

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN
DENGAN BIMBINGAN KELOMPOK KONVENSIONAL DALAM MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMPN 1 KONTUNAGA**

Oleh:

Asrizal¹⁾, La Ode Muharam²⁾, Dodi Priyatmo Silondae³⁾
¹⁾²⁾³⁾ Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Halu Oleo
Email: asrizalcounseling@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) apakah bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa. 2) apakah bimbingan kelompok konvensional efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa. 3) apakah bimbingan kelompok dengan teknik permainan lebih efektif dibandingkan bimbingan kelompok konvensional dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Jenis penelitian adalah pre-eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Subyek penelitian sebanyak 16 orang. Analisis data menggunakan statistik non-parametrik dengan uji *wilcoxon match pair test*. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Pada kelompok A nilai Asym. Sig. (2 tailed) 0,012 ($0,012 < 0,05$) yang berarti terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa setelah diberikan perlakuan. 2) Pada kelompok B, nilai Asym. Sig. (2 tailed) 0,012 ($0,012 < 0,05$) yang berarti terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa setelah diberikan perlakuan, 3) peningkatan skor rata-rata kelompok A sebesar 32,12 sedangkan kelompok B sebesar 14,33 sehingga disimpulkan bimbingan kelompok dengan teknik permainan lebih efektif dibandingkan bimbingan kelompok konvensional dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Permainan, Kepercayaan Diri

**THE COMPARISON OF THE EFFECTIVENESS OF GROUP GUIDANCE USING GAME
TECHNIQUES WITH CONVENTIONAL GROUP GUIDANCE
IN IMPROVING STUDENTS' SELF CONFIDENCE
OF SMPN 1 KONTUNAGA**

ABSTRACT

This study aims to find out: 1) whether guidance group games technique is effective to develop students' self confident, 2) whether conventional group guidance is effective to develop students' self confident, 3) whether guidance group games technique is effective compared to conventional group guidance to develop students' self confident. The study used pre-experimental, one group pre test and post test, research design. The subject of this study were 16 students. The data was analyzed by using statistic of non parametric with wilcoxon match pair test. The results showed that. 1) in the group A, the scores of Asym. Sig. (2 tailed) were 0.012 ($0.012 < 0.05$), they mean that guidance group games technique has significantly increased in developing students' self confident, 2) in the group B, the scores of Asym. Sig. (2 tailed) were 0.012 ($0.012 < 0.05$), they can therefore be stated that conventional group guidance has significantly increased in developing students' self Confident, 3) the increased average scores of groups A self confidence were 32.12 and groups B were 14.33. Thus, it can be concluded that guidance group games technique is more effective than conventional group guidance in developing students' self confident.

Keywords: Guidance Group, Game Techniques, Self Confidence

Pendahuluan

Hakim (dalam Sabaraningsih, 2013) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai tujuan di dalam hidupnya. Kepercayaan diri merupakan salah satu modal yang penting agar individu dapat menjalani kehidupan dengan optimis dan menumbuhkan motivasi serta semangat dalam diri individu untuk mencapai tujuan hidupnya.

Rasa percaya diri seseorang tidak muncul dan terbentuk begitu saja melainkan ada faktor-faktor yang memengaruhinya seperti lingkungan keluarga, pendidikan formal, maupun pendidikan informal dan pendidikan non formal. Kepercayaan diri seseorang bisa tumbuh dan berkembang baik jika seseorang berada di dalam lingkungan yang baik dan mendukung untuk perkembangan rasa percaya diri seseorang seperti lingkungan yang mendukung untuk menumbuhkan sikap mandiri, perilaku bertanggung jawab, melatih keberanian berbicara dan berpendapat, serta pemberian kebebasan terhadap anak untuk berekspresi dalam batas-batas yang telah ditentukan.

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang cukup baik akan mandiri dalam menentukan sikap dan perilaku dalam mencapai tujuan. Percaya diri diperlukan bagi remaja/siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diembannya di sekolah serta menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada fase remaja agar dapat mencapai kebahagiaan dan kesuksesan hidup sehingga dalam menyelesaikan tugas-tugas pada fase kehidupan berikutnya yaitu masa dewasa.

Bimbingan kelompok (*group guidance*) merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling. Gibson & Mitchell (dalam Folastris & Rangka, 2016) menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. Melalui layanan bimbingan kelompok siswa dapat terdorong untuk dapat mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yaitu peningkatan kemampuan berkomunikasi baik

verbal maupun nonverbal sehingga siswa dapat menampilkan dirinya dengan lebih percaya diri.

Kegiatan bimbingan kelompok dapat memanfaatkan berbagai teknik untuk dapat membangkitkan dinamika kelompok dalam proses bimbingan. Salah satu teknik yang dapat dimanfaatkan adalah permainan. Ismail (dalam Eliasa, 2012) menyatakan bahwa permainan (*games*) adalah aktivitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai dengan adanya pencarian menang-kalah. Permainan dapat bersifat sosial dan pembelajaran, di mana peserta dalam permainan dapat dilatih keterampilan sosialnya dengan cara berinteraksi dan mengekspresikan diri melalui dinamika kelompok dalam dalam batas-batas yang dapat diterima secara sosial.

Berdasarkan kegiatan pra-penelitian yang telah dilakukan dengan guru bimbingan dan konseling (BK) di SMP Negeri 1 Kontunaga, diperoleh informasi bahwa terdapat sejumlah peserta didik yang menunjukkan gejala perilaku kurang percaya diri. Gejala tersebut nampak pada perilaku-perilaku tidak berani mengajukan pertanyaan atau pendapat, tidak bersedia tampil di depan kelas, cemas dalam menghadapi ujian, berbicara gugup dan hanya berteman dengan orang-orang tertentu saja. Selain itu, pada kegiatan pra-penelitian peneliti juga telah melakukan *screening* untuk mengetahui siswa-siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. *Screening* dilakukan dengan memberikan Daftar Ceklis Masalah (DCM) kepercayaan diri kepada seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Kontunaga. Adapun hasil yang diperoleh setelah memberikan DCM kepercayaan diri kepada seluruh kelas VIII yang berjumlah 119 orang, diperoleh data bawah sebanyak 28 siswa atau sebanyak 23% siswa yang tergolong dalam kategori berkepercayaan diri rendah.

Berdasarkan pemaparan dan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian komparatif dengan judul "Perbandingan Efektifitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Permainan dengan Bimbingan Kelompok Konvensional dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan efektivitas antara layanan bimbingan kelompok teknik permainan dengan bimbingan kelompok konvensional dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP N 1 Kontunaga.

Lauster dalam (Rosyda, 2013) mendefinisikan kepercayaan diri (*self confidence*) diperoleh dari pengalaman hidup. 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.

Widjaja (2016: 51) menyatakan bahwa kepercayaan diri dapat diartikan suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan atau keinginan. 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.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan suatu sikap seorang individu yang memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimilikinya yang berkaitan dengan segala kelebihan dan kekurangannya sehingga ia mampu untuk bertindak laku secara bebas dan bertanggung jawab dalam mencapai tujuan-tujuan dalam hidupnya. Kepercayaan diri seorang individu terbentuk atau diperoleh dari pengalaman hidup yang dilalui dari sejak kecil hingga menuju usia dewasa.

Ciri-ciri individu yang percaya diri

Lauster (dalam Wahyuni, 2014) mengemukakan ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri sebagai berikut:

1. Percaya pada kemampuan diri sendiri, yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena 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 penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya, dan

4. Berani mengungkapkan pendapat yaitu adanya suatu sikap yang untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat mengungkapkan pengungkapan pendapat tersebut.

Proses terbentuknya kepercayaan diri

Hakim dalam (Rosyda, 2013) menyatakan bahwa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, terdapat proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Secara garis besar proses terbentuknya rasa percaya diri adalah sebagai berikut.

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan dan melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan perasaan rendah diri dan sulit menyesuaikan diri, dan
4. Pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Akibat kurangnya percaya diri

Widjaja (2016) mengemukakan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri rendah akan cenderung untuk memiliki ciri-ciri sikap sebagai berikut:

1. Tidak memiliki tujuan, keinginan, dan target yang diperjuangkan dengan sungguh-sungguh.
2. Tidak mampu membuat keputusan yang penting dalam bertindak.
3. Mudah frustrasi dan menyerah ketika menghadapi masalah.
4. Kurang memiliki motivasi.
5. Sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas dan tanggung jawab.
6. Canggung dalam menghadapi tugas.
7. Tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan mendengarkan dengan baik.
8. Sering memiliki harapan yang tidak realistis.
9. Terlalu perfeksionis, dan

10. Terlalu sensitif.

Pengertian bimbingan kelompok

Prayitno (dalam Folastris & Rangka, 2016) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan pelayanan bimbingan dan konseling. Gibson & Mitchell (dalam Folastris & Rangka, 2016) juga menjelaskan bahwa istilah bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.

Elida (dalam Folastris & Rangka, 2016) menjelaskan beberapa keuntungan atau manfaat yang secara umum dapat dicapai anggota kelompok dalam melaksanakan bimbingan dan konseling kelompok, adalah sebagai berikut:

1. Sebagai wahana untuk menolong orang merubah sikap, keyakinan, perasaan anggota kelompok tentang diri mereka sendiri dan orang lain, serta tingkah laku secara keseluruhan.
2. Anggota kelompok dapat belajar gaya mereka dalam berhubungan dengan orang lain dan belajar keterampilan dalam membina keakraban yang efektif dengan orang lain.
3. Anggota kelompok dapat mendiskusikan persepsi atau pendapat mereka satu sama lain dan mau menerima masukan-masukan yang berharga tentang bagaimana mereka seharusnya diterima dalam kelompok.
4. Anggota kelompok dimungkinkan bertualang ke dalam dunia keseharian para anggota kelompok dengan berbagai cara khususnya jika mereka berbeda minat, umur, perhatian, dan latar belakang, status sosial-ekonomi, dan tipe masalah.
5. Anggota kelompok memperoleh masukan tentang dirinya sendiri sehingga memahami diri sendiri dengan pandangan orang lain. Hal itu disebabkan konseling kelompok memiliki kelebihan yang hebat yaitu memberikan masukan yang kaya untuk anggota kelompok, sehingga individu dapat melihat diri mereka sendiri melalui pandangan orang banyak.
6. Anggota kelompok memperoleh pemahaman dan sokongan dari anggota kelompok untuk menjelajahi permasalahan yang dimunculkannya dalam kelompok, dan

7. Anggota kelompok memperoleh perasaan memiliki (*sense of belonging*) kelompok dan dengan interaksi yang akrab yang makin berkembang dalam situasi kelompok maka mereka belajar cara berinteraksi yang penuh keakraban, memelihara hubungan positif dan cara memberikan dukungan.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Kontunaga Kabupaten Muna pada kelas VIII selama 3 bulan yang dimulai pada bulan Januari sampai dengan Bulan Maret 2017. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa siswa yang memiliki kecenderungan atau terindikasi memiliki masalah kepercayaan diri rendah yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan sampel dilakukan berdasarkan data dari hasil kegiatan pra-penelitian. Pada kegiatan pra-penelitian peneliti melakukan *screening* pada kelas VIII di SMP Negeri 1 Kontunaga untuk menentukan subyek yang akan digunakan dalam penelitian. *Screening* dilakukan pada 119 siswa kelas VIII dengan menggunakan DCM kepercayaan diri yang telah dibuat oleh peneliti. Berdasarkan hasil *screening* tersebut peneliti menetapkan sebanyak 8 orang siswa sebagai subjek penelitian untuk masing-masing kelompok penelitian yaitu kelompok A dan kelompok B.

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *pre experimental* dengan *two group pretest-posttest design*. Desain ini melibatkan dua kelompok subjek, yaitu kelompok A dan kelompok B yang masing-masing diberikan perlakuan yang berbeda. Kelompok A diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik permainan sedangkan pada kelompok B diberi perlakuan bimbingan kelompok konvensional. Adapun ringkasan desain penelitian dibuat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1
Desain Penelitian kelompok A

Kelompok	Pre-Test	Treatment	Post-Test
A	K-1	Bimbingan Kelompok menggunakan Teknik Permainan	K-2

Tabel 2
Desain Penelitian Kelompok B

Kelompok	Pre-Test	Treatment	Post-Test
B	K-1	Bimbingan Kelompok Konvensional	K-2

Analisis data dilakukan dengan teknik deskriptif kuantitatif untuk mengetahui efektifitas masing-masing *treatment* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, yang telah diberikan pada masing-masing kelompok penelitian. Adapun analisis hasil penelitian menggunakan uji statistik non-parametrik yaitu dengan uji *Wilcoxon Match Pairs Test* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 16.

Hasil penelitian dan pembahasan

Hasil penelitian

deskripsi data kelompok A

1. Data *pre-test* kelompok A

Hasil perhitungan secara keseluruhan skor *Pre-test* kepercayaan diri kelompok A adalah sebagai berikut:

Tabel 3
Data Pre-test Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Pada Kelompok A

Klien	Pre-test	
	Skor	Kategori
1	74	Rendah
2	80	Rendah
3	76	Rendah
4	79	Rendah
5	80	Rendah
6	76	Rendah
7	78	Rendah
8	75	Rendah
Jumlah	618	
Rata-rata	77,25	Rendah

Rekapitulasi hasil *Pre-test* tersebut menunjukkan bahwa skor terendah adalah 74, skor tertinggi 80 dan rata-rata perolehan skor adalah 77,25. Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa keseluruhan siswa yang menjadi subjek pada kelompok A adalah siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah.

2. Data *post-test* kelompok A

Berikut ini data analisis keseluruhan skor *Post-test* kepercayaan diri kelompok A setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan:

Tabel 4
Data Post-test Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Pada Kelompok A

Klien	Skor	Kategori
1	109	Tinggi
2	111	Tinggi
3	109	Tinggi
4	111	Tinggi
5	116	Sangat Tinggi
6	110	Tinggi
7	104	Tinggi
8	105	Tinggi
Jumlah	875	
Rata-rata	109,37	Tinggi

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa skor terendah adalah 104, skor tertinggi 116 dan rata-rata perolehan skor adalah 109,37 pada kategori tinggi.

3. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kelompok A

Tabel 5
Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test Kelompok A

Klien	Skor Pre-test	Skor Pos-test	Selisih
1	74	109	35
2	80	111	31
3	76	109	33
4	79	111	32
5	80	116	36
6	76	110	34
7	78	104	26
8	75	105	30
Jumlah	618	875	257
Rata-rata	77,25	109,37	32,12

Dari tabel tersebut, dapat dilihat bahwa dari hasil *Pre-test* rata-rata perolehan skor kepercayaan diri seluruh siswa sebesar 77,25 sedangkan pada hasil *Post-test* dengan rata-rata perolehan skor kepercayaan diri seluruh siswa sebesar 109,37. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa dalam kelompok A mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan. Adapun peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri seluruh siswa dalam kelompok eksperimen adalah sebesar 32,12.

Deskripsi data kelompok B

1. Data *pre-test* kelompok B

Hasil perhitungan secara keseluruhan *Pre-test* tentang kepercayaan diri terhadap siswa dalam kelompok B adalah sebagai berikut:

Tabel 6
Data *Pre-test* Tingkat Kepercayaan Diri Siswa pada Kelompok B

Klien	<i>Pre-test</i>	
	Skor	Kategori
1	73	Rendah
2	84	Rendah
3	82	Rendah
4	80	Rendah
5	73	Rendah
6	83	Rendah
7	67	Rendah
8	65	Rendah
Jumlah	607	
Rata-rata	75,67	Rendah

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat dalam kelompok B diperoleh skor terendah adalah 65, skor tertinggi 85 dan rata-rata perolehan skor adalah 76. Maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil *pre-test*, keseluruhan siswa yang menjadi subjek dalam kelompok B adalah siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah.

2. Data *post-test* kelompok B

Berikut ini data analisis keseluruhan skor *Post-test* kepercayaan diri terhadap subjek per-individu dalam kelompok B, adalah:

Tabel 7
Data *Post-test* Tingkat Kepercayaan Diri Siswa pada Kelompok B

Klien	Skor	Kategori
1	85	Rendah
2	100	Tinggi
3	95	Tinggi
4	96	Tinggi
5	90	Tinggi
6	88	Tinggi
7	82	Rendah
8	84	Rendah
Jumlah	720	
Rata-rata	90	Tinggi

Berdasarkan tabel tersebut diperoleh data bahwa skor terendah adalah 82, skor tertinggi 100 dan rata-rata perolehan skor adalah 90 pada kategori tinggi.

3. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kelompok B

Tabel 8
Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok B

Klien	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>	Selisih <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>
1	73	85	12
2	84	100	16
3	82	95	13
4	80	96	16
5	73	90	17
6	83	88	5
7	67	82	15
8	65	84	19
Jumlah	607	720	113
Rata-rata	75,67	90	14,33

Bila dilihat dari hasil *Pre-test* rata-rata perolehan skor kepercayaan diri seluruh siswa sebesar 75,67 Sedangkan pada *Post-test* rata-rata perolehan skor kepercayaan diri seluruh siswa sebesar 90. Berdasarkan data tersebut maka dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa dalam kelompok kontrol mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok konvensional. Adapun peningkatan skor rata-rata kepercayaan diri seluruh siswa dalam kelompok kontrol adalah sebesar 14,33.

Pengujian hipotesis

Pengujian ini menggunakan analisis non-parametrik dengan uji *wilcoxon* menggunakan SPSS 16. untuk mengetahui efektifitas dari setiap *treatment* yang diberikan pada kedua kelompok penelitian.

1. Uji *wilcoxon match pair test* kelompok A

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Match Pair Test* pada taraf signifikan 5% (0,05) diperoleh nilai Asymp. Sig (2 tailed) 0,012. Dengan demikian diketahui bahwa nilai Asymp. Sig (2 tailed) lebih kecil dari 0,05 (0,012 < 0,05). Sehingga hipotesis yang diajukan bahwa “layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XIII di SMP Negeri 1 Kontunaga,” diterima.

2. Uji *wilcoxon match pair test* kelompok B
 Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Match Pair Test* pada taraf signifikan 5% (0,05) diperoleh nilai *Asymp. Sig (2 tailed)* 0,012. Dengan demikian diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig (2 tailed)* lebih kecil dari 0,05 (0,012 < 0,05). Sehingga hipotesis yang diajukan bahwa “layanan bimbingan kelompok konvensional efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XIII di SMP Negeri 1 Kontunaga,” diterima.

3. Uji perbandingan efektifitas bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan dan bimbingan kelompok konvensional.
 Pada tahap ini pengujian dilakukan dengan membandingkan peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri pada kedua kelompok penelitian. Secara lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 9
Rekapitulasi Data Peningkatan Skor Kepercayaan Diri Kelompok A dan Kelompok B

Klien	Kelompok A			Kelompok B		
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Selisih	<i>Pre-test</i>	<i>Pos-test</i>	Selisih
1	74	109	35	73	85	12
2	80	111	31	84	100	16
3	76	109	33	82	95	13
4	79	111	32	80	96	16
5	80	116	36	73	90	17
6	76	110	34	83	88	5
7	78	104	26	67	82	15
8	75	105	30	65	84	19
Jum.	618	875	257	607	720	113
Rata-rata	77,25	109,37	32,12	75,67	90	14,33

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa pada kelompok A yang diberikan perlakuan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan telah terjadi peningkatan skor rata-rata kepercayaan diri siswa sebesar 32,12. Sedangkan pada kelompok B yang diberi perlakuan bimbingan kelompok konvensional dapat dilihat bahwa skor rata-rata kepercayaan diri siswa sebesar 14,33.

Dengan demikian, diketahui bahwa peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri siswa lebih besar terjadi pada kelompok A yaitu sebesar 32,12. Sehingga hipotesis yang diajukan bahwa “layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan lebih efektif dibandingkan dengan bimbingan kelompok konvensional dalam meningkatkan

kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Kontunaga,” diterima.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, terbukti bahwa penerapan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan lebih efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa jika dibandingkan dengan penerapan bimbingan kelompok konvensional. Bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan merupakan metode bimbingan kelompok yang menggunakan permainan sebagai instrumen pendukung untuk menyampaikan materi bimbingan dan dapat memperkuat pemahaman anggota kelompok mengenai materi bimbingan dengan lebih baik.

Dalam proses bimbingan seorang pembimbing berperan untuk membimbing siswa memahami materi bimbingan melalui permainan-permainan yang diterapkan selama proses bimbingan kelompok. Selain itu melalui permainan tersebut siswa dirangsang untuk lebih aktif selama proses bimbingan sehingga mampu memahami materi bimbingan dengan lebih baik.

Hal yang menyebabkan bimbingan kelompok dengan teknik permainan lebih efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dibandingkan dengan bimbingan kelompok konvensional dikarenakan dengan teknik permainan membawa siswa lebih aktif karena memperoleh pengalaman yang menyenangkan dengan menyelesaikan permainan-permainan dalam bimbingan kelompok. Suwarjo & Eliasa (2011) menjelaskan bahwa pada intinya kegiatan permainan dalam bimbingan dan konseling adalah memberikan makna pembelajaran secara tidak langsung melalui permainan yang dilaksanakan bersama. Melalui pengalaman yang menyenangkan tersebut anggota bimbingan kelompok mampu memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai materi bimbingan kelompok.

Secara keseluruhan siswa dalam bimbingan kelompok mampu mengikuti setiap tahapan dalam kegiatan bimbingan kelompok teknik permainan. Hal ini dikarenakan melalui permainan akan tercipta suasana yang santai dan menyenangkan. Sehingga dalam suasana seperti ini individu akan mampu belajar dengan baik melalui pengalaman secara langsung khususnya ketika proses permainan berlangsung. Dengan demikian, dalam suasana santai seperti ini akan terbangun dinamika kelompok yang lebih efektif

untuk proses pembelajaran siswa melatih beberapa keterampilan yang mendukung perkembangan kepercayaan diri siswa.

Selain itu, perilaku anggota kelompok yang muncul dalam proses permainan mengalami perubahan yang positif, seperti cara mereka mengungkapkan pendapat, berkomunikasi, dan menyelesaikan tantangan yang diberikan oleh pembimbing dalam kegiatan bimbingan kelompok. Hal ini senada dengan pendapat Prayitno (dalam Restyowati dan Naqiyah, 2013) bahwa melalui pembahasan dan pendalaman masalah-masalah atau suatu topik dalam kegiatan bimbingan kelompok, individu akan memperoleh kesempatan untuk mengembangkan diri dengan diperolehnya kemampuan-kemampuan sosial dan berbagai pengalaman, informasi, wawasan nilai dan sikap yang dapat dipraktikkan.

Pada intinya melalui bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan siswa mampu memperoleh pemahaman dan pelajaran secara nyata mengenai materi bimbingan dengan mengikuti permainan-permainan yang diberikan dalam proses bimbingan seperti pemahaman mengenai keterampilan memahami diri, keterampilan menyesuaikan diri, berkomunikasi, bertanggung jawab dan keterampilan berpikir positif.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil analisis data maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Kontunaga.
2. Bimbingan kelompok konvensional efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Kontunaga.
3. Bimbingan kelompok dengan teknik permainan lebih efektif dibandingkan dengan bimbingan kelompok konvensional dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Kontunaga.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka penulis mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada siswa agar terus berpartisipasi dalam bimbingan kelompok, selain itu hendaknya selalu menjadi pribadi yang percaya diri dalam segala situasi dan keadaan serta selalu berpartisipasi untuk mengikuti kegiatan-kegiatan bimbingan dan konseling yang diselenggarakan oleh guru BK.
2. Kepada guru BK di SMP Negeri 1 Kontunaga diharapkan ke depannya dapat terus menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan agar dapat menimbulkan efek berkelanjutan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui dinamika kelompok.
3. Peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian berkaitan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan mengaji aspek atau teknik lain dalam bimbingan dan konseling.

Daftar Pustaka.

- Eliasa, Eva Imania. (2012). *Games/ Permainan Dalam Bimbingan dan Konseling*. Makalah. Disajikan Dalam Seminar Internasional Dan Workshop Musyawarah Guru Bimbingan Dan Konseling Nasional. Banten: Tanggal 3-5 Februari.
- Folastri, Sisca & Itsar Bolo Rangka (2016). *Prosedur Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Bandung: Mujahid Press.
- Sabaraningsih, Sarah (2013) *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Simulasi Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri*. Jurnal Bimbingan dan Konseling: Universitas Sebelas Maret. (Vol VII, No 2, hal. 3-9).
- Wahyuni, Sri (2014) *Hubungan Antar Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi*. E-journal Psikologi. (Volume 2, Nomor 1, 2014: 50-64).
- Widjaja, Hendra. (2016) *Berani Tampil Beda dan Percaya Diri*. Yogyakarta: Araska.