

ABSTRAK

Yani Apriani Hartati (1204010165): Peran Guru BK untuk Membantu Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dengan Kecemasan Sosial (Penelitian di SMK Bakti Nusantara 666)

Peran guru BK tentunya sangat substansial dalam membantu membangun kepercayaan diri siswa. Kepercayaan diri wajib dimiliki oleh setiap siswa. Tetapi sayangnya, terdapat salah satu siswa SMK Bakti Nusantara 666 yang memiliki kepercayaan diri rendah karena gangguan kecemasan sosial yang dialami sejak dua tahun terakhir membuat siswa tidak percaya diri untuk berinteraksi sertamelakukan aktivitas pembelajaran dengan nyaman. Gejala kecemasan yang dirasakan biasanya seperti, jantung berdebar, merasa mual bahkan keringat dingin ketika siswa tersebut berada di lingkungan yang ramai.

Tujuan dari penelitian ini diantaranya untuk mengetahui; (1) Peran guru BK untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan kecemasan sosial, (2) Proses guru BK untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan kecemasan sosial dan (3) Hasil guru BK dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan kecemasan sosial.

Penelitian ini menggunakan pendekatan teori Lauster yang menyatakan bahwa dengan percaya diri, orang akan mampu memahami potensi diri dan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Menurutny, terdapat lima komponen untuk menilai bahwa seseorang dapat dinyatakan percaya diri yaitu, meyakini kemampuan diri sendiri, optimis, bertanggung jawab, dapat menilai permasalahan secara objektif serta memiliki pandangan yang rasional dan realistis.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan penyajian data secara deskriptif. Data diperoleh peneliti berasal dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran guru BK yaitu membantu siswa agar lebih percaya diri dengan melaksanakan layanan BK yang terbagi menjadi tiga tahapan; (1) Pra layanan BK (2) Pelaksanaan layanan BK dan (3) Pasca layanan BK. Proses guru BK untuk membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri itu dengan melakukan layanan konseling individu, alih tangan kasus dan konseling kelompok. Hasil dari peran guru BK dalam membantu siswa dengan kecemasan sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung dan penghambat dalam proses layanannya. Faktor pendukung guru BK dalam membantu siswa yaitu, dukungan pihak sekolah, orang tua serta siswa sendiri yang mau bekerja sama dengan guru BK. Sedangkan faktor penghambat guru BK dalam membantu siswa diantaranya keterbatasan dari guru BK sendiri dalam memberikan layanan serta kurangnya sumber daya guru BK. Tetapi peran guru BK telah membuat siswa mencapai empat komponen kepercayaan diri. Sehingga kepercayaan diri siswa berhasil meningkat dan menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Kata Kunci: Kecemasan Sosial, Kepercayaan diri, Peran Guru BK.