

Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi

Increasing Self Confidence Using the Group Guidance Service with Simulasi Game Technique

Vista Ambar Wulan^{1*}, Shinta Mayasari², Yohana Oktariana³

¹Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

²Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

*e-mail: vambarwulan97@gmail.com, Telp.: +6285267892755

Received: December, 2019

Accepted: January, 2020

Online Published: January, 2020

Abstract: *Increasing Self Confidence Using The Group Guidance Service with Simulasi Game Technique.* The problem with this research is the low of student's self-confidence. The purpose of this research is to find out how to increase self-confidence with simulation game techniques in group counseling services of the student grade VIII Junior High School number 2 academic year 2019/2020. This research method is experiment. The research sub-subjects were 20 students who were divided into two groups, namely the control group and the experimental group. Data collection techniques using a scale of confidence. The results showed a change in student confidence after being given simulation game techniques in group counseling services This is indicated by an average increase of 8.04% and the results of data analysis using the Wilcoxon matched pairs test, obtained $z_{count} = -2.803 < z_{table} = 1.645$ then H_0 is rejected and H_a is accepted. The conclusion of the study is the simulation game techniques in group counseling services can be used to increase self-confidence in eighth graders of state junior high school 2 in the 2019/2020 school year.

Keywords: *guidance and counseling, self-confidence, simulation game techniques*

Abstrak: **Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi.** Masalah penelitian ini percaya diri siswa yang rendah. Tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan percaya diri dengan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi pada siswa kelas VIII SMPN 2 Menggala tahun pelajaran 2019/2020. Metode penelitian ini adalah *Eksperimen*. Subjek penelitian sebanyak 20 orang siswa yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala Percaya Diri. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan percaya diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan rata – rata 8,04% serta hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Matched Pairs Test*, diperoleh $z_{hitung} = -2.803 < z_{tabel} = 1.645$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima Kesimpulan penelitian adalah bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat digunakan untuk meningkatkan percaya diri pada siswa kelas delapan SMPN 2 Menggala Tahun ajaran 2019/2020.

Kata kunci: bimbingan dan konseling, percaya diri, teknik permainan simulasi

PENDAHULUAN / INTRODUCTION

Peserta didik usia Sekolah Menengah Pertama berada pada masa remaja, yaitu masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa remaja ini terdapat tugas perkembangan yang harus dicapai, salah satunya adalah menerima dirinya sendiri dan memiliki percaya terhadap kemampuannya sendiri. Seorang remaja harus mampu menerima dan menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan dalam dirinya dan perlu memiliki percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya agar mampu mencapai perkembangan yang optimal

Dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya menuju kedewasaan, tidak semuanya dapat dicapai dengan mudah. Kegagalan dalam mengatasi ketidakpuasan dapat mengakibatkan turunya harga diri, dan akibat lebih lanjut dapat menjadikan remaja bersikap keras, agresif atau sebaliknya akan bersikap tidak percaya diri, pendiam, atau harga diri kurang (istilah remaja sekarang kurang PD).

Rasa tidak percaya diri ini menimbulkan gejala-gejala atau sikap dan perilaku berikut: (1) peka (merasa tidak senang) terhadap kritikan orang lain, (2) sangat senang terhadap pujian atau penghargaan, (3) senang mengkritik atau mencela orang lain, (4) kurang senang berkompetisi, dan (5) cenderung senang menyendiri, pemalu, dan penakut.

Siswa SMP adalah anak yang sedang menginjak masa remaja. Karakteristik ini membuat mereka tak lepas dari karakteristik remaja yang memang berada dalam masa-masa sulit, dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan berbagai macam perubahan yang ada dalam diri mereka.

Mereka sangat memerlukan tempat perlindungan jiwa yang mampu memberikan pengarahan positif untuk per-

kembangan hidup selanjutnya. Oleh karena itu untuk mengarahkan mereka agar tidak terjerumus dalam krisis batin seperti ketidakpercayaan diri harus dilakukan upaya untuk membangun kekuatan psikologisnya agar mereka tumbuh dan berkembang dengan percaya diri untuk menyongsong masa depan.

Kehidupan disekolah kadang memberi beban tersendiri bagi siswa. Sebagai remaja, siswa SMP selain sibuk berjuang untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan dalam dirinya mereka juga harus berjuang untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang harus diembannya, anak-anak perlu dibekali dan disiapkan agar memahami dan mampu mengembangkan karakter percaya diri yang diperlukan dalam menghadapi aneka tantangan hidup sehari-hari serta untuk menyiapkan "senjata" untuk mengatasi beban sekolah yang makin tinggi.

Individu pada umumnya, remaja juga memiliki kebutuhan yang menuntut untuk dipenuhi. Adakalanya banyak siswa menghadapi kendala dalam pencapaian prestasi belajar, karena siswa sedang bermasalah, sehingga perlu perhatian dan penanganan khusus, agar mereka bisa berprestasi dalam belajarnya dengan baik.

Oleh sebab itu tampaklah adanya hubungan yang sangat erat antara kebutuhan peserta didik untuk melakukan bimbingan dengan kegiatan belajar peserta didik. Dengan bimbingan diharapkan peserta didik memiliki rasa percaya diri.

Bimbingan memberikan layanan bantuan pada individu dalam memecahkan masalah kesulitan belajarnya sebagai peserta didik untuk mencapai keberhasilan dalam belajar.

Di sekolah bimbingan dapat dilakukan oleh guru.

Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, menilai, dan melatih siswa pada pendidikan anak usia dini, jalur pendidikan formal, dasar dan menengah.

Maka guru tidak hanya bertugas mengajarkan materi namun juga dituntut untuk dapat memberikan bimbingan kepada peserta didik di kelas.

Namun dalam prakteknya banyaknya beban materi yang diberikan kepada guru dengan keterbatasan waktu yang disediakan menyebabkan guru terlalu fokus mengajarkan materi pelajarannya. Jarang sekali guru dapat meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan kepada peserta didik. Sehingga menyebabkan peserta didik merasa kegiatan pembelajaran yang terlalu kaku.

Peserta didik kurang mendapatkan informasi yang dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Peserta didik tidak mendapatkan ruang untuk mengungkapkan masalah-masalah yang mereka miliki.

Ada beberapa jenis layanan bimbingan yang digunakan guru BK. Salah satu layanan bimbingan adalah layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan baru dari guru pembimbing (konselor) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari, dan atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Oleh sebab itu sebagai pendidik, guru harus dapat mengarahkan peserta didik untuk dapat mencari jalan pe-

mecahan masalah yang lebih tepat. Salah satunya adalah dengan melakukan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok dapat dilakukan peserta didik untuk mendapatkan informasi yang bermanfaat bagi diri mereka, sebagai wadah untuk bersama-sama mengungkapkan kegelisahan dan ketidaknyamanan yang mereka rasakan sehingga menyebabkan mereka kurang percaya diri.

Layanan bimbingan kelompok juga dapat menumbuhkan rasa kepedulian dan simpati peserta didik, karena mereka merasa memiliki masalah yang sama. Sehingga mereka tidak akan merasa sendiri melainkan hal ini akan menimbulkan perasaan nyaman dalam belajar.

Kenyamanan dalam belajar ini dapat memberikan pengaruh yang baik dalam aktivitas belajar terutama dalam meningkatkan percaya diri peserta didik. Dengan percaya diri diharapkan tujuan kegiatan belajar akan dapat diperoleh.

Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat beberapa macam teknik yang biasa digunakan untuk membantu keberhasilan layanan bimbingan kelompok, antara lain diskusi, *home room*, permainan simulasi (*simulation games*), permainan peranan (*role playing*), dan sosiodrama (*sociodrama*). Diantara teknik-teknik yang ada, peneliti tertarik untuk menggunakan teknik permainan simulasi.

Dengan demikian, permainan simulasi pada prinsipnya merupakan metode yang memadukan karakteristik permainan (pemain, aturan, kerjasama, kompetisi) dengan karakteristik simulasi (representasi nyata).

Dalam teknik bimbingan kelompok dimaksudkan sebagai cara untuk menjelaskan sesuatu (bahan bimbingan) melalui perbuatan yang bersifat pura-pura

atau melalui proses tingkah laku imitasi, atau bermain

Berdasarkan prapenelitian yang dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala terdapat siswa yang kurang mandiri dalam mengerjakan tugas, ragu mengungkapkan pendapatnya saat proses diskusi, kurang yakin dengan hasil pekerjaannya, serta malu untuk berinteraksi di lingkungan sekolah.

Untuk itu dari uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020”

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan percaya diri siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2019/2020”

METODE PENELITIAN/ RESEARCH METHOD

Penelitian dilaksanakan di SMPN 2 Menggala pada siswa kelas VIII. Sedangkan untuk waktu pelaksanaan penelitian pemberian layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi yaitu dilaksanakan pada tahun ajaran 2019/2020

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen. Jenis desain yang digunakan adalah *Non-Equivalent Control Group Design* yaitu terdapat dua kelompok yang sama-sama dilakukan *pretest* dan *posttest*. Namun hanya kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan (*treatment*).

Langkah pertama dilakukan pengukuran (*pretest*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan se-

banyak 4 kali dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

Pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan sepenuhnya seperti pada kelompok eksperimen, selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna efektif atau tidaknya perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti.

Subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu subjek dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Subjek disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan.

Kriteria yang dimaksud adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala dengan tingkat percaya diri pada kriteria rendah, sedang dan tinggi. Peneliti menyebarkan skala percaya diri di sekolah kepada seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala yang berjumlah 135 siswa.

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh dari skala percaya diri, maka didapatkanlah subjek yang akan diteliti berjumlah 20 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Siswa yang dijadikan subjek penelitian bersifat heterogen yaitu siswa yang memiliki percaya diri dalam belajar yang rendah, sedang dan tinggi.

Dengan format pembagian 20% siswa yang memiliki percaya diri rendah, 60% siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang, dan 20% siswa yang memiliki percaya diri tinggi.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi (X) dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah percaya

diri (Y). Definisi operasional variabel merupakan definisi dari percaya diri dan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur percaya diri dalam penelitian ini adalah skala percaya diri yang peneliti modifikasi berdasarkan tesis Liany Rosa Indah Dalimunthe (2017) yang berjudul "Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Percaya Diri dengan Kemandirian Belajar Siswa di SMP Negeri 9 Tebing Tinggi" yang disusun berdasarkan aspek-aspek percaya diri yang dikemukakan Lauster (2002) yaitu: Optimis, mandiri, memiliki ambisi untuk maju, tidak berlebihan, toleransi.

Skala Percaya Diri Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrumen. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan.

Penelitian ini menggunakan uji validitas korelasi *product moment* dengan mengikut sertakan 60 siswa dalam uji coba (try out) dengan jumlah item valid sebanyak 45 item dari 50 item yang diujikan.

Sedangkan Reliabilitas instrument menggunakan rumus alpha (Perhitungan komputerisasi menggunakan SPSS 23.0) didapat reliabilitas 0,930 dengan jumlah item yang diuji 45 item dan jumlah anak yang diuji sekitar 60 anak. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Alasan peneliti menggunakan uji *wilcoxon* karena salah satu data yang diuji berdistribusi tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN / RESULT AND DISCUSSION

Kondisi Percaya Diri pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Menggala dapat dilihat dari hasil pemberian skala Percaya Diri Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Menggala yang berjumlah 135 orang.

Peneliti memberikan *pretest* kepada seluruh siswa kelas VIII sebelum diberikan perlakuan, yaitu layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2019. Mulai dari tanggal 5 Agustus 2019 s.d 4 September 2019. Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling teknik permainan simulasi.

Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dalam setiap pertemuan:

a). Pertemuan pertama:

Awal pertemuan kegiatan bimbingan kelompok hampir semua siswa tampak bingung, malu-malu, tegang, dan kaku. Walaupun mereka sudah saling mengenal satu sama lain. Namun rasa diam dan malu masih tampak. Pemimpin kelompok terlebih dahulu mengucapkan salam terlebih dahulu sebelum memberikan topik terkait percaya diri.

Untuk pertemuan pertama ini pemimpin kelompok meminta setiap anggota untuk menyebutkan kelebihan dan kekurangan pada diri mereka serta mendiskripsikan kepribadian mereka.

Hasilnya masih banyak yang belum mengetahui kelebihan dan kekurangan pada diri mereka serta memahami diri mereka masing-masing.

Tiga orang siswa sudah bisa menyebutkan kelebihan pada dirinya dan satu

orang lagi sudah bisa menjelaskan sedikit kepribadian yang dimilikinya. Lalu pemimpin kelompok berusaha untuk menjelaskan apa itu kelebihan dan kekurangan serta ke-pribadian.

b). Pertemuan Kedua:

Perkenalan masing-masing anggota tidak dilakukan lagi. pertemuan ini dilanjutkan dengan membahas topik penyesuaian diri. Pemimpin kelompok sebelumnya menanyakan mengenai apaitu sikap optimis, manfaat memiliki sikap optimis, dan cara menumbuhkan sikap optimis .

Setelah diberi penjelasan mengenai menumbuhkan sikap optimis, para anggota kelompok kemudian diberi intruksi untuk melakukan permainan simulasi yang berhubungan dengan menumbuhkan sikap optimis yang bernama “Percayalah Padaku”.

Permainan ini bertujuan agar siswa memiliki perilaku yang tidak ragu-ragu, selalu percaya bahwa sesuatu yang diinginkan pasti akan tercapai bila memiliki kemauan dan usaha. Dalam permainan ini, masih ada siswa yang ragu dengan kemampuannya.

c). Pertemuan ketiga

Pada pertemuan kali ini, pemimpin kelompok berusaha agar setiap anggota kelompok bisa dengan aktif menyatakan pendapatnya dan lebih fokus lagi dari pertemuan-pertemuan sebelumnya. Dalam pertemuan ketiga, pemimpin kelompok membahas mengenai topik kemampuan pengambilan keputusan.

Kemampuan pengambilan keputusan adalah kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Setelah pemimpin kelompok menjelaskan sedikit materi tentang materi

berani mengambil keputusan pemimpin kelompok memberi instruksi untuk melakukan permainan simulasi yang berhubungan dengan sikap berani mengambil keputusan yaitu “Kapal Livina”. Permainan simulasi ini bertujuan agar siswa memiliki kemampuan untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

d). Pertemuan keempat

Pada pertemuan kali ini, pemimpin kelompok berusaha agar setiap anggota kelompok lebih bisa dengan aktif menyatakan pendapatnya dan lebih fokus lagi dari pertemuan-pertemuan sebelumnya.

Pertemuan keempat, pemimpin kelompok membahas mengenai topik kemampuan mengantisipasi peristiwa. Setelah pemimpin kelompok menjelaskan sedikit materi tentang materi penyesuaian diri pemimpin kelompok memberi instruksi untuk melakukan permainan simulasi yang berhubungan dengan penyesuaian diri yaitu “Menyebrang Sungai”.

Permainan simulasi ini bertujuan agar siswa dapat memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri yang dapat terbentuk dari kejadian masa lalu, pengalaman orang lain, memiliki keberanian untuk memodifikasi sikap, tindakan, atau perilaku yang dapat menghasilkan konsekuensi buruk serta memiliki kesiapan fisik dan mental dalam melakukan yang tepat terhadap suatu kejadian tak terduga.

Pertemuan keempat, pemimpin kelompok mengevaluasi dari setiap pertemuan sebelumnya, dan mengulas pemahaman dari setiap anggota kelompok mengenai topik-topik yang telah diberikan.

Dalam evaluasi ini pemimpin kelompok menemukan adanya peningkatan dari masing-masing anggota kelompok mengenai percaya diri mereka.

1. Deskripsi Data Hasil *Pretest* dan *Posttest*

1) Hasil *Pretest*

Berdasarkan penjarangan subjek dari 135 orang siswa terpilihlah 20 orang siswa yang menjadi subjek penelitian. Berikut tabel hasil skor *pretest* siswa kelompok eksperimen. Berikut tabel hasil skor *pretest* siswa kelompok eksperimen

Tabel 1. Hasil *Pretest* kelompok Eksperimen

<i>Pretest</i>			
No	Nama	Skor	Kategori
1	DDA	174	Tinggi
2	DM	159	Sedang
3	MIS	167	Tinggi
4	NF	140	Sedang
5	P	99	Rendah
6	RA	163	Sedang
7	RAZ	156	Sedang
8	RS	156	Sedang
9	RWD	146	Sedang
10	WBS	100	Rendah

Tabel 2. Hasil *Pretest* Kelompok Kontrol

<i>Pretest</i>			
No	Nama	Skor	Kategori
1	AES	158	Sedang
2	AFP	161	Sedang
3	AP	103	Rendah
4	BCR	160	Sedang
5	ER	156	Sedang
6	ISM	140	Sedang
7	MIAZ	183	Tinggi
8	SPS	161	Sedang
9	ZA	100	Rendah
10	ZDR	171	Tinggi

Hasil *pre-test* menunjukkan masing-masing kelompok dengan 2 siswa yang percaya dirinya rendah, dan 6 siswa percaya dirinya sedang, dan 2 siswa untuk percaya dirinya tinggi. 20 siswa tersebut akan menjadi subjek penelitian

2) Hasil *Posttest*

Setelah pemberian *treatment* sebanyak 4 kali pertemuan pada kelompok ek-sperimen, kemudian peneliti mengukur tingkat percaya diri siswa kedua kelompok. Adapun hasil pengukuran skala percaya diri adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen

<i>Posttest</i>			
No	Nama	Skor	Kategori
1	DDA	184	Tinggi
2	DM	170	Tinggi
3	MIS	172	Tinggi
4	NF	163	Tinggi
5	P	128	Sedang
6	RA	170	Tinggi
7	RAZ	174	Tinggi
8	RS	172	Tinggi
9	RWD	165	Tinggi
10	WBS	133	Sedang

Tabel 4. Hasil *Prosttest* Kelompok Kontrol

<i>Posttest</i>			
No	Nama	Skor	Kategori
1	AES	160	Sedang
2	AFP	161	Sedang
3	AP	103	Rendah
4	BCR	160	Sedang
5	ER	159	Sedang
6	ISM	140	Sedang
7	MIAZ	179	Tinggi
8	SPS	159	Sedang
9	ZA	104	Rendah
10	ZDR	168	Tinggi

Berdasarkan data dari dua tabel diatas tabel 3 dan tabel 4 maka hasil *treatment* yang dilakukan kepada kelompok eksperimen secara keseluruhan dari setiap subyek penelitian mengalami kenaikan atau peningkatan skor hasil kategori interval skala.

Dimana setiap subyek yang skor *pretest* nya rendah setelah diberikan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan baik dalam kategori rendah, sedang ataupun tinggi. Peningkatan skor ini tidak hanya di akhir perlakuan akan tetapi di setiap perlakuan.

Berikut adalah penjabaran peningkatan percaya diri siswa setiap *posttest* yang diberikan kepada kelompok eksperimen setelah dilakukan perlakuan:

Tabel 6. Hasil *Posttest* setiap Perlakuan

No	Nama	Kelas	*Treat 1		*Treat 2		*Treat 3		*Treat 4	
			Skor	*Kat	Skor	*Kat	Skor	*Kat	Skor	*Kat
1.	DDA	VIIIA	174	T	177	T	181	T	184	T
2.	DM	VIIID	159	S	161	S	165	T	170	T
3.	MIS	VIIIA	167	T	168	T	171	T	172	T
4.	NF	VIIIA	140	S	143	S	150	S	163	T
5.	P	VIIIA	99	R	100	R	109	S	125	S
6	RA	VIIIA	163	T	164	T	169	T	170	T
7	RAZ	VIIIA	159	S	161	S	170	T	174	T
8	RS	VIIIA	157	S	159	S	167	T	172	T
9	RWD	VIIID	147	S	148	S	159	S	165	T
10	WBS	VIIID	100	R	103	R	127	S	133	S

Peningkatan skor yang terjadi dari hasil *posttest* yang diberikan setiap perlakuan. Setiap subjek mengalami peningkatan yang signifikan dalam setiap pertemuannya sehingga di pertemuan terakhir dapat dilihat skor akhir yang menunjukkan tingkat percaya diri mereka.

Dari hasil tabel diatas dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan dari setiap subjek di kelompok yang cukup signifikan dalam setiap pertemuan. Peningkatan skor terlihat jelas mulai dari perlakuan pertama hingga perlakuan keempat.

Perubahan pada anggota kelompok eksperimen dapat terlihat pada hasil yang dicapai setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

Tingkat percaya diri yang semula berada pada tingkat rendah pada 2 siswa, setelah diberikan *treatment*, maka tingkat percaya dirinya menjadi sedang. Untuk 2 orang siswa yang ke-percayaan dirinya tinggi dan sedang, setelah diberikan *treatment* menjadi Tinggi.

Sedangkan tidak adanya perubahan yang signifikan bahkan tetap adapun yang menurun pada kelompok kontrol.

Bimbingan kelompok teknik permainan simulasi memberikan dampak untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Menggala.

Untuk mengetahui bagaimana percaya diri pada siswa setelah diberi perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dan seberapa besar perbedaan skor percaya diri sebelum diberikan perlakuan serta membuktikan hipotesis H_a atau H_o yang terbukti dalam penelitian ini maka digunakan rumus analisis data uji *Wilcoxon*.

Pengujian hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Ranks-Test* (menggunakan penghitungan komputerisasi dengan program SPSS 23.0) diperoleh hasil sebagai berikut:

Pengujian hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Ranks-Test*

(menggunakan penghitungan komputerisasi dengan program SPSS 23.0) diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil uji Wilcoxon

N	Z	Asymp.Sig. (2-tailed)
10	-2,803	0,05

Keterangan : N = Jumlah subjek

Dari tabel 6 hasil uji *Wilcoxon* diperoleh $Z_{tabel\ 0,05} = 1,645$. Karena $Z_{hitung} = -2,803 < Z_{tabel} = 1,645$ maka hipotesis diterima, artinya terdapat peningkatan percaya diri siswa sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok kepada kelompok eksperimen.

Percaya diri merupakan salah satu komponen yang penting dalam penyesuaian diri dilingkungan baru demi terwujudnya interaksi sosial yang baik pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya untuk membantu siswa dalam meningkatkan percaya diri.

Layanan bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling dengan teknik permainan simulasi yang terbukti efektif dalam membantu siswa meningkatkan percaya diri.

Hal ini dapat dilihat dimana hasil pretest (sebelum perlakuan) dan posttest (setelah perlakuan) yang menunjukkan peningkatan pada tingkat percaya diri siswa kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan bimbingan kelompok.

Percaya diri siswa sebelum mendapatkan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dengan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok

berbeda, karena mengalami peningkatan percaya diri.

Hal ini ditunjukkan dengan siswa yang sudah berani mengungkapkan pendapat dalam proses diskusi, yakin dengan hasil pekerjaannya, yakin dengan diri dan kemampuannya dan berani berinteraksi dilingkungan sekolah.

Dengan demikian kepercayaan diri siswa bisa meningkat apabila didukung oleh beberapa faktor yang mana faktor tersebut berada di sekitar siswa itu sendiri.

Berdasarkan penjelasan diatas maka seseorang yang memiliki percaya diri menunjukkan bahwa dia yakin dengan kemampuan yang dia punya dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Berikut penjelasan peningkatan yang terjadi dalam percaya diri siswa melalui Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi:

1. Peningkatan Percaya diri Siswa Melalui layanan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis yang dilakukan dengan dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan program SPSS.23.0

Diperoleh hasil bahwa “Bimbingan kelompok teknik permainan simulasi dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Menggala tahun pelajaran 2019/2020”.

Hal ini dibuktikan dengan diperolehnya Z sebesar -2.803 Asymp Sig. (2-tailed) .005 ($\alpha \leq 0.05$). Berdasarkan pada data tersebut maka dapat diartikan percaya diri siswa meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi.

Adanya perbedaan skor antara hasil *pretest* dan *posttest* pada siswa,

diduga sebagai akibat dari diberikannya perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi.

Hal ini dikarenakan dalam layanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok. Yang berarti, semua anggota kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok saling berinteraksi, bebas dalam mengeluarkan pendapat, memberi saran, dan lain-lain.

Apa yang dibahas diharapkan dapat bermanfaat bagi anggota kelompok yang bersangkutan. Dinamika kelompok memfasilitasi setiap individu untuk mendapat kesempatan mengungkapkan masalah yang dialami serta dibahas secara bersama-sama oleh anggota kelompok.

Hasil temuan ini juga mendukung pendapat yang dikemukakan oleh Prayitno (2004), yang menyatakan bahwa dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam kelompok.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranoto (2016) dapat disimpulkan bahwa Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok dapat meningkatkan Percaya Diri khususnya pada siswa SMA Negeri 1 Sungkai Utara dilihat dari rata-rata presentase pada siklus I yaitu sebesar 27,5% dan pada siklus II sebesar 76,25%, sehingga terjadi peningkatan sebesar 48,75% pada tiap aspek yang diteliti.

Dengan semangat dan keaktifan yang dimiliki peserta, adanya kerja sama yang lancar dan mantap, saling menghargai dan mempercayai satu sama lain. Anggota kelompok dapat saling berkomunikasi dan menerima pendapat apa yang disampaikan dengan baik.

Dengan begitu, melalui dinamika yang tercipta dalam bimbingan kelompok dapat dibahas dengan berbagai hal yang

beragam dan berguna bagi siswa yang salah satunya adalah pengenalan dan pemanfaatan akan diri, sosial, dan lingkungan untuk percaya diri siswa.

Dapat ditarik kesimpulan juga, bahwa untuk meningkatkan percaya diri siswa diperlukan suatu layanan yang melibatkan kelompok, dan juga melihat tahap perkembangan, dikarenakan siswa SMP sukabergaul dengan teman sebayanya.

Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama tempat remaja belajar untuk hidup bersama dengan orang lain yang bukan anggota keluarganya.

Bersama kelompok teman sebaya remaja belajar untuk saling menghargai, bertoleransi, dan bertanggung jawab.

Penelitian Mulwati (2017) juga mengatakan bahwa dari hasil *Pretest* kepercayaan diri sepuluh siswayang awalnya percaya diri tinggi 81%, percaya diri sedang 64%, dan yang mempunyai percaya diri rendah 53%.

Setelah diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok melalui 2 siklus diperoleh peningkatan hasil *Posttest* kepercayaan diri.

Anggota yang mempunyai kepercayaan diri tinggi prosentase kepercayaan diri bertambah 83% masuk dalam kategori tinggi, anggota yang mempunyai percaya diri sedang prosentase peningkatan percaya diri bertambah 74% masuk dalam kategori percaya diri tinggi, dan anggota yang mempunyai percaya diri rendah prosentase peningkatan percaya diri bertambah 69% masuk dalam kategori percaya diri tinggi.

Layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri artinya,

layanan bimbingan kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kepercayaan pada siswa.

Berdasarkan tahap perkembangan kognitif menurut Piaget (Santrock 2003), siswa Sekolah Menengah Pertama berada pada tahap pemikiran operasional formal, dimana siswa tidak lagi terbatas pada pengalaman nyata dan konkret sebagai landasan berpikir tetapi mereka juga mampu membayangkan situasi rekaan.

Kejadian yang semata-mata berupa kemungkinan hipotesis dan mencoba mengubahnya dengan pemikiran yang lebih logis.

Hal ini diperkuat kembali oleh pendapat Winkle (2009) yang menekankan bahwa “Bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok”.

Bimbingan kelompok bertujuan untuk mencegah timbulnya masalah atau kesulitan yang akan dialami oleh siswa baik secara pribadi, sosial, belajar, karir dengan menekankan pada proses pengolahan kognitif siswa melalui penyampaian informasi yang telah diberikan.

Sejalan dengan penelitian Asmara (2018) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi dapat meningkatkan percaya diri berbicara di depan umum dari perolehan skor rata-rata 4,0 (rendah) menjadi 5,8 (sedang).

Siswa jadi lebih percaya diri ketika berbicara di depan umum baik pada saat kegiatan kelompok di luar kelas maupun pada saat pelajaran di dalam kelas. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi dapat meningkatkan kepercayaan diri berbicara di depan umum.

Berdasarkan hasil analisis data di atas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dengan teknik permainan simulasi terbukti dapat meningkatkan percaya diri.

Hal tersebut juga dibuktikan dengan hasil penelitian dari Suhardita (2011) Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan mengenai penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok terlihat dari hasil uji t yaitu skor rata-rata *posttest* pada kelompok eksperimen yang diberikan.

Jadi penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok adalah sebesar (152.58) dengan standar deviasi (10.449).

sedangkan hasil skor rata-rata tes bimbingan kelompok yang tidak menggunakan teknik permainan dalam bimbingan kelompok adalah sebesar (137.08) dengan standar deviasi (5.600).

Hasil ini memperlihatkan bahwa skor rata-rata kelompok eksperimen yang diberikan teknik permainan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok.

Pengujian gain score dengan menggunakan selisih skor pretest dan *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol untuk mengetahui rata-rata peningkatan percaya diri siswa dari kedua kelompok yang diteliti.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa program intervensi penggunaan teknik permainan dalam bimbingan ke-lompok dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas XI SMA Laboratorium (percontohan) UPI Bandung tahun ajaran 2010/2011 ini terbukti bahwa pada setiap aspek percaya diri yang diteliti baik aspek percaya diri dalam bertingkah laku.

Percaya diri dalam mengekspresikan emosi, dan percaya diri dalam spiritual mengalami peningkatan prosentase yang signifikan setelah diberikan intervensi penggunaan teknik permainan dalam meningkatkan percaya diri siswa.

Hal serupa juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ristantia dan Rofiqah (2015) yaitu berdasarkan analisis data

diperoleh hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test, output* signifikansi menunjukkan $0.001 < 0.05$, dengan demikian H_0 ditolak,

Disimpulkan terdapat perbedaan keefektifan percaya diri siswa ke-lompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan percaya diri siswa.

Djannah & Yulita (2012) menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa hasil penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam dua siklus.

Ternyata hipotesis yang dirumuskan telah terbukti kebenarannya yaitu bahwa teknik sosiodrama efektif meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun pelajaran 2011/2012.

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen I Surakarta tahun pelajaran 2011/2012.

Dewi dkk (2012) juga memperkuat dengan penelitiannya yang menyimpulkan bahwa teknik analisis data yang digunakan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh $T_{hitung} = 55 > T_{tabel} = 8$.

Hasil penelitian diperoleh sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok anggota yang mempunyai kepercayaan diri tinggi 81%, anggota yang memiliki percaya diri sedang 64%, sedangkan anggota yang memiliki kepercayaan diri rendah 53%.

Setelah mendapat layanan bimbingan kelompok percaya diri siswa meningkat, anggota yang memiliki kepercayaan diri tinggi bertambah 83% masuk dalam kategori presentase tinggi.

Anggota yang mempunyai percaya diri sedang bertambah 74% masuk kategori presentase tinggi, Dan anggota dengan kepercayaan diri rendah bertambah 69% masuk dalam kategori presentase kepercayaan diri tinggi.

Berdasarkan analisis data diatas disimpulkan bahwa percaya diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

2. Pola Pikir yang Negatif Mempengaruhi Percaya Diri

Berdasarkan hasil dari layanan bimbingan kelompok yang dilakukan, terungkap beberapa permasalahan yang diungkapkan siswa, yang membuat siswa memiliki percaya diri yang tergolong minim, yaitu ;

terdapat siswa yang masih ragu mengemukakan pendapatnya didepan umum, terdapat siswa masih sulit berinteraksi dilingkungan sekolah, terdapat siswa yang masih kurang mandiri dengan hasil pekerjaannya, perasaan itu muncul karena mereka merasa bahwa mereka bukan siswa yang berprestasi disekolah dan merasa kesulitan dalam berinteraksi di sekolah.

Dari data tersebut maka peneliti berasumsi bahwa, agar siswa memiliki tingkat percaya diri yang memadai, maka langkah awal yang harus dilakukan adalah dengan membangun pola pikir yang positif pada siswa terlebih dahulu.

Sehingga siswa lebih percaya akan kemampuan diri dan lebih mudah untuk mengenali diri sendiri, dan tidak ragu untuk mengaktualisasikan apa yang telah kelebihanannya.

SIMPULAN / CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 2 Menggala dapat diambil kesimpulan :

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa dapat meningkat melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

Hal ini dengan dibuktikan dari hasil *pretest* dan *postets* yang diperoleh $Z_{output} = -2,803$. Kemudian dibandingkan dengan $Z_{hitung} = -2.803 < Z_{tabel} = 1,645$ maka, H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara skor percaya diri sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.

Terdapat perbedaan peningkatan percaya diri antara kelompok kelompok yang diberikan perlakuan dengan kelompok yang kontrol tidak diberikan perlakuan.

Percaya diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi. Selain menggunakan bimbingan kelompok.

Hal ini ditunjukkan dengan adanya perubahan perilaku siswa terhadap setiap pertemuan bimbingan kelompok yang dilakukan telah mengarah pada peningkatan percaya diri lebih baik dari sebelumnya.

Saran yang dapat diberikan dari penelitian ini yang telah dilakukan di SMP Negeri 2 Menggala adalah:

Kepada siswa agar lebih dapat meningkatkan percaya diri, dan dapat lebih aktif dalam mengikuti bimbingan kelompok maupun kegiatan bimbingan lain yang diberikan oleh guru bimbingan konseling.

Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya menjadikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan simulasi sebagai program unggulan untuk meningkatkan percaya diri pada khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang meningkatkan percaya diri agar menggunakan uji keterbacaan item terlebih dahulu sebelum melakukan uji validitas konstruk.

DAFTAR RUJUKAN/ REFERENCES

- Asmara, Tejo (2018) Peningkatan Percaya Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 3 (1),7-12
- Dewi, Yuliana, dkk. (2012). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas X. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1 (2), 3-10
- Djannah, W & Yulita, A (2012).Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012.*Jurnal Bimbingan Konseling*. 1(3), 6-11
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Seodjarwo. Jakarta : Erlangga
- Lauster, Peter. (2002). Tes Kepribadian (A-lih Bahasa: D.H Gulo). Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Ketigabelas. Jakarta: Bumi Aksara
- Mulwati, Sri. (2017). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Strategi Layanan Bimbingan Kelompok. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*.18(13), 4-9
- Pranoto, Hadi (2016). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Bimbingan Konseling* . 1 (1), 4-7
- Prayitno, 1995. Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil). Jakarta: Ghalia Indonesia
- Dalimunthe, Liany Rosa Indah. (2017). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Percaya Diri dengan Kemandirian Belajar Siswa di SMP Negeri 9 Tebing Tinggi. *Jurnal Psikologi*. 1(3), 2-9
- Rofiqah & Ristantia. (2015). Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Ditinjau dari Percaya Diri Siswa Kelas XI IPS di MAN Batam. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 2 (2), 4-11
- Santrock. John W. (2003). *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suhardita, Kadek. (2011). Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 2 (2), 3-12
- Winkel, W. S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo