JURNAL

EFEKTIFITAS TEKHNIK PERMAINAN *LANJUTKAN CERITAKU* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 3 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2016/2017

THE EFFECTIVENESS OF "LANJUTKAN CERITAKU" GAMES IN GROUP GUIDANCE TO IMPROVE THE STUDENTS SELF CONFIDENCE AT 8 GRADE STUDENTS OF SMP NEGERI 3 KEDIRI ON ACADEMIC YEAR 2016/2017

Oleh:
ANJARWATI
12.1.01.01.0231

Dibimbing oleh :
1. **Dra. Khususiyah, M. Pd.**
2. **Yuanita Dwi Krisphianti, M. Pd.**

BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap	: Anjarwati
NPM	: 12.1.01.01.0231
Telepun/HP	: 0857-3640-2588
Alamat Surat (Email)	: anjaralam61@gmail.com
Judul Artikel	: Efektifitas Tekhnik Permainan *Lanjutkan Ceritaku* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017
Fakultas – Program Studi	: FKIP – Bimbingan dan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat PerguruanTinggi	: Jl. K.H. Achmad Dahlan No. 76 Tel. : (0354) 771576, 771503, 771495 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa:

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui

Kediri, 26 Januari 2017

Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Dra. Khususiyah, M. Pd	Yuanita Dwi Krisphianti, M. Pd	Anjarwati
NIDN. 0717115901	NIDN. 0708068904	12.1.01.01.0231

Efektifitas Tekhnik Permainan *Lanjutkan Ceritaku* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017

Anjarwati
12.1.01.01.0231
FKIP-Bimbingan dan Konseling
anjaralam61@gmail.com
Dra. Khususiyah, M. Pd. dan Yuanita Dwi Krisphianti, M. Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Abstrak

Anjarwati: Efektifitas Tekhnik Permainan *Lanjutkan Ceritaku* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017.

Penelitian ini didasari dari hasil pengamatan dan pengalaman peneliti bahwa masih banyak siswa yang prestasi belajarnya menurun beberapa diantaranya mengalami rasa percaya diri rendah. Hal ini ditunjukkan dengan ciri-ciri menarik diri pergaulan, mengabaikan diri sendiri, menolak tantangan, sering menyalahkan orang lain sehingga dapat lepas dari tanggung jawab, tidak kreatif, bergantung pada orang lain, mudah dipengaruhi, dan tidak percaya pada orang lain. Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting. Rendahnya rasa percaya diri berakibat pada menurunnya prestasi akademik dan akan mengganggu kehidupan sosial siswa di masa yang akan datang.

Permasalahan penelitian ini adalah apakah tekhnik permainan *lanjutkan ceritaku* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kediri tahun pelajaran 2016/2017. Sedangkan pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif, dengan tekhnik penelitian *pre-experiment design*, dan analisis data menggunakan uji *paired sample t-Tes*t dengan subyek penelitian siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kediri tahun pelajaran 2016/2017 sejumlah 7 siswa. Penelitian dilaksanakan dalam lima sesi, sedangkan pengukuran dilakukan dengan menggunakan angket percaya diri, dan pedoman pelaksanaan pemberian layanan menggunakan RPLBK.

Dari hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample t-Test* diperoleh nilai sig.(2- tailed) 0,004 < 0,05. Karena 0,004 < 0,05 maka Ho ditolak. Hal ini juga dibuktikan dari hasil nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, yaitu -4,642 > 2,447 sehingga dari penghitungan tersebut menunjukkan bahwa tekhnik permainan lanjutkan ceritaku dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Kediri tahun pelajaran 2016/2017.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa tekhnik permainan *lanjutkan ceritaku* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa. Sehingga disarankan bagi guru Bimbingan dan Konseling untuk menggunakan tekhnik permainan *lanjutkan ceritaku* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa.

Kata kunci: tekhnik permainan *lanjutkan ceritaku*, bimbingan kelompok, percaya diri.

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, saat ini bangsa Indonesia sedang berupaya meningkatkan mutu pendidikan dalam menghadapi perkembangan zaman. Dunia pendidikan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa dan tujuan pendidikan nasional. Tujuan pendidikan nasional tercantum dalam UU nomor 20 tahun 2003 bab 2 pasal 3 yaitu:

> Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi Marusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Untuk mewujudkan kutipan undang-undang tersebut, perlu adanya peran aktif dari sekolah, terutama guru BK dalam memberikan layanan sesuai kebutuhan siswa. Namun faktanya, dibeberapa sekolah pemberian layanan masih bersifat klasikal atau masal, sehingga mengesampingkan kebutuhan individual siswa. Permasalahan yang dialami siswa saat ini juga semakin beragam, salah satunya yaitu rendahnya rasa percaya diri siswa. Rendahnya rasa percaya diri ini dapat menimbulkan hambatan besar dalam menjalankan kegiatan sehari-hari dan akan berdampak pada perkembangan anak dimasa yang akan datang.

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pentingnya memiliki percaya diri yang tinggi karena percaya diri merupakan suatu proses pengembangan, ini dapat diperoleh bagi seseorang yang betul-betul mau dengan segala kemampuan dan kreatifitasnya untuk tampil sebagai sosok yang penuh percaya diri. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud mereka dapat berfikiran positif dan dapat menerimanya. Menurut Lautser (dalam Gufron, 2010:35) “percaya diri diperoleh dari pengalaman hidup. Percaya 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”. Sebagian orang tidak menyadari bahwa rendahnya percaya diri dapat menimbulkan hambatan besar dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Tingkat percaya diri yang rendah berhubungan dengan proses belajar seperti prestasi rendah, atau kehidupan keluarga yang

sulit, atau dengan kejadian-kejadian yang membuat tertekan, masalah yang muncul dapat menjadi lebih meningkat. Siswa yang mengalami krisis percaya diri ini cenderung menarik diri dari pergaulannya, hal tersebut sangat berpengaruh terhadap perkembangan siswa. Oleh karena itu, perlu adanya penanganan pada siswa dengan krisis percaya diri yang tinggi, agar siswa mampu memaksimalkan potensi dan meningkatkan prestasi akademik maupun non akademiknya.

Percaya diri ini sudah pernah diteliti oleh Suhardita (2011), yaitu tentang efektifitas penggunaan permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa XI SMA Laboratorium (percontohan) UPI Bandung tahun ajaran 2010/2011. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang signifikan percaya diri siswa setelah diberikan intervensi penggunaan tekhnik permainan dalam bimbingan kelompok, dengan demikian dapat dikatakan bahwa penggunaan tekhnik permainan dalam bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa. Kemudian Purwati, dkk (2012) yaitu tentang model bimbingan kelompok dengan tekhnik *fun game* untuk mengurangi kecemasan berbicara didepan kelas. Respati (2015) yaitu tentang meningkatkan komunikasi antar pribadi melalui bimbingan kelompok dengan teknik permainan kerjasama.

Berdasarkan hasil observasi beberapa mahasiswa yang melaksanakan PPL 2 di SMP Negeri 3 Kediri, serta informasi dari guru BK di SMP Negeri 3 Kediri, siswa yang prestasi belajarnya menurun beberapa diantaranya mengalami rasa percaya diri yang rendah. Dari bimbingan klasikal yang didalamnya peserta didik diminta untuk mengisi kuesioner atau angket, diperoleh data beberapa peserta didik mengalami permasalahan dengan interaksi sosialnya, cenderung menarik diri dari pergaulan, dan pasif dalam kegiatan belajar mengajar maupun ekstrakurikuler disekolah. Akibatnya berdampak pada proses dan hasil belajar mereka. Oleh karena itu merupakan hal yang sangat penting bagi sekolah untuk membantu mengatasi permasalahan siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Upaya yang dapat dilakukakn oleh sekolah bisa berupa upaya langsung membantu anak selama dalam sekolah untuk mengatasi permasalahannya yang kurang percaya diri. Upaya yang dilakukan diantaranya konseling individu, konseling kelompok, maupun bimbingan kelompok. Dimana bimbingan tersebut mengarahkan siswa bagaimana berinteraksi dengan orang lain atau teman, sehingga siswa dapat mengembangkan kemampuannya secara

optimal. Namun saat ini faktanya disekolah-sekolah masih banyak yang belum menyadari kebutuhan layanan siswa yang mengalami permasalahan kurang percaya diri. Bimbingan yang diberikan kebanyakan hanya berupa layanan informasi. Untuk itu sudah menjadi tugas guru pembimbing memperbaiki proses pemberian bimbingan yang masih tradisional dan memberikan layanan yang inovatif dan kreatif serta sesuai dengan kebutuhan siswa.

Gejala dari berkurangnya rasa percaya diri pada peserta didik dapat diperhatikan dari perilakunya yang cenderung menarik diri dari pergaulan, mengabaikan diri sendiri, menolak tantangan, menyalahkan orang lain, tidak kreatif, bergantung pada orang lain, mencampuradukkan masa lalu dengan masa depan, tidak percaya orang lain, dan mudah dipengaruhi. Sarastika (2014:14). Berdasarkan gejala tersebut, perlunya pemberian layanan yang tidak hanya sekedar layanan informasi dan pemahaman untuk meningkatkan rasa percaya diri, namun juga menekankan praktik langsung didalamnya, dimana praktik tersebut dapat melatih kemampuan siswa untuk berinteraksi dengan orang lain. Wibowo (dalam Respati 2015:15) mengemukakan bahwa "bimbingan kelompok diberikan kepada semua individu yang dilakukan atas dasar jadwal reguler untuk membahas masalah atau topik-topik umum secara luas dan mendalam yang bermanfaat bagi anggota kelompok". Dalam tekhnik permainan *Lanjutkan Ceritaku*, peserta tidak hanya dituntut untuk mendengarkan cerita dari peserta lain, tetapi juga meresponnya secara langsung dengan melanjutkan ceritanya (Suwarjo dan Eliasa, 2010:44).

Dengan menyadari gejala-gajala atau kenyataan diatas, maka penulis merasa perlu mengangkat tentang "Efektifitas Tekhnik Permainan *Lanjutkan Ceritaku* dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 3 Kediri Tahun Ajaran 2016/2017".

II. METODE

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif, karena data yang digunakan berupa angka, selain itu untuk memaksimalkan waktu agar penelitian tidak berlangsung dalam waktu yang lama. Tekhnik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Pre-Experimental design* dengan desain rancangan *one group pretest-posttest design*, karena tidak ada perbandingan dengan kelompok kontrol, sehingga satu kelompok tes diberikan satu perlakuan yang sama sebelum dan

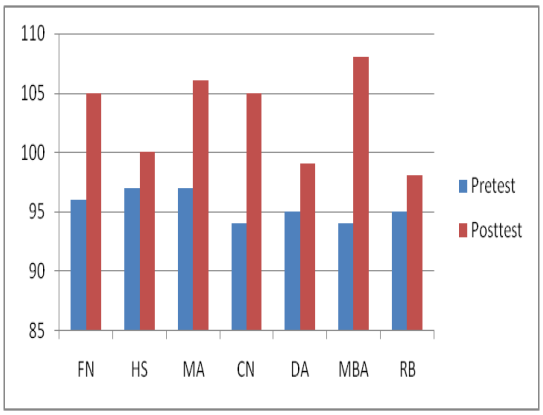
sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu tekhnik permainan *lanjutkan ceritaku* dalam bimbingan kelompok, sedangkan untuk variabel terikatnya yaitu percaya diri.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kediri. Karena populasi dari penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 10 kelas dengan total siswa 337 siswa. Sehingga untuk memudahkan dalam penarikan sampel, maka peneliti mengambil 2 kelas sebagai populasinya, yaitu kelas VIII-A dan kelas VIII-B. Sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 7 siswa, sampel diambil dengan menggunakan tekhnik *purposive sampling.* Peneliti menggunakan instrumen angket percaya diri dengan skala pengukuran *Likert* dalam mencari data, namun sebelum angket dibagikan, peneliti telah melakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Jumlah item pada instrumen percaya diri berjumlah 64 item, dimana setelah dilakukan uji validitas didapat 34 item pernyataan valid dan 30 item pernyataan yang tidak valid. Dengan hasil tersebut selanjutnya instrument disusun kembali dengan jumlah 34 item yang valid dan digunakan sebagai alat pengumpul data. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sample t-tes* dengan signifikansi 5%, dan untuk norma keputusan menggunakan taraf probabilitas/ taraf signifikansi 0,05.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

HASIL

Sebelum dilakukan uji *paired sample t-Test* , dilakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk mengetahui data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan uji *Saphiro Wilk.* Berdasarkan hasil uji normalitas didapatkan hasil nilai signifikansi *pretest* sebesar 0,215 dan *posttest* sebesar 0,284. Karena nilai signifikansi *pretest* dan *posttest* > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Karena data dalam penelitian ini berdistribusi normal, sehingga untuk analisis data menggunakan uji *paired sample t-test* yang dibantu dengan program *SPSS 16.0 for Windows.* Dari hasil penghitungan diperoleh taraf sig. (2-tailed) 0,004. Karena taraf sig. (2-tailed) 0,004 < 0,05, maka Ho ditolak. Hal ini juga dibuktikan dari hasil Thitung dan Ttabel yakni Thitung -4,642 > Ttabel 2,447 pada taraf signifikansi 5%. Berikut merupakan diagram perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*:



Berdasarkan diagram diatas dapat dilihat bahwa terdapat perubahan hasil *posttest* dengan *pretest*. Skor yang diperoleh pada hasil *posttest* bervariasi. Hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan perolehan nilai angket dan peningkatan kategori. Pada *pretest* menunjukkan bahwa tingkat percaya diri siswa pada kategori rendah, kemudian pada hasil *posttest* menunjukkan peningkatan pada kategori sedang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan menggunakan uji *paired sample t-Test*, menunjukkan bahwa tekhnik permainan *lanjutkan ceritaku* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan yakni "tekhnik permainan lanjutkan ceritaku dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Kediri tahun pelajaran 2016/2017" diterima.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Gufron, M. Nur. dkk. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Purwati, Sri. dkk. 2012. *Model Bimbingan Kelompok dengan Tekhnik Fun Game untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara didepan Kelas*, 1 (2). (online), tersedia: 684-1294-1-SM.pdf, diunduh pada 23 juni 2016.

Respati, A.R 2015. *Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Tekhnik Permainan Kerjasama Pada Siswa Kelas XI Matematika dan Sains 2 di SMA Negeri 1 Muntilan.* Skripsi. (Online), tersedia: http://lib.unnes.ac.id/21131/1/1301410037-s.pdf diunduh pada 23 juni 2016.

Sarastika, P. 2014. *Buku Pintar Terampil Percaya diri.* Yogyakarta. Araska

Suhardita, Kadek. 2011. *Efektifitas penggunaan tekhnik permainan dalam bimbingan kelompok untuki meningkatkan percaya diri siswa,* edisi khusus (1). (online), tersedia: http://jurnal.upi.edu/penelitian-pendidikan/view/641/efektivitas-penggunaan-teknik-permainan-dalam-bimbingan-kelompok-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa-penelitian-quasi-eksperimen-pada-sekolah-menengah-atas-laboratorium--percontohan--upi-bandung-tahun-ajaran-2010/2011-.html diunduh pada 15 desember 2015.

Suwarjo, dan Eliasa E. I. 2011. *55 Permainan (Games) dalam Bimbingan Dan Konseling.* Yogyakarta: Paramitra Publishing.

Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. (Online), tersedia: http://kemenag.go.id/file/dokumen/UU2003.pdf diunduh pada 15 Desember 2015.