

## Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Permainan Tongkat Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMPN 5 Dayun

Rezza Yeni Triana<sup>1</sup> Tri Umari<sup>2</sup> Non Syafria<sup>3</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan  
Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia

Email: [rezzayebitriana@gmail.com](mailto:rezzayebitriana@gmail.com)<sup>1</sup>

### Abstrak

Kepercayaan diri merupakan sikap individu dalam meyakinkan diri akan kemampuan yang dimilikinya. Sikap positif ini yang dapat memampukan individu untuk mengembang nilai-nilai positif baik untuk diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Ada yang mengalami kesulitan untuk percaya diri dan ada yang mampu untuk percaya diri. Penelitian yang berjudul Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Permainan Tongkat untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di SMPN 5 Dayun, bertujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tongkat berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen, subjek penelitiannya diambil dengan menggunakan purposive sampling, dimana didapatkan 5 orang siswa kelas VIII SMPN 5 Dayun yang memiliki kepercayaan diri rendah. Alat pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket skala kepercayaan diri yang kemudian setelah itu dianalisis pretest dan posttest menggunakan uji wilcoxon dan uji spearman rank dengan bantuan SPSS 25 for windows. Hasil hipotesis membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat dengan nilai uji wilcoxon menunjukkan Asymp Sig (2-tailed) sebesar  $(0,042) < \alpha (0,05)$  yang berarti  $H_0$  diterima. Selanjutnya, dari hasil uji spearman rank menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) =  $0,047 (0,047 < 0,05)$ . Maka, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat secara signifikan berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa sebesar 78%.

**Kata Kunci:** Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Teknik Permainan Tongkat



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha dari sesorang untuk dapat menciptakan kondisi dan proses belajar untuk dapat mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik. Paulo Freire dalam Abdul (2010) mengatakan bahwa manusia saling mendidik satu sama yang lain melalui perantara dunia. Dengan pendidikan, manusia dapat memiliki dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi tanpa adanya kerusakan bagi manusia tersebut. Pendidikan membawa pengaruh yang sangat besar terhadap pengembangan hidup setiap individu maupun masyarakat melalui dari peningkatan intelektual, kemampuan emosi, serta kemampuan motorik dalam mengkoordinasikan gerakan individu (dalam Abdul, 2010). Manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan merupakan perubahan fisik dengan bertambah panjang, berat, serta pematangan fungsi-fungsi psikologis lainnya. Perkembangan merupakan perubahan fungsi-fungsi fisik dan psikis individu (dalam Saam, 2017). Perubahan yang terjadi tersebut, tentunya mempengaruhi perilaku individu. Termasuk siswa yang masih duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang rentang usia berkisar 12-18 tahun. Pada masa remaja inilah siswa harus memiliki kepercayaan diri dikarenakan kepercayaan diri ini sangat berpengaruh terhadap pemebentukan kepribadian

individu. Selain itu juga, kepercayaan diri ini dapat membantu individu dalam melakukan aktivitas tanpa ragu.

Kepercayaan diri pada dasarnya merupakan keyakinan yang dimiliki oleh setiap individu. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2017) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu faktor penting dalam hidup anak. Tidak hanya berpengaruh pada pencapaian prestasi, namun sikap kepercayaan diri juga berperan besar terhadap kemampuan anak melihat diri sendiri. Hulukati (2016), berpendapat bahwa seseorang akan menunjukkan sikap konformis, yang dilakukan semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok merupakan salah satu ciri-ciri dari orang yang kurang percaya diri. Gejala yang dialami oleh orang yang tidak percaya diri ini umumnya dianggap sebagai gangguan ringan karena hal tersebut tidak menimbulkan masalah besar. Ketidakpercayaan diri ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu seperti faktor dari dalam individu tersebut maupun faktor dari luar individu tersebut. Salah satu penyebab sulitnya terjadi komunikasi antar individu yaitu karena kurangnya rasa kepercayaan diri.

Ketidakpercayaan diri ini dapat menyebabkan individu sulit untuk diajak berkomunikasi diantaranya yaitu takut menerima tanggapan, masukan atau penilaiann negatif dari orang lain. Fenomena yang tampak jelas didalam kelas yaitu banyaknya siswa yang sulit untuk diajak berkomunikasi dikarenakan tidak percaya diri atas gagasan yang dimilikinya karena takut salah. Hal tersebut diperkuat dengan perilaku siswa seperti: tidak mau maju ke depan kelas, tidak berani tampil bila berhadapan dengan orang banyak, dan tidak mau mengajukan pendapatnya didalam kelompok. Masalah tersebut tentunya akan menghambat proses belajar para siswa untuk mencapai hasil yang optimal. Apabila siswa yang tidak memiliki rasa percaya diri yang baik maka dapat dimungkinkan siswa tersebut akan mengalami gagal belajar dan hal ini dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan. Dari pemaparan diatas disimpulkan bahwa kepercayaan diri sangat diperlukan, yaitu untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan. Maka dari itu, perlunya bantuan akan permasalahan kepercayaan diri yang dialami oleh siswa. Kepercayaan diri ini umumnya identik dengan kemandirian, tentu saja individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi lebih mudah terlibat secara pribadi dengan orang lain dan lebih berhasil dalam hubungan antar personal. Maka dari itu kepercayaan diri ini aspek merupakan terpenting bagi setiap individu. Tanpa adanya kepercayaan diri didalam individu maka akan menimbulkan masalah pada diri individu tersebut.

Berdasarkan Penelitian yang diteliti oleh Suhardita (2010) bahwa penelaahan data penelitian siswa kelas XI SMA Laboratorium (percontohan) UPI Bandung Tahun Ajaran 2010/2011 menunjukkan percaya diri yang berkategori sedang. Berdasarkan kreteria penentuan tingkat percaya diri, diketahui rata-rata skor kepercayaan diri siswa sebesar 119 berarti rata-rata kepercayaan diri siswa berada pada kategori sedang. Artinya secara umum siswa kelas XI sudah mampu berperilaku yang baik atau sesuai dengan norma yang ada di sekolah, siswa sudah mampu mengekspresikan emosi dengan tepat dalam lingkungan sosial mereka, dan siswa mampu menumbuhkan sikap percaya pada diri sendiri maupun orang lain. Pada penelitian Suhardita (2010) telah diujicobakan mengenai penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Teknik permainan dalam bimbingan kelompok yang telah dilakukan Suhardita (2010) memiliki pencapaian peningkatan percaya diri siswa secara keseluruhan terbukti lebih baik, artinya penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai bentuk perpaduan dalam memberikan layanan bimbingan kepada siswa.

Di dalam hal ini peneliti ingin melakukan penelitian yang agar peserta didik mampu untuk mengembangkan dirinya, berani berbicara didepan kelas, dan yang paling penting yaitu

melatih peserta didik untuk dapat percaya diri melalui bimbingan kelompok nantinya. Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang akan diberikan kepada peserta didik dengan menggunakan dinamika kelompok yang mana dalam proses bimbingan sudah disusun secara baik dan siap untuk diberikan kepada peserta didik secara terperinci dan terjadwal. Kegiatan ini berisikan informasi yang diberikan oleh konselor kepada peserta didik secara tatap muka atau face to face guna untuk membantu anak dalam perkembangannya. Berdasarkan informasi dari guru Bimbingan dan Konseling di SMPN 5 Dayun bahwasannya masih banyak peserta didik yang masih belum berani untuk berbicara didepan kelas, hal tersebut ditandai dengan bekerjasama didalam kelompok, saat mempresentasikan hasil diskusi hanya peserta didik yang berani berbicara didepan kelas untuk maju kedepan selain itu, masih banyak peserta didik jika guru bertanya hanya menjawab dengan diam dikarenakan takut salah jika memberikan jawaban.

Adapun yang menjadi tujuan utama pada penelitian ini yaitu: Untuk mengetahui seberapa besar tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat pada siswa SMPN 5 Dayun. Untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tongkat pada siswa SMPN 5 Dayun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMPN 5 Dayun.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Metode penelitian eksperimen merupakan suatu metode yang digunakan untuk mencari pengaruh variabel independen (berupa treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2019). Jadi dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen ini merupakan salah satu jenis metode penelitian yang mana peneliti bisa mengetahui apakah variabel satu dengan yang lain berpengaruh atau biasa dikenal dengan variabel X berpengaruh terhadap variabel Y. Dan dalam penelitian ini yang menjadi pengaruh atau yang menjadi variabel X adalah bimbingan kelompok dengan model pembelajaran talking stick dan variabel Y atau variabel yang dipengaruhi adalah kepercayaan diri siswa. Desain penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Design* dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini digunakan karena terdapat adanya Pretest yaitu sebelum diberikannya layanan atau treatment, hasil treatment tersebut dapat dilihat lebih akurat karena dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikannya treatment. Langkah-langkah pemberian treatment akan dijelaskan melalui tabel:

**Tabel 1. Langkah-Langkah Pemberian Treatment**

Pertemuan, tanggal	Tindakan/ topik	Tujuan	Tempat	Waktu
4 april 2023	Uji coba instrument	Untuk mendapatkan item angket yang valid dan reliabel yang akan digunakan sebagai pretest-posttest penelitian	Ruang Kelas	30 menit (10.00-10.30)
6 april 2023	Pemberian pretest	Untuk mengetahui kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tongkat	Ruang kelas	30 menit (10.00-10.30)

Pertemuan 1, Jumat, 14 April 2023	<i>Who am i?</i>	Siswa dapat melatih mengenal kemampuan diri	Lapangan SMPN 5 Dayun	45 menit (09.00-09.45)
Pertemuan 2, Kamis, 20 April 2023	Jadi diri sendiri	Membantu siswa untuk lebih percaya diri akan kemampuan yang dimiliki agar mampu tampil diri	Lapangan SMPN 5 Dayun	45 menit (09.00-09.45)
Pertemuan 3, Jumat, 5 Mei 2023	Memahami diri sendiri	Membantu siswa dalam memahami diri sendiri	Depan Ruang Kelas	45 menit (09.00-09.45)
Pertemuan 4, Jumat, 12 Mei 2023	Aku pasti bisa	Untuk memberikan pemahaman kepada siswa agar selalu optimis dalam situasi apapun	Depan Ruang Kelas	45 menit (09.00-09.45)
Pertemuan 5, Jumat, 19 Mei 2023	Keberanian diri	Untuk memberikan pemahaman kepada siswa agar berani dalam menghadapi suatu hal	Depan Ruang Kelas	45 menit (09.00-09.45)
Pertemuan 6, 26 Mei 2023	Mampu menghargai perbedaan	Membantu siswa untuk percaya diri dengan adanya perbedaan dirinya dengan orang lain	Depan Ruang Kelas	45 menit (09.00-9.45)
Pertemuan 7, Jumat, 30 Mei 2023	Percaya diri	Siswa dapat melatih untuk percaya diri	Depan Ruang Kelas	45 menit (09.00-9.45)
Pertemuan 8, Selasa, 9 juni 2023	<i>This is me</i>	Membantu siswa agar dapat berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif agar dapat lebih tampil percaya diri	Depan Ruang Kelas	45 menit (09.00-9.45)
Pertemuan 9, Jumat, 16 juni 2023	Menumbuhkan rasa percaya diri	Membantu siswa untuk dapat menumbuhkan rasa percaya diri	Lapangan SMPN 5 Dayun	45 menit (09.00-9.45)
Pertemuan 10, Jumat, 23 juni 2023	Konsep diri	Untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai konsep diri	Lapangan SMPN 5 Dayun	45 menit (09.00-9.45)
Pertemuan 11, Senin, 26 juni 2023	Yakin pada diri sendiri	Membantu siswa untuk dapat yakin pada dirinya sendiri	Lapangan SMPN 5 Dayun	45 menit (09.00-9.45)
Pertemuan 12, Rabu, 28 juni 2023	Upaya mengatasi rasa tidak percaya diri	Untuk memberikan pemahaman kepada siswa dalam upaya mengatasi rasa tidak percaya diri	Lapangan SMPN 5 Dayun	45 menit (09.00-9.45)
30 Juni 2023	<i>Post-test</i>	Untuk mengetahui kepercayaan diri siswa sesudah diberikan treatment	Ruang Kelas	30 menit (10.00-10.30)

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 5 Dayun, yang beralamat di Desa Banjar Semina, Kecamatan Dayun, Kabupaten Siak, Riau. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April sampai bulan Juli 2023. Menurut Sugiyono (2019) Populasi adalah wilayah generalisasi, terdiri dari objek/subyek yang memiliki kualitas dan sifat tertentu yang telah dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan mendapat kesimpulan. Populasi bukan hanya jumlah pada subjek yang dipelajari, tetapi juga harus meliputi seluruh sifat ataupun karakteristik yang dimiliki oleh subjek tersebut. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Teknik yang digunakan untuk menentukan subjek penelitian ini adalah purposive sampling. Sugiyono (2019) sampling *purposive* adalah teknik menentukan subjek dengan pertimbangan tertentu ataupun atas penilaian yang dilihat dari ciri-ciri ataupun kriteria tertentu yang sudah ditentukan. Selanjutnya, adapun kriteria pemilihan subjek penelitian ini adalah sebagai berikut: Siswa kelas VIII yang teridentifikasi memiliki kepercayaan diri rendah. Seperti: tidak berani berbicara didepan kelas karena tidak

percaya diri atas gagasan yang dimilikinya karena takut salah. Rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling yang ada disekolah tersebut.

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala sangat efisien digunakan karna dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden agar dapat dijawab. Skala yang diberikan dapat berupa pertanyaan atau pernyataan tertutup maupun terbuka (Sugiyono:2019). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala kepercayaan diri yang akan dibagikan sebelum mencari sumber data yang diinginkan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan teknik untuk mengumpulkan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab oleh responden (Sugiyono:2019). Pada penelitian ini, data yang ingin diperoleh oleh peneliti adalah pengaruh bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Instrumen yang digunakan adalah instrumen non-tes dengan menggunakan skala. Skala ini bertujuan untuk mengungkapkan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan. Adapun kisi-kisi instrument kepercayaan diri siswa adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Kisi-kisi Instrument Kepercayaan Diri**

Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Keyakinan akan diri	a. Keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan dalam tugas sekolah	1, 2, 3	13, 14, 15	6
	b. Sikap positif dari seseorang mengenali dirisendiri			
Optimis	a. Menghargai hasil tugas sekolah yang dikerjakan sendiri	4, 5, 6	16, 17, 18	6
	b. Percaya diri dalam melakukan sesuatu			
Obyektif	a. Bersikap toleransi	7, 8, 9	19, 20, 21	6
	b. Mampu menerima kritikdan saran			
Bertanggungjawab	a. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	10, 11, 12	22, 23, 24	6
	b. Berani dalam menghadapi berbagaisituasi dan menerima Konsekuensinya			
Jumlah		12	12	24

Sumber : Ghufon & Risnawati (2012)

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang bertujuan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang secara spesifik disebut variabel penelitian. Dalam penyusunan instrument penelitian ini digunakan pembatasan materi yang mengacu pada aspek-aspek komunikasi interpersonal dengan menggunakan skala likert. Pada skala likert, jawaban yang digunakan tidak hanya setuju dan tidak setuju tetapi, dibuat lebih banyak pilihan jawaban yaitu : sangat tidak setuju, tidak setuju, ragu-ragu, setuju dan sangat setuju (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini menggunakan pilihan jawaban : Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Tidak Pernah (TP). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel:

**Tabel 3. Skoring**

Pilihan Jawaban	Favorable(+)	Unfavorable(-)
Selalu (SL)	4	1
Sering (S)	3	2
Kadang-kadang (KD)	2	3
Tidak Pernah (TP)	1	4

Sumber: Sugiyono (2019)

### Uji Validitas

Sugiyono (2019), uji validitas adalah uji untuk mengetahui tingkat kevalidan dan instrumen kuesioner yang digunakan dalam pengumpulan data. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah item-item yang terdapat dalam kuesioner mampu mengungkapkan dengan pasti apa yang diteliti. Dalam upaya menjadikan angket patut dan layak untuk digunakan maka dilakukanlah uji validitas dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25 menggunakan teknik correlation item- total correlation dengan menguji perbandingan antara rhitung dengan rtabel dengan taraf signifikansi 5%. Adapun jumlah responden untuk uji validitas berjumlah 30 siswa. Data yang telah didapatkan akan diuji validitasnya dengan mencari nilai rtabel yaitu untuk nilai N=30 adalah 0,361. Nilai rhitung diperoleh dari perhitungan bantuan aplikasi SPSS versi 25. Adapun tahapannya yaitu dengan cara mengklik menu *Analyze - Correlate - Bivariate Correlations* - lalu pindahkan semua item ke kolom *variables*-selanjutnya tandai dengan pilihan *pearson* pada menu *correlation coefficients*-lalu pilih *two tailed* pada menu *test of significance*-klik ok. Berdasarkan hasil uji validitas tersebut maka dari 24 item terdapat 6 yang dikatakan tidak valid dan 18 item yang dikatakan valid karena memiliki nilai rhitung besar dari rtabel.

### Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2019), Uji reabilitas adalah alat ukur yang memiliki konsistensi dimana bila pengukuran dilakukan dengan alat ukur tersebut secara berulang. Instrumen yang reliabel adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Menguji reliabel ini menggunakan bantuan SPSS Versi 25 for Window. Adapun langkah- langkahnya yaitu dengan mengklik menu *Analyze*-klik *Scale*-lalu klik *Reliability Analysis*- lalu pindahkan seluruh item ke kolom item-selanjutnya pilih *Alpha* pada menu model-klik *Statistics*-pilih *Scale If item deleted*-klik *continue*. Setelah dilaksanakannya uji reliabilitas maka dapat diketahui nilai *Cronbach Alpha* dalam penelitian ini yakni 0,878 yang artinya item dinyatakan reliabel karena nilai item  $\geq 0,6$ .

### Teknik Analisa Data

Analisis data ialah salah satu bagian yang amat penting dalam sebuah penelitian, dengan analisis data tersebut memberi arti dan makna dalam pemecahan masalah penelitian. Dalam penelitian ini digunakan beberapa rumus dan analisis data. Untuk lebih jelas dapat dilihat dibawah ini:

1. Analisis Data Deskriptif. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif dengan menjelaskan hasil perhitungan dari pretest dan posttest. Menurut Sugiyono (2019) Analisis deskriptif merupakan analisis data dengan cara mendeskripsikan data yang telah terkumpul tanpa bermaksud untuk membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Kategori yang digunakan pada penelitian ini yaitu "Rendah", "Sedang", "Tinggi", menggunakan rumus kategorisasi sebagai berikut:

**Tabel 4. Rumus Kriteria Interpretasi Kepercayaan Diri Siswa**

Rumus	Kategori
$X \leq \mu - 1 \alpha$	Rendah
$\mu - 1\alpha < X \leq \mu + 1\alpha$	Sedang
$X > \mu + 1\alpha$	Tinggi

Sumber: Azwar (2012)

Keterangan: $\mu$ : Mean Hipotetik $\alpha$ : Standar Deviasi Hipotetik
---

## Uji Hipotesis

### Uji Wilcoxon

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji wilcoxon, yaitu untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel berpasangan bila datanya berbentuk ordinal (Sugiyono, 2019). Dua sampel yang berhubungan yaitu sampel sebelum memperoleh perlakuan dan sampel setelah memperoleh perlakuan, kedua sampel hanya berada pada dua keadaan yang berbeda. Uji wilcoxon dalam penelitian ini menggunakan bantuan Aplikasi SPSS (Statistica Program Society Science) 25 for windows.

### Uji Spearman Rank

Uji rank spearman digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh pemberian perlakuan. Kriteria pengambilan keputusan yang diambil dan diterima jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Uji rank spearman dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS (statistica program society science) 25 for windows. Untuk melihat besarnya pengaruh konstribusi variabel bebas terhadap variabel terikat dinamakan dengan koefisien determinasi yang diperoleh dengan menguadratkan koefisien korelasi.

## Prosedur Penelitian

### 1. Tahap Persiapan

- a. Peneliti berusaha mendalami problematika sesuai dengan judul yang diajukan dan disetujui oleh dosen pembimbing kemudian mencari sumber informasi terkait melalui berbagai referensi seperti e-book, buku cetak, jurnal nasional/internasional, kamus online, dan undang-undang serta sumber pendukung lainnya.
- b. Menyelesaikan kebutuhan administrasi yang terkait dengan penelitian seperti surat izin riset yang diajukan kepada sekolah SMPN 5 Dayun sebagai lokasi penelitian.
- c. Setelah memperoleh izin untuk melakukan penelitian, peneliti melakukan konsultasi bersama dengan Wakil Kepala Sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah lokasi penelitian dan diawali dengan penyebaran angket hingga pemberian treatment melalui bimbingan kelompok kepada sampel penelitian.

### 2. Tahap Pelaksanaan

- a. Menyebarkan angket kepada siswa kelas VIII yang berjumlah 30 responden untuk mencari sampel, yakni siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah.
- b. Melakukan rekapitulasi data hasil jawaban responden untuk menentukan siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah yang nantinya akan diberikan layanan bimbingan kelompok.
- c. Melaksanakan treatment berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tongkat kepada sampel yang berjumlah 5 siswa selama 12 kali pertemuan.
- d. Memberikan posttest kepada sampel yang berjumlah 5 siswa
- e. Melakukan pengolahan data hasil penelitian tersebut dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25.

### 3. Tahap Akhir

- a. Peneliti melakukan pengecekan ulang kelengkapan data *pretest dan posttest* yang sudah diisi oleh responden sebelum lanjut kepada tahap analisa data.
- b. Melaksanakan analisis
- c. Pada langkah ini, peneliti mengambil kesimpulan dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa teknik permainan tongkat memiliki pengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok. Hal ini dapat dilihat dari tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat secara keseluruhan berada pada kategori rendah. Lalu, setelah diberikan perlakuan, kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan yang secara garis besarnya berada pada kategori sedang. Sedangkan untuk hasil uji wilcoxon menunjukkan *Asymp Sig (2-tailed)* sebesar  $(0,042) < \alpha (0,05)$  yang berarti  $H_0$  diterima. Hal ini membuktikan bahwa ada peningkatan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan menggunakan teknik permainan tongkat. Sehingga, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan jika terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIII SMPN 5 Dayun sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan Teknik permainan tongkat dapat diterima.

Menurut pendapat Lauster dalam Ghufron (2012), kepercayaan diri memiliki 4 aspek, yaitu keyakinan akan diri, optimis, obyektif, dan bertanggung jawab. Keempat aspek tersebut terjabar menjadi 24 item pernyataan pada pretest, dan pada posttest menjadi 18 item pernyataan di skala kepercayaan diri. Pada pelaksanaan pretest hasil data penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa memilih pada indikator keyakinan akan diri. Sedangkan pada pelaksanaan posttest hasil data penelitian menunjukkan bahwa pada indikator keyakinan akan diri mengalami peningkatan. Berdasarkan item pernyataan yang paling banyak dipilih oleh siswa, tercermin perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari, antara lain siswa yakin akan kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai sesuatu dan berpandangan baik terhadap segala sesuatu yang dihadapi dan diharapkannya.

Menurut Hulukati (2016) seorang individu dapat saja melewatkan berbagai kesempatan yang bernilai disebabkan kurangnya kepercayaan diri. Kurangnya kepercayaan diri merupakan salah satu penghambat terbesar dalam bertindak. Hal tersebut menyebabkan seseorang bukan hanya ragu untuk bertindak bahkan tidak bertindak sama sekali. Terdapat banyak individu yang memiliki potensi yang besar dalam dirinya, tetapi potensi itu tidak berkembang atau dimanfaatkan karena yang bersangkutan tidak memiliki kepercayaan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu yaitu Tarigas (2016) yang menunjukkan bahwa dengan menggunakan teknik permainan tongkat efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri. Kemudian hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Aniek dan Aiza (2022) yang menyatakan bahwa hasil dalam *Test Statistics* pada *Uji Wilcoxon* tersebut nilai *Asymp Sig.(2-tailed)* yaitu  $0,005 \leq 0,05$ , hal tersebut menjelaskan bahwasannya antara pretest dan posttest bertingkat signifikan. Hal tersebut menyatakan bahwa dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tongkat dapat memberikan peningkatan terhadap kemampuan mengutarakan pendapat para murid kelas VII SMPN 12 Surabaya Jawa Timur. Dan terakhir penelitian dari Juhana dkk (2022) ditinjau dari hasil penelitian terlihat adanya peningkatan kemampuan berbicara siswa yang meliputi pelafalan, volume suara, pilihan kata, intonasi dan jeda, kelancaran dan percaya diri. Dengan penerapan model *talking stick* kemampuan berbicara siswa menunjukkan hasil yang baik.

Dari beberapa hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa terdapat perubahan ataupun adanya hubungan yang signifikan antara layanan Bimbingan Kelompok terhadap kepercayaan diri siswa, dan hal ini serupa dengan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan yang mendapatkan hasil penelitian atau kesimpulan penelitian bahwa terdapat peningkatan pada kepercayaan diri siswa setelah diberikan *treatment* atau perlakuan khusus berupa layanan bimbingan kelompok sebanyak beberapa kali pertemuan dengan materi yang berbeda-beda sesuai dengan indikator penelitian. Menurut Afandi dkk (2013), teknik yang



dapat meningkatkan hasil belajar siswa serta menuntut siswa untuk aktif dalam kegiatan pembelajaran yaitu salah satunya teknik permainan tongkat. Pembelajaran dengan teknik permainan tongkat mendorong peserta didik untuk dapat mengemukakan pendapatnya serta dapat melatih untuk lebih percaya diri. Besarnya teknik permainan tongkat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat diketahui melalui uji statistik dengan menghitung koefisien determinasi yang didapatkan berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi *Spearman Rank*. Pengambilan keputusan dalam uji korelasi *Spearman Rank* dapat dilihat dari hasil *sig. (2-tailed)*. Jika nilai *sig. < 0,05* maka terdapat pengaruh yang signifikan. Dari hasil olahan data peneliti menunjukkan bahwa nilai hitung *Sig. (2-tailed)* adalah 0,047. Atas dasar pengambilan keputusan yang menyatakan bahwa hipotesis bisa diterima jika nilai *Sig. (2-tailed) < 0,05*. Pada penelitian kali ini nilai *Sig. (2-tailed) = 0,047 (0,047 < 0,05)*. Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. dari hasil olahan tersebut diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,884. Selanjutnya dari hasil yang peneliti dapatkan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat secara signifikan berpengaruh atau berhubungan terhadap kepercayaan diri siswa sebesar 78% dan hal ini dibuktikan dengan uji *Spearman Rank*.

## KESIMPULAN

Atas dasar hasil dan pembahasan sebelumnya, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat berada pada kategori rendah dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat mengalami peningkatan yang sebagian besar berada pada kategori sedang. Terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan tongkat. Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan tongkat terhadap kepercayaan diri siswa.

Rekomendasi: Bagi guru bimbingan dan konseling agar dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara optimal untuk membantu mengembangkan percaya diri peserta didik. Didalam proses konseling, konselor diharapkan mampu menggunakan teknik yang sesuai dengan permasalahan dan tidak menutup kemungkinan untuk menggabungkan teknik yang digunakan dengan teknik yang lain sebagai teknik pendukung. Bagi peserta didik, perlu meningkatkan percaya diri sehingga dapat mencapai tujuan pada setiap belajar dan prestasi belajar yang lebih baik. Untuk peneliti di penelitian selanjutnya dapat memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, Rahmat. (2010). *Pengantar Pendidikan: Teori, Konsep, dan Aplikasi*. Bandung: Manajemen Qolbun Salim.
- Affandi, M., Evi, C., & Oktarina, P., W. (2013). *Model Dan Metode Pembelajaran Di Sekolah*. Semarang: UNISSULA PRESS.
- Agustina, N, P., Lovy, H., & Baiq, A. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Talking Stick terhadap Keaktifan Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian dan Pengkajian Ilmu*, 2 no. 1: 36-40.
- Aniek, W. & Aiza, U.J. (2022). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan *talking stick* dalam Meningkatkan Kemampuan Berpendapat Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6 no. 1: 1-7.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- Daradjat, Zakiyah.1982. Kesehatan Mental. Jakarta: Gunung Agung
- Darwis., Mila, S., & Widya, N., N. (2022). Pengaruh Pemberian Reward terhadap Kepercayaan Diri Siswa pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak. *Jurnal Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 9 no. 2: 176-178.
- Fajri, N., Anwar, Y., & Muhammad, N. (2016). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Talking Stick dengan Strategi Joyful Learning Terhadap Prestasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ips Kelas VII MTSN Meuraxa Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejar*,1 no. 1: 98-108.
- Fajrin, O., A. (2018). Pengaruh Model Talking Stick terhadap Hasil Belajar IPS Siswa SD. *Jurnal Bidang Pendidikan Dasar (JBPD)*, 2 no. 1A : 85-91.
- Farica, Verda. (2018). Pengaruh Metode Pembelajaran Talking Stick Terhadap Hasil Belajar Sejarah Siswa Kelas Xi Tata Niaga Smk Negeri 1 Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan Sejarah*, 36 no. 2: 11.
- Ghufroon, M. N. & Risnawati, R. (2012). Teori-teori psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, Thursan. (2002). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Puspa Swara.
- Hulukati, Wenny. (2016). *Pengembangan Diri Siswa SMA*. Gorontalo: Ideas Publishing.
- Husnan, A. (2015). Kepercayaan Diri dan Kecemasan pada Siswa Asrama. *Jurnal Trisula LP2M*. Undar Edisi 01. Vol. Universitas Darul Ulum.
- Ifdil., Amandha, U., D. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2 no. 2: 47-48.
- Juhana., Arizka, M., & Sugeng, S. (2022). Implementasi Model *Talking Stick* Untuk Meningkatkan Kemampuan Berbicara Dan *Self Regulated Learning* Siswa. *Jurnal Kajian Penelitian dan Pendidikan dan Pembelajaran*, 7 no. 1: 1439-1455.
- Kelompok Dengan Teknik Talking Stick Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Sman 1 Juwana. *Jurnal Sains*, 7 no. 3: 1-8.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). *Membantu Anak Percaya Diri*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga.
- Lesmana, Dede Indra. (2015). Pengaruh Pembelajaran Metode TongkatBicara (Talking Stick) Terhadap Hasil Belajar Sejarah Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Pemalang Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Pendidikan Sejarah*, 15 no. 15: 1-7.
- Ornelia, Adis. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Talking Stick Terhadap Kepercayaan Diri dan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VII SMP Negeri 35 Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan*, 20 no. 8: 72.
- POP BK SMP. (2016). Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Prayitno., Afdal., Ifdil., Zadrian., & Ardi. (2018). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Rahmawati, Shinta Ullul. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Talking Stick Terhadap Prestasi Belajar Matematika Pada Materi Segempat Kelas VII SMP Negeri 1 Parengan. *Jurnal Pendidikan*, 19 no. 2: 7-10.
- Saam, Z., & Sri, W., (2017). *Psikologi Keperawatan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada
- Satiadarma. (2010). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Sri, A., Nurul, & A., Enny, A. (2014). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Talking Stick Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa Pada Materi Sistem Gerak Pada Manusia Kelas VIII Smp Islam Kepenuhan Tahun Pembelajaran 2014/2015. *Jurnal Pendidikan Biologi*, 8 no. 4: 1-4.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung: PenerbitAlfabeta.
- Suhardita, Kadek. (2010). Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan*, 10 no. 3: 12-15.
- Sukarpiani, Dibia, & Dantes. (2012). Pengaruh Metode Pembelajaran Talking Stick Terhadap Pemahaman Konsep Ipa Siswa Kelas V Di Gugus Vii Bontihing. *Jurnal Pendidikan*, 20 no. 15: 22-23.
- Suprijono, Agus. (2013). *Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tarigas, Stella Destiolina. (2016). Meningkatkan Kepercayaan Diri dalam Bernyanyi Melalui Model Pembelajaran *Talking Stick* Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan*. 1 no. 3: 1-16.
- Ulfatun Nuraini , Supardi & Tri Hartini. (2021). Pengaruh Bimbingan
- Wijayanti, L., Nanis, H., & Imam, S., S. (2018). Pengaruh Model Talking Stick Terhadap Hasil Belajar IPS. *Jurnal Teori dan Praktis Pembelajaran IPS*, 8 no. 2: 30-36.
- Yulida, A., Nurhayati, D., & Yusinta, T.(2017). Pengaruh Model pembelajaran Talking Stick Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPS Sejarah di Kelas VIII SMP Negeri 55 Palembang. *Jurnal Pendidikan*, 10 no. 2: 40-45.