

**IMPLEMENTASI MODEL *COOPERATIVE POSITIVE LEARNING*
DENGAN PENDEKATAN HUMANISTIK DALAM MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA DI UNIVERSITAS PGRI
BANYUWANGI**

Siti Napisah¹, Jimmy Andhika Akbar²

Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi

napisah.s71@gmail.com,

jimmyandhika2610@gmail.com

Corresponding Author

napisah.s71@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received : 07-08-2021

Revised : 18-10-2021

Accepted : 17-11-2021

KEYWORDS

Cooperatif Positive Learning;

Kepercayaan Diri humanistik-eksistensial

ABSTRACT

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana implementasi model *cooperative positive learning* dengan pendekatan humanistik eksistensial dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Metode penelitian menggunakan kualitatif, dimana subjek diberikan empat tahapan kegiatan dengan 16 kali pertemuan, empat kegiatan yaitu *who am i?* (siswa memahami diri sendiri dengan menuliskan kelebihan dan kekurangannya), *i cant see it.*(siswa menganalisa sebuah film), *My Wonderfull Culture* (siswa membuat video perjalanan tiga tahun lalu dan tiga tahun ke depan), *Iam Promise* (siswa membuat target capaian). Dari setiap selesai kegiatan subjek membuat refleksi diri. Tahap pelaksanaan pada penelitian ini antara lain :a) Perencanaan, b) Pelaksanaan, c) Pengamatan, wawancara, evaluasi interpretasi dilakukan secara bersama. Secara keseluruhan model *cooperatif positive learning* dengan pendekatan humanistik eksistensial dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa di Universitas PGRI Banyuwangi secara bertahap. Kesimpulan pada hasil penelitian ini adalah metode *cooperatif positive learning* dengan pendekatan humanistik eksistensial dapat digunakan untuk membantu mahasiswa dalam meningkatkan kepercayaan diri. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah peneliti lakukan, metode *cooperatif positive learning* dengan pendekatan humanistik eksistensial dapat digunakan untuk membantu mahasiswa yang kurang percaya diri. Hal tersebut dibuktikan pada hasil pengamatan pada keempat tahap kegiatan yang secara keseluruhan dilakukan 16 kali pertemuan.

This is an open access article under the CC-BY-SA license



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan yang sangat penting dan harus dimiliki setiap warga negara dimana tidak adanya batasan untuk mengenyam pendidikan, baik pendidikan formal, pendidikan non formal dan pendidikan informal. Pendidikan di Perguruan Tinggi baik negeri maupun swasta, baik yang memiliki kecerdasan di bawah rata-rata, rata-rata dan di atas rata-rata, baik yang tergolong cepat dalam belajar maupun yang tergolong lambat belajar.

Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional atau Undang-Undang Sisdiknas (resminya Undang-Undang Republik Indonesia Nomer 20 Tahun 2003) merupakan undang-undang yang mengatur sistem pendidikan yang ada di Indonesia. Dalam UU ini, penyelenggaraan pendidikan wajib memegang beberapa prinsip antara lain pendidikan diselenggarakan secara demokratis dan berkeadilan serta tidak diskriminatif dengan menjunjung tinggi nilai hak asasi manusia, nilai keagamaan, nilai budaya, dan kemajemukan bangsa dengan satu kesatuan yang sistemis dengan sistem terbuka dan multimakna. Selain itu, di dalam penyelenggaraannya sistem pendidikan juga harus dalam suatu proses pembudayaan dan pemberdayaan peserta didik yang berlangsung sepanjang hayat dengan memberi keteladanan, membangun kemauan (niat, hasrat), dan mengembangkan kreativitas peserta didik dalam proses pembelajaran melalui mengembangkan budaya membaca, menulis, dan berhitung bagi segenap warga masyarakat dan memberdayakan semua komponen masyarakat melalui peran serta dalam menyelenggarakan dan pengendalian mutu layanan pendidikan (Mursidi et al., 2021).

Mutu layanan pendidikan Perguruan Tinggi adalah bertalian dengan sistem layanan kepada mahasiswa dan masyarakat yang dimulai dari tingkat program studi (Prodi). Setiap program studi dituntut diharuskan memperbaiki sistem yang baik yang dilakukan oleh pemerintah. ditingkat Perguruan Tinggi mahasiswa dihadapkan pada situasi belajar yang menuntut mereka lebih mandiri, aktif, dan berinisiatif dalam mencari informasi. Semua ini untuk mempersiapkan mahasiswa menjadi pribadi yang mandiri dan inovatif ketika terjun ke masyarakat mengabdikan ilmunya (Wahyuni, 2013).

Menurut Rakhmat (2009) apabila orang merasa rendah diri, ia akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya pada orang lain, dan menghindari untuk berbicara di depan umum, karena takut orang lain menyalahkannya. Kecemasan dalam interaksi sosial lebih sering dikarenakan adanya pikiran-pikiran negatif dalam diri individu. Individu merasa orang lain tidak dapat menerima dirinya karena perbedaan-perbedaan yang dimilikinya, seperti perbedaan status sosial, status ekonomi dan tingkat pendidikan. Kepercayaan diri mahasiswa dapat mempengaruhi tingkat kecemasan mereka di dalam berbicara di depan umum.

Secara teori, terdapat dua faktor yang mempengaruhi rendahnya kepercayaan diri siswa yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah kecerdasan, motivasi belajar, sikap, berpikir, ingatan, percaya diri, minat, bakat serta kepribadian. Sedangkan faktor eksternal adalah segala sesuatu yang bersumber dari luar diri mahasiswa seperti fasilitas siswa dalam belajar, teman sepeergaulan, atau perlakuan guru terhadap anak dalam proses belajar, dan juga rendahnya pelayanan bimbingan konseling untuk meningkatkan rasa percaya diri di kampus (Dharma, 2013). Untuk mengatasi perasaan kurang mampu pada mahasiswa, Prodi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Banyuwangi berinovasi yang dipimpin oleh kaprodi membuat metode pembelajaran dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa yaitu dengan metode *Cooperative Positive Learning* (CPL).

Cooperative positive learning (CPL) didesain untuk memberi ruang bagi mahasiswa yang merasa kurang mampu dalam meningkatkan motivasinya ketika mengikuti proses pembelajaran, dan menggunakan pendekatan eksistensial humanistik dimana menurut teori humanistik bahwa setiap individu memiliki potensi yang harus dikembangkan sehingga mencari individu yang mandiri. Pengukuran efektivitas metode *cooperative positive learning* (CPL) dilakukan pada aspek psikologi capital (*PsyCap*) yaitu *Self Efficacy*. Pendekatan CPL memiliki

beberapa prinsip, karakter dan tahapan implementasi. Pendekatan ini dapat diimplementasikan dengan berbagai model pembelajaran yang telah ada.

Hasil observasi awal yang dilakukan kepada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling menunjukkan, masih ada beberapa mahasiswa yang memiliki gejala atau ciri dari kurang percaya diri yang menyebabkan mahasiswa tersebut kurang berani atas apa yang biasa disampaikan terhadap tugas rumah yang diberikan oleh dosen mata kuliah seperti terlihat gugup kita presentasi ke depan kelas, komunikasi tidak lancar dan ada yang tergesa-gesa, ketika komunikasi nada suara bergetar, dari gerakan tangannya terlihat gemetar. Tidak hanya itu, mahasiswa juga canggung dalam pergaulan atau berinteraksi dengan temannya, hal ini juga dapat dilihat dari perilaku mahasiswa dalam proses belajar sehari-hari dalam mengikuti pelajaran di kelas nampak tidak berani untuk mengungkapkan pendapat atau bertanya ketika diberi waktu bertanya oleh dosen. Usaha dosen untuk menstimulus mahasiswa supaya berani berpendapat atau bertanya adalah dengan memberikan hadiah kepada yang berani bertanya atau berpendapat, menunjuk mahasiswa secara acak untuk bertanya, membentuk kelompok diskusi dan presentasi. Namun, usaha tersebut masih belum membawa dampak kepada mahasiswa untuk memiliki inisiatif mengungkapkan pendapat, hal ini menarik untuk diteliti, model pembelajaran bagaimana yang dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa?.

Berdasarkan kenyataan dilapangan yang terjadi pada beberapa mahasiswa di Universitas PGRI Banyuwangi khususnya program studi bimbingan dan konseling bahwa masih terdapat mahasiswa yang merasa kurang memiliki potensi sehingga mengakibatkan mahasiswa tersebut kurang berani mengungkapkan pendapatnya di depan kelas dan kurang yakin terhadap potensi dan kemampuan yang dimiliki. Oleh karena itu, penelitian ini dalam meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa di Universitas PGRI Banyuwangi menggunakan model *cooperatif positive learning* (CPL) dengan pendekatan humanistik eksistensial. Model kooperatif positif learning mengajarkan mahasiswa memahami potensi yang ada pada dirinya dan mengembangkan, sehingga mahasiswa mampu mandiri, memiliki inisiatif dan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dalam empat tahap/kegiatan. Penerapan konseling humanistik eksistensial model *cooperatif positive learning* secara keseluruhan dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan. Tahap/kegiatan pertama dilakukan 2 kali pertemuan, kegiatan kedua dilakukan 3 kali pertemuan, kegiatan ketiga dilakukan 5 kali pertemuan, kegiatan keempat dilakukan 8 kali pertemuan. Tahapan pelaksanaan pada penelitian ini antara lain: (a) Perencanaan, pada tahap ini peneliti membuat jadwal kegiatan treatment (b) Pelaksanaan, pada tahap ini peneliti melakukan tindakan penerapan model *cooperatif positive learning* dalam pendekatan humanistik eksistensial, (c) Pengamatan, dan wawancara, dokumentasi, pada tahap ini, peneliti melakukan observasi, wawancara, mengambil gambar, evaluasi interpretasi yang dilakukan secara bersamaan. Tahap pelaksanaan subjek diberi empat kegiatan: 1) *who am i?*, 2) *i cant see it*, 3) *My Wonderfull Culture*, 4) *Iam Promise*. Pada tahap pertama *who am i?* Subjek diminta untuk menuliskan kelebihan dan kekuarangan dirinya, kemudian dipresentasikan. Tahap dua *I can see it*, subjek diminta untuk menganalisa film *The Miracle Worker*, dan mereview kembali alur film yang disajikan dalam bentuk PPT dan dipresentasikan. Kegiatan ketiga adalah *My Wonderfull Culture*, subjek diminta untuk menceritakan proses pengalaman hidupnya kurang lebih 3 tahun yang lalu sampai 3 tahun mendatang dalam bentuk video. Tahap keempat adalah kegiatan *iam promise*, pada tahap empat ini subjek diminta untuk membuat target capaian dan dibuat video. Setiap selesai kegiatan subjek menuliskan refleksi diri, dengan penekatan kualitatif studi kasus dengan satu informan kunci yang didukung oleh dua dosen pembimbing sebagai informan pendukung (Najib & Mursidi, 2021).

PEMBAHASAN

- a. Bagaimana implementasi pendekatan konseling eksistensial humanistik dengan model *cooperative positive learning* dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa?
Berikut tahapan kegiatan proses pelaksanaan metode *cooperative positive learning* dengan pendekatan Eksistensial Humanistik dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.

Tabel 4.1

NO	Tema Kegiatan	Uraian kegiatan
1	<i>Who Am I</i>	a. Mahasiswa diminta untuk menuliskan semua kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya
		b. Data diri mahasiswa (kelebihan dan kekurangan) disajikan dalam bentuk materi dan dibuat dengan model mind mapping dalam bentuk PPT
2	Presentasi Tugas	a. Mahasiswa diminta untuk presentasi hasil pembuatan materi di depan dosen
		b. Refleksi diri (dengan menuliskan perasaan setelah melakukan kegiatan)
3	<i>I Can See It</i>	a. Mahasiswa diminta untuk melihat beberapa film edukatif sesuai tema yang disediakan
		b. Mahasiswa diminta untuk mereview perasaan yang tergambar dalam film tersebut dengan menunjukkan data pendukung (dalam alur cerita kasus/permasalahan dalam film).
		c. Data diri hasil review film disajikan dalam bentuk materi PPT
4	Presentasi Tugas	a. Mahasiswa diminta untuk mempresentasikan hasil pembuatan materi di depan dosen
		b. Refleksi diri (dengan menuliskan perasaan setelah melakukan kegiatan)
5	<i>My Wonderful Culture</i>	a. Mahasiswa diminta untuk menceritakan proses capaian pengalaman hidup kurang lebih 3 tahun lalu dan harapanke depan dalam kurang lebih 3 tahun
		b. Mahasiswa diminta untuk membuat dokumenter capaian hidup pengalam atau prestasi
		c. Data diri hasil dokumenter hidup disajikan dalam bentuk video
6	Presentasi Tugas	a. Mahasiswa diminta untuk mempresentasikan hasil pembuatan materi di depan dosen
		b. Refleksi diri (dengan menuliskan perasaan setelah melakukan kegiatan)
7	<i>I am Promise</i>	a. Mahasiswa diminta untuk membuat target capaian jangka pendek dalam tempo kurang lebih 2 minggu
		b. Mahasiswa diminta untuk membuat kontrak diri dengan memberikan <i>reinforcement</i> untuk target diri
		c. Mahasiswa meluliskan, serta melaporkan kendala dalam proses pencapaian
8	Presentasi Tugas	a. Mahasiswa diminta untuk presentasi hasil proyek jangka pendek di depan dosen dan teman-temannya

		b. Refleksi diri (dengan menuliskan perasaan setelah melakukan kegiatan)
--	--	--

Pendekatan humanistik atau fenomenologi sangat berorientasi hubungan, dengan fokus yang jelas pada fungsi saat ini dan yang akan datang, dan bukan kejadian atau masalah masa lalu. Humanistik berasal dari kesadaran bahwa semua orang memiliki kebebasan dan tanggungjawab untuk tumbuh dan berkembang. Bahkan manusia memiliki kapasitas bawaan untuk pertumbuhan diri dan aktualisasi diri (Rogers, 1951, 1957). Dalam mengembangkan kapasitas subjek dan supaya memiliki tanggungjawab terhadap perkembangan potensi dirinya bahkan mencapai aktualisasi diri, maka peneliti menggunakan metode *cooperatif positive learning* untuk membantu subjek dalam meningkatkan kepercayaan dirinya.

Cooperatif positive learning merupakan sebuah pendekatan pembelajaran yang menerapkan konsep psikologi positif untuk membangun kekuatan mental pada para mahasiswa yang dilakukan dengan melakukan kolaborasi dengan berbagai pihak. Dalam implementasi model *cooperatif positive learning* subjek diberi empat tugas, tugas pertama *who am i?* dimana subjek diminta untuk menuliskan kelebihan dan kekurangan dirinya, yang disajikan dalam bentuk PPT dan subjek diminta untuk mempresentasikan. Implementasi model *cooperatif positive learning* ini mengacu pada tujuan teori belajar humanistik agar siswa dapat mengembangkan dirinya, yaitu membantu masing-masing individu untuk mengenali diri mereka sebagai manusia yang unik, membantu mewujudkan dan mengembangkan potensi-potensi yang ada pada diri mereka masing-masing (Noviandari, 2017).

Dari hasil observasi, di kelas subjek sangat pendiam dan tidak pernah mau melakukan interaksi dengan teman-temannya, bahkan cenderung menyendiri, pada saat mempresentasikan tugasnya subjek merasa kurang percaya diri dan ketika berbicara masih gugup, berbicara terbata-bata, mengalami kesulitan menjelaskan jawaban dari tugas yang diberikan. Setelah ia mempresentasikan kelebihan dan kekurangan yang ia miliki di depan dosen dan teman-temannya subjek masih merasa malu dan tidak percaya diri. Menurut Hakim (2005), ada beberapa faktor penghambat timbulnya rasa kepercayaan diri pada seseorang diantaranya; a) perasaan dianiaya orang lain, b) merasa marah, c) perasaan kecewa, d) perasaan kehilangan harapan, e) perasaan berdosa. Dari hasil wawancara, subjek sejak kecil sering *dibully* oleh teman-temannya bahkan keluarganya sendiri, sampai sekarang. Pengalaman ini yang membuat subjek menjadi minder, tidak ingin bersosialisasi atau berinteraksi dengan teman-temannya bahkan kurang percaya diri. Hakim (2005) berpendapat, Orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Namun, yang terjadi pada subjek berdasarkan hasil observasi, dan melihat ciri-cirinya, subjek tergolong kurang percaya diri. Subjek tidak memiliki sikap tenang, ketika berbicara terlalu terburu-buru sehingga apa yang dijelaskan menjadi tidak jelas lagi, hal ini disebabkan karena subjek merasa cemas, takut, *negative thinking*. Menurut (Syaifullah,2005) beberapa faktor penghambat percaya diri yang sering timbul pada diri seseorang yaitu takut dan cemas, *negative thinking*. Rasa takut menurut Syaifullah (2005) sebenarnya tidak berbahaya bagi kita, jika kita mampu memaknai ketakutan sebagai sifat yang memang harus dimiliki oleh manusia karena keterbatasan dan kekurangan dirinya. Ketakutan juga membuat kita bisa belajar memperkaya potensi sehingga menutupi kekurangan yang ada dalam diri. Tetapi ketika ketakutan itu dijadikan sebagai sesuatu yang merisaukan, ketakutan tersebut akan menjadi penyakit yang mengganggu keberlangsungan ketenangan kita. Sementara kecemasan adalah keberadaan seseorang pada posisi tidak menyenangkan, biasanya ditandai oleh perasaan-perasaan subjektif seperti ketegangan dan kekhawatiran, yang menyebabkan perubahan detak jantung tidak normal dan pernapasan yang tidak stabil. Dari hasil wawancara dengan subjek, subjek sangat grogi dan tidak percaya diri karena ini adalah hal baru yang pernah di kerjakan oleh subjek namun ketika di berikan tugas sangat semangat dan antusias .

Pada tugas kedua *I Can See It*, subjek mampu mengurangi rasa groginya dan mulai memahami materi dan membuat semakin percaya diri walaupun masih terlihat tergesa-gesa dan gugup dalam presentasi. Pada tugas pertama tampak subjek sangat grogi dan tidak percaya diri karena hal ini suatu yang baru bagi subjek namun walaupun grogi dan tidak percaya diri subjek sangat semangat dan antusias untuk mengerjakan tugasnya, ini adalah suatu yang positif bagi subjek. Dari hasil observasi dan wawancara, subjek pernah bertanya dan konsultasi dengan peneliti, subjek bertanya “bagaimana cara supaya percaya diri?”. Subjek sangat ingin sekali menggali potensi yang ada dalam dirinya dan ingin sekali percaya diri ketika berbicara di depan umum seperti presentasi di depan kelas. Hal yang diinginkan subjek adalah wajar, karena setiap individu memiliki kebutuhan untuk dihargai dan diakui orang lain. Maslow mengemukakan bahwa individu dalam upayanya untuk memenuhi kebutuhan yang bersifat hirarkis, yaitu a) *physiological need* (kebutuhan manusia yang paling mendasar), b) *safety needs* (kebutuhan rasa aman bagi manusia baik secara fisik dan psikis), c) *belongingness and love needs* (kebutuhan cinta dan memiliki), dalam interaksinya dengan individu atau kelompok di luar dirinya tentunya membutuhkan penerimaan sebagai manusia secara utuh, d) *esteem needs* (kebutuhan untuk dihargai), manusia secara mendasar ingin diakui sebagai manusia yang memiliki *prestige*. setiap manusia tidak akan menerima perlakuan tidak baik yang dapat merendahkan nilai kemanusiaannya, e) *self-actualization needs* (kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri), setiap individu pada dasarnya memiliki keinginan untuk menjadi manusia yang lebih unggul dibandingkan manusia lainnya. Maka setiap orang membutuhkan untuk mengekspresikan dirinya untuk bisa bersaing dengan orang lain, (dalam Assingily ..et.al (2019)). *Esteem needs* subjek sangat besar hal ini, tampak ketika subjek mempresentasikan tugas keduanya, subjek berusaha untuk mengontrol emosinya dan berusaha untuk mengurangi grogi ketika presentas, bahkan subjek menyelesaikan tugas kedua sebelum target waktu yang ditentukan.

Pada tugas ketiga *My Wonderful Culture*, subjek mempunyai rasa bahagia yang lebih ketika wawancara karena mampu mengetahui kemampuan yang dimiliki walaupun dengan keterbatasan hpnya tidak memadai untuk membuat video tapi subjek sangat semangat bahkan subjek datang langsung di kampus untuk membuat tugas. Baharudin dan Moh. Makin dalam Endi Supriyadi, menyebutkan pendidikan yang memanusiakan manusia adalah proses membimbing, mengembangkan dan mengarahkan potensi dasar manusia baik jasmani maupun rohani secara seimbang dengan memperhatikan nilai humanistik yang lain. Teori belajar humanistik memandang bahwa siswa dapat dikatakan telah berhasil dalam belajar apabila telah mampu memahami lingkungan sekitar mereka dan dirinya sendiri. Pada tugas ketiga subjek memahami tentang kemampuan yang dimiliki walaupun dengan sarana dan prasarana yang terbatas. Hasil observasi subjek tampak bahagia karena mengetahui kemampuan yang dimiliki sehingga lebih semangat karena banyak belajar dan membuat subjek tambah percaya diri. *Cooperatif positif leaning* dikembangkan atas dasar konsep psikologi positif (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) yang menekankan pada pentingnya membangun kekuatan positif pada aspek psikologis dan mental. Membangun kepribadian yang kuat itulah tujuan utama dari dikembangkannya psikologi positif (Seligman et al., 2009), dalam konteks pembelajaran, menerapkan konsep psikologi positif memberi begitu banyak manfaat bagi mahasiswa (Shoshani & Slone, 2017). Subjek merasa, dengan kemampuan yang dimiliki subjek bertanggungjawab untuk mengembangkan potensinya. Subjek selalu berpikiran positif, hal ini tampak subjek selalu mencoba menyelesaikan setiap tugas yang diberikan dengan baik dan yakin bahwa pekerjaannya akan selesai sesuai target waktu yang sudah ditentukan. Dari hasil observasi di kelas ketika peneliti mengajar, subjek selalu bertanya jika dosen membuka sesi pertanyaan, selalu menjawab ketika dosen melontarkan pertanyaan, disini terlihat subjek sangat berusaha untuk mengembangkan dirinya, walaupun ketika menjawab pertanyaan subjek masih terlihat gugup, nada keras, terburu-buru, terlihat masih belum bisa mengontrol emosinya. Hal ini karena menurut Maslow setiap manusia mempunyai kebutuhan untuk diakui oleh lingkungannya (*esteem needs*). *Esteem needs* sebagai motif individu untuk berperilaku, subjek yakin bahwa ia mampu untuk berkembang, seperti yang diungkapkan walgito (2000) bahwa kepercayaan diri juga sebagai keyakinan akan kemampuan diri dalam kehidupan seseorang dalam menerima kenyataan, sehingga dapat

mengembangkan kesadaran diri berfikir positif dan mandiri. Adapun kepercayaan diri pada seseorang dapat dilihat pada aspek kemandirian, optimis, tidak mementingkan diri sendiridan toleran, yakin akan kemampuan diri sendiri, memiliki ambisi yang wajar dan tahan menghadapi cobaan.

Pada tugas keempat *I Am Promise*, subjek terkesan menantang/sangat antusias ia ingin membuktikan bahwa subjek mampu melakukan tugas dengan baik dan berhasil terlihat pada saat observasi, subjek sudah mulai berani untuk sering bertanya dan menyampaikan pendapatnya di kelas. *No empowerment is so effective as self-empowerment. In this world, the optimists have it, not because they are always right, but because they are positive. Even when wrong, they are positive, and that is the way of achievement.* Tidak ada kekuatan yang paling efektif dibandingkan kekuatan dari dalam diri. Di dunia ini, hanya orang-orang optimis yang mempunyai kekuatan besar bahkan ketika salah, mereka positif dan itu cara pencapaiannya. (Syaifulah,2005). Motivasi subjek untuk berubah dan lebih percaya diri sangat besar, hal ini terlihat ketika disuruh presentasi, subjek sangat ingin menunjukkan bahwa dia mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik. Saat diberi tugas subjek terlihat sangat bersemangat dalam menyelesaikannya, sudah berani sering bertanya, dan menyampaikan pendapat, serta berani untuk berargumentasi dengan temannya ketika subjek kurang sependapat dengan pendapat temannya ketika ada pertanyaan dari dosen. Subjek sangat optimis ketika menjawab pertanyaan, objektif dan visioner ketika bertanya. Contoh pada saat belajar tentang kompensasi, subjek memberikan pertanyaan kepada kelompok lain, pertanyaannya “tolong jelaskan bagaimana perkembangan kompensasi di Indonesia?”, hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki pemikiran ke depan. Ciri-ciri pribadi percaya diri adalah percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat, bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menyesuaikan diri dan komunikasi, bersikap positif dalam menghadapi masalah (Bahtiar, 2020). Ciri-ciri yang dikemukakan Bahtiar walaupun belum terlihat semua pada diri subjek, namun subjek menunjukkan perubahan perilaku selama pendampingan, yakni mampu mempresentasikan tugas yang diberikan dengan penggunaan bahasa yang lebih baik dan mudah dipahami oleh teman-teman yang mendengarkan presentasinya, subjek berani bertanya pada dosen jika ada materi perkuliahan yang tidak dipahami. Proses kepercayaan diri subjek dibangun secara bertahap.

KESIMPULAM

Kecenderungan mahasiswa yang kurang percaya diri adalah karena mahasiswa tersebut merasa tidak memiliki kemampuan, merasa malu, takut ditertawakan ketika berpendapat, berpikiran negatif, takut salah jika berpendapat, takut tidak diterima ketika akan berinteraksi dengan teman sebaya sehingga akan menghambat komunikasinya. Hal ini akan mempengaruhi pengembangan potensi yang dimilikinya walaupun potensinya itu kecil selain itu juga akan mempengaruhi perkembangan akademis mahasiswa karena salah satu penilaian dosen dalam dunia akademis adalah keaktifan mahasiswa. Metode *cooperatif positive learning* dengan pendekatan humanistik bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah peneliti lakukan, metode *cooperatif positive learning* dengan pendekatan humanistik eksistensial dapat digunakan untuk membantu mahasiswa yang kurang percaya diri. Hal tersebut dibuktikan pada hasil pengamatan pada keempat tahap kegiatan yang secara keseluruhan dilakukan 16 kali pertemuan.

DAFTAR PUSTAKA

Afrizal., 2016. Metode Penelitian Kualitatif. Sebuah Upaya Mendukung Penggunaan Penelitian Kualitatif dalam Berbagai Disiplin Ilmu. Jakarta: Raja Grafindo Persada. Bungin, B., 2013. Metodologi Penelitian Ekonomi dan Sosial. Jakarta: Kencana Prenada Media.

- Assingkily. M. S, et.al (2019) Studi Ilmu Pendidikan Ditinjau dari Model, Pendekatan, Strategi, Kebijakan Pendidikan dan Studi Pemikiran Tokoh. Jogjakarta: K.- Media
- Bahtiar. Alam. 2020. Obat Minder. Rahasia Menjadi Pribadi Percaya diri, Berani Tampil Beda dan Dikagumi. Jogjakarta: Araska
- Cavendish, W., & Connor, D. (2018). Toward Authentic IEPs and Transition Plans: Student, Parent , and Teacher Perspectives. *Learning Disability Quarterly*, 41(1), 32–43. <https://doi.org/10.1177/0731948716684680>
- Daley, S. G., & Rappolt-schlichtmann, G. (2018). Stigma Consciousness Among Adolescents With Learning Disabilities : Considering Individual Experiences of Being Stereotyped. *Learning and Instruction*, 41(4), 200–202. <https://doi.org/10.1177/0731948718785565>
- Danandjaja, J. (2014). Metode Penelitian Kepustakaan. *Antropologi Indonesia*, 53, 8292.
- Engelis de Barbara, Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2000) 10
- Eriord.B.T. (2015). 40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor Jogjakarta: Pustaka Pelajar
- Erman Amti, Prayitno. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling, (Jakarta: PT.Rineka Cipta, 1999), h. 99
- Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, diterjemahkan oleh: E. koswara, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2013), h. 56,68
- , Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri, (Jakarta: Puspa Swara, 2005)
- Khairun Nisa, Mambela, S., & Badiah, L. I. (2018). Karakteristik Dana Kebutuhan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 2(1). <https://doi.org/10.36456/abadimas.v2.i1.a163>
- Kristjánsson, K. (2012). Positive Psychology and Positive Education: Old Wine in New Bottles. *Positive Psychology and Positive Education: Old Wine in New Bottles. Educational Psychologist*, 47(2), 86–105. <https://doi.org/10.1080/00461520.2011.610678>
- Lu, Y., Chen, H., Hong, Z., Yore, L. D., Chen, H., Hong, Z., & Yore, L. D. (2016). Students ' awareness of science teachers ' leadership , attitudes toward science , and positive thinking. *International Journal of Science Education*, 0(0), 1–23. <https://doi.org/10.1080/09500693.2016.1230792>
- Mursidi, A., Kamal, M., Noviandari, H., Agustina, N., & Nasyafiallah, M. H. (2021). Virtual boarding school education management. *Linguistics and Culture Review*, 5(S3), 1054–1066. <https://doi.org/10.21744/lingcure.v5nS3.1790>
- Najib, M., & Mursidi, A. (2021). Effectiveness of offline and online learning during COVID-19 pandemic Two-factor analysis of variant approach in S-1 Students of FKIP University PGRI Banyuwangi, Indonesia. *Linguistics and Culture Review*, 6(S3), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.21744/lingcure.v6nS3.1890>
- Noviandari, H. (2017). KETERKAITAN KONSEP DIRI, PROBLEM SOLVING DAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(2). <https://doi.org/10.22219/jipt.v5i2.4559>
- O'Brien, M., & Blue, L. (2017). Towards a positive pedagogy: designing pedagogical practices that facilitate positivity within the classroom. *Educational Action Research*, 0792(June), 1–20. <https://doi.org/10.1080/09650792.2017.1339620>
- Pawito, 2007. Pengantar Penelitian Komunikasi Kualitatif. Jogjakarta: LKiS
- Prasetyo, E. (2018). Ciptakan positive learning dalam pembelajaran: Faizin, M.K (Ed). Mencipta pendidikan. pp. 65-71. Gresik: Cermedia Publisng
- Prasetyo,E. (2018). Ciptakan positive leraning dalam pembelajaran : Faizin,M.K (Er). Menciptakan pendidikan.

- Rahardjo, M. (2010). Triangulasi dalam penelitian kualitatif. Malang: Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Scanlon, D., Saenz, L., & Kelly, M. P. (2018). The Effectiveness of Alternative IEP Dispute Resolution Practices. *Learning Disability Quarterly*, 41(2), 68–78. <https://doi.org/10.1177/0731948717698827>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education : positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293–311. <https://doi.org/10.1080/03054980902934563>
- Shankland, R., & Rosset, E. (2016). Review of brief school-based positive psychological interventions : a taster for teachers and educators. *Education Psychology Review*. <https://doi.org/10.1007/s10648-016-9357-3>
- Shankland, R., & Rosset, E. (2016). Review of brief school-based positive psychological interventions : a taster for teachers and educators. *Education Psychology Review*. <https://doi.org/10.1007/s10648-016-9357-3>
- Shoshani, A., & Slone, M. (2017). Positive education for young children: effects of a positive psychology intervention for preschool children on subjective well being and learning behaviors. *Frontiers in Psychology*, 8(1866), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01866>
- Shoshani, A., & Slone, M. (2017). Positive education for young children: effects of a positive psychology intervention for preschool children on subjective
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kauntitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- UU Nomer 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Walgito, B, *Peran Psikologi Di Indonesia: Peran Orang Tua Dalam Pembentukan Kepercayaan Diri*, (Yogyakarta: pustaka pelajar: 2000)
- Yusuf, *Percaya Diri, Pasti*, (Jakarta: Gema Insani,2005)183-186