan, kapasitas serta pengambilan keputusan yang terdapat dalam diri sendiri.

* + - 1. **Ciri-ciri Kepercayaan Diri**

Adapun beberapa ciri orang atau individu yang memiliki rasa percaya diri, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Percaya pada kemampuan sendiri, yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut
2. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, yaitu dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil.
3. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, yaitu adanya penialaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya.
4. Berani mengungkapkan pendapat. Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.
5. Bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu.
6. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
7. Mampu menetralisir ketegangan yang muncul dalam situasi tertentu.
8. Mampu menyeseuaikan diri dan berkomunikasi.
9. Memiliki kondisi mental dan fisik yang menunjang penampilan.
10. Memiliki kecerdasan yang cukup.
11. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
12. Memiliki keahlian dan keterampilan lain yang menunjang kehidupan.
13. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
14. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
15. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mental dan ketahanan di berbagai situasi.
16. Bersikap positif dalam menghadapi masalah.
17. Yakin pada diri sendiri.
18. Tidak bergantungan pada orang lain.
19. Merasa dirinya berharga.
20. Tidak menyombongkan diri.
21. Memiliki keberanian untuk bertindak.
    * + 1. **Jenis Kepercayaan Diri**

Didalam kepercayaan diri terdapat dua jenis kepercayaan, yaitu lahir dan batin. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat dalam uraian sebagai berikut.

* Percaya Diri Lahir

Percaya diri lahir membuat individu harus dapat memberikan pada dunia luar bahwa ia yakin akan dirinya sendiri yaitu melalui pengembangan keterampilan dalam bidang-bidang tertentu. Keterampilan-keterampilan tersebut di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Komunikasi

Keterampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, tahu kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari keterampilan komunikasi yang dapat dilakukan jika individu tersebut memiliki kepercayaan diri.

1. Ketegasan

Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga diperlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan aspirasi dan keinginan serta membela hak kita, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan pasif dalam diri.

1. Penampilan Diri

Seseorang yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya, baik dari gaya pakaian, aksesoris dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

1. Pengendalian Perasaan

Pengendalian perasaan juga diperlukan dalam kehidupan kita sehari-hari. Dengan mengelola perasaan dengan baik, maka kita akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut.

* Percaya Diri Batin

Jika kita ingin mengukur kepercayaan diri kita, maka kita harus megetahui ciri-ciri utamanya. Ciri-ciri yang dimaksud tersebut adalah sebagai berikut:

1. Cinta Diri

Orang yang cinta diri adalah orang yang bisa mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Mereka akan berusaha memenuhi kebutuhan secara wajar dan selalu menjaga kesehatan diri. Mereka juga ahli dalam bidang tertentu, sehingga kelebihan yang dimiliki dapat dibanggakan. Hal ini yang menyebabkan individu tersebut menjadi percaya diri.

1. Pemahaman Diri

Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri. Mereka selalu introspeksi diri agar setiap tindakan yang dilakukan tidak merugikan orang lain.

1. Tujuan Yang Jelas

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Maka dari itu mereka mempunyai alasan dan pemikiran yang jelas dari tindakan yang mereka lakukan serta hasil apa yang mereka dapatkan.

1. Pemikiran yang positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan, salah satu penyebabnya adalah mereka terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka yang mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.

* + - 1. **Aspek-aspek Kepercayaan Diri**

Berikut ini adalah beberapa aspek yang terkait dengan rasa percaya diri, yaitu:

1. Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif mengenai dirinya bahwa ia paham dengan apa yang dilakukan.
2. Optimis, yaitu selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuannya.
3. Obyektif, yaitu memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
4. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
5. Rasional, yaitu analisa terhadap sesuatu masalah suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.
   * + 1. **Factor-faktor Kepercayaan Diri**

* Faktor internal

Faktor internal ini terdiri dari beberapa hal penting di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Konsep diri
2. Harga diri
3. Kondisi fisik

* Faktor Eksternal

Fator eksternal ini juga terdiri dari beberapa hal penting di dalamnya. Hal- hal yang dimaksud tersebut di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Pendidikan
2. Pekerjaan
3. Lingkungan
4. Pengalaman Hidup

Dalam hal ini maka dapat disimpulkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri pada seseorang atau individu, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi konsep diri, harga diri, dan keadaan fisik. Sementara faktor eksternal meliputi pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan pengalaman hidup.

Lampiran 4

**ANGKET PRE-TEST KEPERCAYAAN DIRI**

Nama               :

Kelas               :

Sekolah           :

**Petunjuk pengisian angket:**

Berilah tanda cek (√) pada salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda untuk setiap pernyataan berikut ini!

**Keterangan:**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Setuju

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
| 1 | Saya berani menghadapi permasalahan yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 2 | Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang saya alami |  |  |  |  |
| 3 | Sayatidak mampu menyelesaikan permasalahan yang saya alami |  |  |  |  |
| 4 | Saya tidak berani menghadapi permasalahan yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 5 | Jika mengerjakan PR saya yakin bisa mengerjakannya |  |  |  |  |
| 6 | Jika saya diberi pertanyaan oleh guru saya yakin bisa menjawabnyaJika mengerjakan |  |  |  |  |
| 7 | Jika mengerjakan PR saya tidak yakin bisa mengerjakannya |  |  |  |  |
| 8 | Jika saya diberi pertanyaan oleh guru saya tidak yakin bisa menjawabnya |  |  |  |  |
| 9 | Jika peralatan belajar habis saya akan membelinya dengan uang jajan |  |  |  |  |
| 10 | Jika ada materi yang sulit dipahami saya akan mencari tau dibuku dan diinternet |  |  |  |  |
| 11 | Jika peralatan belajar habis saya akan meminta uang kepada orang tua |  |  |  |  |
| 12 | Jika ada materi yang sulit dipahami saya akan diam saja |  |  |  |  |
| 13 | Jika ada teman yang bertengkar saya akan melerainya |  |  |  |  |
| 14 | Jika guru tidak datang, saya akan mengajak teman belajar bersama agar tidak ricuhJika ada teman yang bertengkar saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 15 | Jika ada teman yang bertengkar saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 16 | Jika guru tidak datang, saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 17 | Saya akan mengungkapkan pendapat jika didalam suatu kelompok |  |  |  |  |
| 18 | Saya akan mengungkapkan pendapat, jika pernyataan kelompok lain tidak sesuai dengan yang saya ketahui |  |  |  |  |
| 19 | Saya akan berdiam saja jika didalam suatu kelompok |  |  |  |  |
| 20 | Saya akan diam saja, jika pernyataan kelompok lain tidak sesuai dengan yang saya ketahui |  |  |  |  |
| 21 | Saya berani berargumen didalam sebuah kompetisi |  |  |  |  |
| 22 | Saya memberikan masukan pada saat rapat organisasi |  |  |  |  |
| 23 | Saya tidak berani berargumen didalam sebuah kompetisi |  |  |  |  |
| 24 | Saya tidak memberikan masukan pada saat rapat organisasi |  |  |  |  |
| 25 | Saya menjawab pertanyaan guru sesuai dengan kemampuan saya |  |  |  |  |
| 26 | Saya berani berpidato bahasa inggris setelah berlatih |  |  |  |  |
| 27 | Jika saya disuruh tampil didepan kelas saya tidak mau |  |  |  |  |
| 28 | Jika saya dipilih menjadi ketua kelas saya tidak mau |  |  |  |  |
| 29 | Jika ada orang yang baru saya kenal saya akan menegur dan menyapa nya |  |  |  |  |
| 30 | Dalam hal bergaul atau mencari teman saya tidak memilih tua ataupun muda |  |  |  |  |
| 31 | Saya tidak banyak bicara sama orang yang baru saya kenal |  |  |  |  |
| 32 | Saya memiliki banyak teman di sekolah maupun diluar sekolah |  |  |  |  |
| 33 | Saya hanya mau berteman dengan orang seusia saya |  |  |  |  |
| 34 | Saya tidak memiliki teman selain di sekolah saja |  |  |  |  |
| 35 | Jika saya memiliki teman yang berbeda bahasa dengan saya maka saya akan mempelajarinya |  |  |  |  |
| 36 | Jika saya memiliki teman yang berbeda bahasa dengan saya maka saya tidak memperdulikannya |  |  |  |  |
| 37 | Jika saya sedang ujian atau mengerjakan soal dari guru saya tidak pernah menyontek |  |  |  |  |
| 38 | Jika saya tidak paham dengan soal yang diberikan guru saya akan berusaha mencarinya sampai saya paham |  |  |  |  |
| 39 | Saya akan menyontek apabila saya tidak bisa mengerjakan soal ujian |  |  |  |  |
| 40 | Jika ada tugas kelompok saya menyuruh teman saya untuk mengerjakannya |  |  |  |  |

Lampiran 5

**ANGKET POST-TEST KEPERCAYAAN DIRI**

Nama               :

Kelas               :

Sekolah           :

**Petunjuk pengisian angket:**

Berilah tanda cek (√) pada salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda untuk setiap pernyataan berikut ini!

**Keterangan:**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Setuju

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
| 1 | Saya berani menghadapi permasalahan yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 2 | Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang saya alami |  |  |  |  |
| 3 | Sayatidak mampu menyelesaikan permasalahan yang saya alami |  |  |  |  |
| 4 | Saya tidak berani menghadapi permasalahan yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 5 | Jika mengerjakan PR saya yakin bisa mengerjakannya |  |  |  |  |
| 6 | Jika saya diberi pertanyaan oleh guru saya yakin bisa menjawabnyaJika mengerjakan |  |  |  |  |
| 7 | Jika mengerjakan PR saya tidak yakin bisa mengerjakannya |  |  |  |  |
| 8 | Jika saya diberi pertanyaan oleh guru saya tidak yakin bisa menjawabnya |  |  |  |  |
| 9 | Jika peralatan belajar habis saya akan membelinya dengan uang jajan |  |  |  |  |
| 10 | Jika ada materi yang sulit dipahami saya akan mencari tau dibuku dan diinternet |  |  |  |  |
| 11 | Jika peralatan belajar habis saya akan meminta uang kepada orang tua |  |  |  |  |
| 12 | Jika ada materi yang sulit dipahami saya akan diam saja |  |  |  |  |
| 13 | Jika ada teman yang bertengkar saya akan melerainya |  |  |  |  |
| 14 | Jika guru tidak datang, saya akan mengajak teman belajar bersama agar tidak ricuhJika ada teman yang bertengkar saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 15 | Jika ada teman yang bertengkar saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 16 | Jika guru tidak datang, saya tidak perduli |  |  |  |  |
| 17 | Saya akan mengungkapkan pendapat jika didalam suatu kelompok |  |  |  |  |
| 18 | Saya akan mengungkapkan pendapat, jika pernyataan kelompok lain tidak sesuai dengan yang saya ketahui |  |  |  |  |
| 19 | Saya akan berdiam saja jika didalam suatu kelompok |  |  |  |  |
| 20 | Saya akan diam saja, jika pernyataan kelompok lain tidak sesuai dengan yang saya ketahui |  |  |  |  |
| 21 | Saya berani berargumen didalam sebuah kompetisi |  |  |  |  |
| 22 | Saya memberikan masukan pada saat rapat organisasi |  |  |  |  |
| 23 | Saya tidak berani berargumen didalam sebuah kompetisi |  |  |  |  |
| 24 | Saya tidak memberikan masukan pada saat rapat organisasi |  |  |  |  |
| 25 | Saya menjawab pertanyaan guru sesuai dengan kemampuan saya |  |  |  |  |
| 26 | Saya berani berpidato bahasa inggris setelah berlatih |  |  |  |  |
| 27 | Jika saya disuruh tampil didepan kelas saya tidak mau |  |  |  |  |
| 28 | Jika saya dipilih menjadi ketua kelas saya tidak mau |  |  |  |  |
| 29 | Jika ada orang yang baru saya kenal saya akan menegur dan menyapa nya |  |  |  |  |
| 30 | Dalam hal bergaul atau mencari teman saya tidak memilih tua ataupun muda |  |  |  |  |
| 31 | Saya tidak banyak bicara sama orang yang baru saya kenal |  |  |  |  |
| 32 | Saya memiliki banyak teman di sekolah maupun diluar sekolah |  |  |  |  |
| 33 | Saya hanya mau berteman dengan orang seusia saya |  |  |  |  |
| 34 | Saya tidak memiliki teman selain di sekolah saja |  |  |  |  |
| 35 | Jika saya memiliki teman yang berbeda bahasa dengan saya maka saya akan mempelajarinya |  |  |  |  |
| 36 | Jika saya memiliki teman yang berbeda bahasa dengan saya maka saya tidak memperdulikannya |  |  |  |  |
| 37 | Jika saya sedang ujian atau mengerjakan soal dari guru saya tidak pernah menyontek |  |  |  |  |
| 38 | Jika saya tidak paham dengan soal yang diberikan guru saya akan berusaha mencarinya sampai saya paham |  |  |  |  |
| 39 | Saya akan menyontek apabila saya tidak bisa mengerjakan soal ujian |  |  |  |  |
| 40 | Jika ada tugas kelompok saya menyuruh teman saya untuk mengerjakannya |  |  |  |  |