

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMPN 24 KOTA JAMBI

¹ Khairani Khofifah, ²Muhammad Ferdiansyah, ³Muhammad Alridho Lubis
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Jambi

1khofifahjmb@gmail.com

ABSTRACT

This research is motivated by the low level of self-confidence of some students of SMPN 24 Kota Jambi which is shown through hesitant behavior in expressing opinions, nervousness when performing in front of the class, and tend to be passive in group activities. This study aims to determine the effectiveness of group guidance services with discussion techniques in increasing the self-confidence of students of SMPN 24 Kota Jambi. The study used a quantitative approach with a pre-experimental experimental method and a one group pretest-posttest design. The research sample consisted of 8 grade VIII students selected using a purposive sampling technique based on the recommendation of the guidance and counseling teacher. The research instrument was a self-confidence questionnaire consisting of 26 valid items with a Cronbach's Alpha reliability of 0.839. Data were analyzed using the Shapiro-Wilk normality test and paired samples t-test with the help of SPSS 27. The results showed that the average score of students' self-confidence increased from 66.12 in the pre-test to 114.25 in the post-test. The results of the paired t-test showed a significance value of $0.001 < 0.05$, so the alternative hypothesis was accepted. Thus, group guidance services using discussion techniques have proven effective in increasing the self-confidence of students at SMPN 24, Jambi City.

Keywords: group guidance, discussion techniques, self-confidence, junior high school students

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat kepercayaan diri sebagian siswa SMPN 24 Kota Jambi yang ditunjukkan melalui perilaku ragu menyampaikan pendapat, gugup saat tampil di depan kelas, dan cenderung pasif dalam kegiatan kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMPN 24 Kota Jambi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen jenis pre-eksperimental dan desain one group pretest-posttest design. Sampel penelitian berjumlah 8 siswa kelas VIII yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan rekomendasi guru BK. Instrumen penelitian berupa angket kepercayaan diri yang terdiri dari 26 item valid dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,839. Data dianalisis menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji paired samples t-test dengan bantuan SPSS 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kepercayaan diri siswa meningkat dari 66,12 pada pre-test menjadi 114,25 pada post-test. Hasil uji t berpasangan menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga hipotesis alternatif

diterima. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMPN 24 Kota Jambi.

Kata kunci: bimbingan kelompok, teknik diskusi, kepercayaan diri, siswa SMP

A. Pendahuluan

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan peserta didik yang berpengaruh terhadap keberhasilan mereka dalam proses pembelajaran maupun kehidupan sosial. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung mampu mengemukakan pendapat, berinteraksi dengan lingkungan, mengambil keputusan secara mandiri, serta berani menghadapi berbagai tantangan yang dihadapi. Sebaliknya, siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah umumnya menunjukkan perilaku ragu-ragu, takut melakukan kesalahan, sulit menyampaikan pendapat, mudah menyerah, serta kurang aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, sosial, dan emosional. Pada fase ini, siswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan menunjukkan kemampuan sosial yang baik. Namun, tidak semua siswa mampu melewati tahap

perkembangan tersebut secara optimal. Rendahnya kepercayaan diri masih menjadi salah satu permasalahan yang sering ditemukan di lingkungan sekolah. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan potensi siswa, baik dalam bidang akademik maupun nonakademik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 24 Kota Jambi, ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan ciri-ciri kepercayaan diri rendah, seperti merasa takut ketika diminta menyampaikan pendapat di depan kelas, gugup saat melakukan presentasi, kurang yakin terhadap kemampuan diri sendiri, serta cenderung pasif dalam kegiatan diskusi kelompok. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya bantuan yang dapat membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri sehingga mereka mampu mengembangkan potensi diri secara optimal.

Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan

kepercayaan diri siswa adalah layanan bimbingan kelompok. Prayitno menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu peserta didik memperoleh berbagai informasi, wawasan, serta pengalaman yang berguna bagi perkembangan dirinya. Melalui interaksi kelompok, siswa dapat belajar mengemukakan pendapat, menghargai pandangan orang lain, serta mengembangkan kemampuan komunikasi dan sosial.

Dalam pelaksanaannya, layanan bimbingan kelompok dapat dipadukan dengan berbagai teknik, salah satunya adalah teknik diskusi. Teknik diskusi memberikan kesempatan kepada setiap anggota kelompok untuk menyampaikan ide, bertukar pikiran, memberikan tanggapan, serta bersama-sama mencari solusi terhadap suatu permasalahan. Melalui kegiatan tersebut, siswa dilatih untuk lebih berani berbicara, mengungkapkan gagasan, dan membangun keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Oleh karena itu, teknik diskusi dipandang sesuai untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian Wulandari, Suhendri, dan Setiawan (2024) menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Penelitian Khasanah, Lesmana, dan Zarkasih (2019) juga menemukan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa. Selain itu, penelitian Zakaria dan Wiryosutomo (2023) membuktikan bahwa teknik diskusi dalam bimbingan kelompok mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam menyampaikan pendapat.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terhadap kepercayaan diri siswa SMP Negeri 24 Kota Jambi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimental dan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 24 Kota Jambi. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 241 siswa, sedangkan sampel penelitian berjumlah 8 siswa yang dipilih menggunakan Teknik *purposive sampling* berdasarkan karakteristik kepercayaan diri rendah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan angket kepercayaan diri. Angket digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) diberikan perlakuan.

Perlakuan yang diberikan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Data penelitian dianalisis menggunakan bantuan program SPSS melalui uji normalitas dan uji *paired sample t-test* untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kepercayaan diri siswa. Kriteria pengujian hipotesis menggunakan taraf signifikansi 0,05.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terhadap kepercayaan diri siswa SMP Negeri 24 Kota Jambi. Penelitian dilakukan terhadap 8 siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil observasi dan rekomendasi guru BK.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa masih tergolong rendah. Dari 8 responden, sebagian besar siswa berada pada kategori rendah (75%), sedangkan kategori sedang dan tinggi masing-masing sebesar 12,5%. Nilai rata-rata pre-test yang diperoleh siswa adalah 66,12.

Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi sebanyak tiga sesi, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa. Nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 114,25. Sebagian besar siswa berada pada kategori tinggi (50%), kategori sedang (37,5%), dan kategori rendah hanya 12,5%.

Tabel 1 Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test

Keterangan	Pre-test	Post-test
Jumlah Skor	529	914
Rata-Rata	66,12	114,25
Persentase Peningkatan	-	72,78%

Hasil tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor kepercayaan diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

Berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk, data penelitian berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan uji hipotesis menggunakan paired sample t-test. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($< 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 24 Kota Jambi. Peningkatan tersebut terlihat dari

perubahan skor rata-rata kepercayaan diri siswa yang meningkat dari 66,12 pada saat pre-test menjadi 114,25 pada saat post-test. Selain itu, persentase peningkatan yang mencapai 72,78% menunjukkan bahwa layanan yang diberikan memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa.

Peningkatan kepercayaan diri siswa terjadi karena selama proses layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, siswa diberikan kesempatan untuk mengemukakan pendapat, bertukar pengalaman, serta berinteraksi secara aktif dengan anggota kelompok lainnya. Melalui kegiatan diskusi, siswa belajar menyampaikan ide secara terbuka, menghargai pendapat orang lain, dan memperoleh umpan balik positif yang membantu meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Prayitno yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sarana pengembangan diri individu. Dinamika kelompok yang terbentuk selama kegiatan diskusi membantu siswa mengurangi rasa takut, malu, dan

keraguan ketika berinteraksi dengan orang lain sehingga kepercayaan diri siswa menjadi lebih baik.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Wulandari, Suhendri, dan Setiawan (2024) yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi mampu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Selain itu, penelitian Khasanah et al. (2019) serta Zakaria dan Wiryosutomo (2023) juga membuktikan bahwa teknik diskusi dalam layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, khususnya dalam keberanian menyampaikan pendapat.

Berdasarkan hasil analisis statistik dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 24 Kota Jambi.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 24 Kota Jambi. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan

rata-rata skor kepercayaan diri siswa dari 66,12 pada pre-test menjadi 114,25 pada post-test. Hasil uji paired sample t-test memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 ($< 0,05$), yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat menjadi salah satu alternatif layanan BK yang efektif untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghufron, M. N., & Risnawita S, R. (2025). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Khasanah, Y. W., Lesmana, S., & Zarkasih, E. (2019). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa MTs. Nurul Islam di Bekasi Tahun Ajaran 2018/2019. *Guidance Jurnal Bimbingan Dan Konseling* Volume, 16(12), 1–6. <https://uia.e-journal.id/guidance/article/view/431>
- Nasution, S. (2023). Bibliotherapy Utilizing Electronic Publications to Increase The Self-Confidence of Teenagers Victims of Bullying. *Jurnal Mimbar Ilmu*, 28(3), 539–548.

- Prayitno. (2018). *Konseling Profesional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*. PT Rajagrafindo Persada.
- Safitri, E. D. N., Hendriana, H., & Siddik, R. R. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Sma Kelas Xi Pada Masa Pandemi Covid-19. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i1.8784>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Suryani, A. D., & Kurniawan, D. E. (2023). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(1), 122–130. <https://doi.org/10.30653/001.202371.258>
- Sutja, A., Emosda, Herlambang, S., & Nelyahardi. (2024). *Penulisan Skripsi untuk Prodi Bimbingan Konseling* (pp. 63–64). Penerbit Wahana Resolusi Umbulharjo.
- Wulandari, S. A., Suhendri, & Seriawan, A. (2024). Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Kepercayaan Peserta Didik Kelas Xi Sma N 3 Pati. *Universitas PGRI Semarang*, 2, 39–53.
- Zakaria, I. M. Y., & Wiryosutomo, H. W. (2023). Keefektifan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam penyampaian pendapat pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 42 Surabaya. *E-Journal Unesa*, 438–446. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/54351>