

**Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi
Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik
Kelas X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan**

Sunarti

SMA Negeri 1 Cangkringan
E-mail: drasunarti@yahoo.co.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan tahun pelajaran 2021/2022. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling dengan menggunakan dua siklus. Siklus 1 dimulai pada tanggal 4 Januari 2022 dan siklus 2 dimulai tanggal 1 Februari sampai dengan tanggal 26 Februari 2022. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, angket dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X IPS1. Pada siklus 1 diperoleh rata-rata nilai percaya diri sebesar 47,3 dan setelah selesai dilakukan pada siklus 2 hasilnya meningkat menjadi 96,0. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan.

Kata kunci: bimbingan kelompok, teknik diskusi, rasa percaya diri

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of group guidance using discussion techniques to increase the self-confidence of class X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan for the 2021/2022 academic year. This type of research is guidance and counseling action research using two cycles. Cycle 1 begins on January 4 2022 and cycle 2 begins February 1 to February 26 2022. The data collection method uses observation, questionnaires and documentation. The results of this study found that the application of group guidance with group discussion techniques can be used to increase the self-confidence of class X IPS1 students. In cycle 1, an average confidence score of 47.3 was obtained and after completion in cycle 2 the results increased to 96.0. The conclusion in this study is that the application of group guidance with group discussion techniques is effectively used to increase the self-confidence of class X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan.

Keywords: group guidance, discussion techniques, confidence

Info Artikel

Diterima Januari 2023, disetujui Maret 2023, diterbitkan April 2023

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Yogyakarta

PENDAHULUAN

Rasa percaya diri sangat diperlukan dalam kehidupan manusia, apalagi di kalangan remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Hal tersebut dikhususkan lagi pada siswa SMA. Namun rasa percaya diri tersebut terkadang tidak dimiliki oleh mereka. Hal ini membuat tumbuh kembang mereka berjalan dengan tidak normal dan menimbulkan masalah, utamanya masalah dalam pendidikannya.

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Individu yang percaya diri merasa yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berfikir positif dan dapat menerimanya. Selain itu percaya diri mampu menjadi stimulus yang mendorong individu untuk mampu bertindak tanpa ragu.

Kepercayaan diri pada dasarnya merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk dapat menanggapi segala sesuatu dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki. Mastuti (2014) menyatakan “Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri seseorang sangat dipengaruhi oleh masa perkembangan yang sedang dilaluinya terutama bagi remaja.

Siswa yang duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA) ini tergolong usia remaja awal yang berada pada masa puber yaitu suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Individu yang kurang memiliki kepercayaan diri menilai bahwa dirinya kurang memiliki kemampuan.

Percaya diri adalah keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu (Muhammad: 2014). Konsep percaya diri pada dasarnya merupakan suatu keyakinan untuk menjalani kehidupan, mempertimbangkan pilihan dan membuat keputusan sendiri pada diri sendiri bahwa ia mampu untuk melakukan sesuatu. Artinya keyakinan dan percaya diri hanya timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu yang memang mampu dilakukannya.

Dengan percaya diri yang baik seseorang akan dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa ketika seseorang memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang akan dilakukan. Artinya keputusan untuk melakukan sesuatu dan sesuatu yang dilakukan itu bermakna bagi kehidupannya. (Kadek suhardita. 2010/2011)

Menurut Lindenfield dalam Asri (2014) mengemukakan beberapa faktor yang membangun kepercayaan diri anak, yakni cinta, rasa aman, peran, hubungan, kesehatan, sumber daya, dukungan, dan hadiah. Jelaslah bahwa dalam membangun kepercayaan diri anak membutuhkan cinta, rasa aman dan dukungan dalam kehidupannya.

Indikator kepercayaan diri rendah dapat dilihat dari beberapa aspek berikut ini: (1) tidak memiliki kemauan dan usaha; (2) tidak memiliki sikap optimis; (3) bergantung pada orang lain; (4) pesimis; (5) tidak mampu menyesuaikan diri; (6) tidak dapat memanfaatkan kelebihan; dan (7) memiliki mental yang rendah. Memiliki kepercayaan diri yang baik sangat besar pengaruhnya bagi kehidupan sosial remaja. Remaja yang mempunyai kepercayaan diri kurang baik, akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat mereka tinggal, baik itu di rumah, sekolah maupun di masyarakat.

Tabel 1
Data peserta didik yang mempunyai kepercayaan diri rendah
Tahun Pelajaran 2021/2022

No	Indikator	Jumlah Peserta Didik
1	Tidak memiliki kemampuan dan usaha	5
2	Tidak memiliki sikap optimis	6
3	Bergantung pada orang lain	6
4	Pesimis	5
5	Tidak mampu menyesuaikan diri	5
6	Tidak dapat memanfaatkan kelebihan	4
7	Memiliki mental yang rendah	4
	Jumlah	35

Sumber: Dokumentasi BK SMAN 1 Cangkringan 1

Fenomena yang terjadi pada sebagian peserta didik di kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan tersebut dapat menyebabkan hasil kepercayaan diri yang tidak optimal. Adapun layanan bimbingan dan konseling yang sesuai untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, salah satunya adalah kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi karena di dalam kelompok, peserta didik belajar berdiskusi dan membahas topik yang diangkat bersama-sama serta mencari jalan keluar untuk masalah tersebut (Lailatul: 2016) Dalam penggunaan metode bimbingan kelompok terutama dengan teknik diskusi dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.

Seseorang yang mengalami ketidak percayaan diri dimungkinkan juga mengalami gangguan mental seperti: rasa minder (rendah diri), mudah cemas, was-was, stres, mudah berprasangka buruk, selalu berfikir negatif, dan berbagai gangguan mental lain yang menyebabkan ketidak tenangan jiwa. Ada kalanya berbagai gangguan mental yang menjadi salah satu sebab timbulnya gejala tidak percaya diri.

Percaya diri terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungannya, baik lingkungan keluarga, masyarakat, dan lingkungan sekolah. Kepercayaan diri mengandung keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Ada banyak yang mempengaruhi kepercayaan diri peserta didik, salah satunya adalah lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah sebagai tempat berlangsungnya proses kedewasaan sosial individu. Individu yang memperoleh pendidikan formal biasanya dalam bertingkah laku mempunyai kepercayaan diri tinggi.

Menurut Lie (2016), kepercayaan diri adalah “meyakini akan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah”. Dengan kepercayaan diri, peserta didik merasa dirinya berharga dan mempunyai kemampuan menjalani kehidupan, mempertimbangkan berbagai pilihan dan membuat keputusan sendiri. Peserta didik yang mempunyai kepercayaan diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangannya dengan baik dan kemampuan untuk belajar menyelesaikan tugas. Sedangkan peserta didik yang tidak percaya diri akan menjadi individu yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu dalam menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan, sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

Kepercayaan ini terbentuk dengan belajar secara terus menerus bukan dari sifat bawaan dan keturunan. Proses belajar untuk mengembangkan kepercayaan diri dimulai sejak dini, peran orang tua dalam mengasuh anak sangat besar pengaruhnya. Pola asuh yang diberikan meliputi kasih sayang, perhatian, penerimaan, serta kelekatan emosi dengan orang tua secara tulus. Dengan adanya kehangatan dan asuhan dari orang tua, maka kepercayaan diri timbul dari keinginan diri sendiri dalam perwujudan diri untuk bertindak dan berhasil.

Bimbingan kelompok merupakan tempat bersosialisasi dengan anggota kelompok dan masing-masing anggota kelompok akan memahami dirinya dengan baik. Berdasarkan pemahaman diri atau itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya, selain itu dalam layanan bimbingan kelompok ketika dinamika kelompok sudah dapat tercipta dengan baik ikatan batin yang terjalin antar anggota kelompok akan lebih mempererat hubungan diantara mereka sehingga masing-masing individu akan merasa diterima dan dimengerti oleh orang lain, serta timbul penerimaan terhadap dirinya dan tentunya akan dapat meningkatkan kepercayaan diri dari masing-masing individu.

Keefektifan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi telah banyak dibuktikan dalam berbagai penelitian eksperimen seperti yang dilakukan oleh Alfitri Asmaul Husnah dengan judul “Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Talang Padang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan percaya diri siswa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi. Kesimpulannya adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara peningkatan kepercayaan diri sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dengan sesudah mendapatkan layanan teknik diskusi, sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

Bimbingan kelompok merupakan lingkungan yang nyaman yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk melatih diri agar mampu memberikan ide, gagasan perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Suasana ini dapat menimbulkan perasaan berarti bagi anggota yang selanjutnya juga dapat menambah kepercayaan diri.

Pemikiran yang digunakan dalam penelitian ini adalah bahwa dalam bimbingan kelompok akan terjadi proses interaksi antar individu didalam kelompok. Diharapkan bimbingan kelompok dijadikan media pemahaman nilai-nilai positif bagi peserta didik, khususnya sikap percaya diri dibentuk tidak hanya dengan pendekatan pribadi namun dengan pendekatan kelompok yang akan lebih optimal karna para peserta didik tidak akan merasa terhakimi oleh permasalahan yang dialami, masalah kepercayaan diri merupakan masalah yang banyak dialami oleh remaja sehingga untuk mengefisienkan waktu dan tentunya tidak mengurangi fungsi-fungsi dalam bimbingan kelompok, bimbingan kelompok dimungkinkan lebih efektif dibandingkan layanan pribadi.

Dari beberapa metode yang terdapat di layanan bimbingan kelompok, salah satu metode yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yaitu metode diskusi kelompok.

Melalui teknik diskusi kelompok, siswa mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama dengan saling memberikan saran dan pertimbangan untuk memecahkan masalah. Berbagai macam masalah dapat

dipecahkan melalui diskusi kelompok, baik masalah pelajaran, sosial, atau merencanakan kegiatan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa cara yang efektif untuk mengatasi kepercayaan diri peserta didik yaitu menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, karna di dalam diskusi kelompok, peserta didik memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama serta mendapat kesempatan untuk mengemukakan pikirannya masing-masing, masalah yang dapat didiskusikan seperti masalah kepercayaan diri peserta didik, masalah belajar, masalah karier dan lain sebagainya.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Apakah efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas X IPS1 di SMAN 1 Cangkringan Tahun Pelajaran 2021/2022?.

Adapun tujuan dari penelitian ini antara lain: (1) untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, (2) untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan, (3) untuk mengetahui problematika kepercayaan diri peserta didik, serta mengetahui apakah kepercayaan diri peserta didik dapat ditingkatkan dengan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah: secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dan memberikan masukan bagi ilmu bimbingan dan konseling, khususnya bagi guru BK di sekolah dalam meningkatkan percaya diri peserta didik di sekolah serta dapat memberikan teori yang berkaitan dengan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Bagi sekolah penelitian ini diharapkan memberikan dampak positif terhadap efektivitas percaya diri peserta didik kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan. Bagi guru dapat dijadikan acuan, umumnya dalam kegiatan pembelajaran di kelas dalam meningkatkan percaya diri. Bagi penulis dapat menambah pengetahuan, memberikan pengalaman yang sangat besar berupa pengalaman yang menjadi bekal untuk menjadi konselor yang profesional. Bagi peserta didik dapat menambahkan aktivitas dan kreativitas secara optimal dalam pelaksanaan proses belajar sehingga lebih bermakna dan dengan layanan bimbingan kelompok melalui metode diskusi ini kepercayaan diri anak akan meningkat dengan baik.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah metode tindakan kelas melalui dua siklus sedangkan alat pengumpul data yang ditempuh oleh peneliti untuk memperoleh data adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Menurut Hadi (Sugiyono: 2013), observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua di antara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan. Dari pendapat tersebut, maka dapat diketahui bahwa observasi yaitu suatu metode pengumpulan data yang diperlukan dengan melakukan pengamatan terhadap obyek tertentu dalam penelitian. Dalam penelitian ini observasi digunakan untuk mengamati perilaku peserta didik pada saat layanan bimbingan kelompok berlangsung.

2. Angket

Angket digunakan sebagai metode untuk memperoleh data tentang kepercayaan diri peserta didik. Menurut Arikunto (1993), angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis

untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti tentang pribadinya atau hal-hal yang diketahui. Pada angket kepercayaan diri pertanyaannya merupakan stimulus yang tertuju pada indikator untuk memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan diri subjek yang biasanya tidak disadari oleh responden yang bersangkutan. Format yang digunakan dalam instrumen penelitian ini terdiri dari 5 pilihan jawaban dari pertanyaan yang ada. Adapun Skor alternatif jawaban tersebut dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2
 Skor Alternatif Jawaban

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban				
	Sangat setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
<i>Favorable</i> (Pernyataan Positif)	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (Pernyataan Negatif)	1	2	3	4	5

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai profil/gambaran percaya diri peserta didik sekaligus sebagai dasar penyesuaian isi layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan percaya diri peserta didik. Hasil penyebaran instrumen dijadikan analisis awal untuk perumusan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.

Judul penelitian ini adalah: Efektifitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri. Subyek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan tahun pelajaran 2021/2022.

Deskripsi Data

1. Hasil Angket *Pretest* Percaya Diri Peserta Didik

Pretest dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal kepercayaan diri peserta didik dikelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan. Berikut disajikan hasil atau kondisi *pretest* kepercayaan diri peserta didik:

Tabel. 3
 Hasil *Pretest* Percaya Diri Peserta Didik

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kategori
1	NR	45	Rendah
2	MF	52	Rendah
3	AF	49	Rendah
4	SAA	49	Rendah
5	YV	54	Rendah
6	DP	48	Rendah
7	MFA	46	Rendah
8	YA	40	Rendah

9	SN	45	Rendah
10	MD	45	Rendah
N 10		Σ 473	
Mean/rata-rata		47.3	

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan hasil pretest peserta didik dengan jumlah responden 10 orang siswa kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan yang memiliki kepercayaan diri rendah, nilai rata-rata dari hasil pretest di atas adalah 47.3. setelah diberikan pretest dan dilakukan treatment ke peserta didik maka selanjutnya diberikan posttest ke peserta didik yang sama, dan hasil nya sebagai berikut:

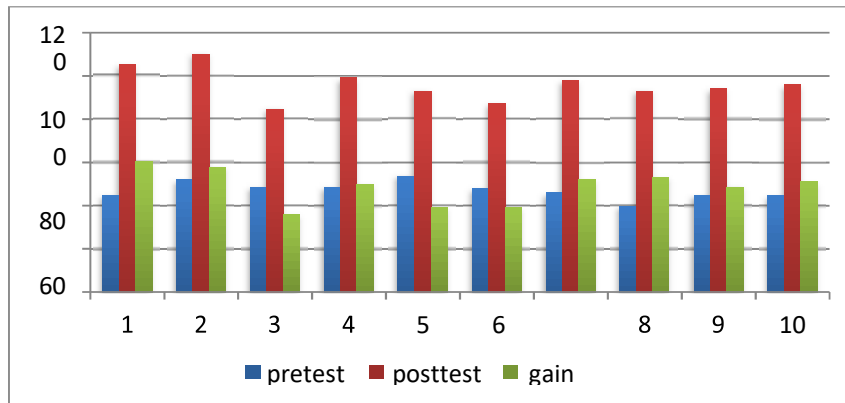
2. Hasil Angket *Posttest* Percaya Diri Peserta Didik

Setelah memberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok, maka peneliti mengukur kembali percaya diri peserta didik di kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan, adapun hasil *Posttest* percaya diri peserta didik sebagai berikut:

Tabel 4
 Hasil *Posttest* Percaya Diri Peserta Didik

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Kategori
1	NR	105	Tinggi
2	MF	110	Tinggi
3	AF	85	Sedang
4	SAA	99	Tinggi
5	YV	93	Tinggi
6	DP	87	Sedang
7	MTF	98	Tinggi
8	YA	93	Tinggi
9	SN	94	Tinggi
10	MD	96	Tinggi
N 10		Σ 960	
Mean/rata-rata		96.0	

Berdasarkan tabel 3 dan 4 tersebut terdapat hasil *posttest* setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi terjadi peningkatan kepercayaan diri peserta didik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi efektif untuk meningkatkan percaya diri peserta didik. Berdasarkan hasil penghitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* sama-sama mengalami peningkatan, yaitu (47.3<96.0). Maka dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi peserta didik mengalami peningkatan percaya diri. Peningkatan ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1
Grafik Peningkatan Percaya Diri

Sedangkan untuk mengetahui kelompok mana yang lebih efektif dalam pemberian *treatment* dapat dilihat rata-rata *gain score* (48.7), sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi efektif untuk meningkatkan percaya diri.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok siswa yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi berkenaan dengan bimbingan dan konseling, yang diberikan sebanyak 4 kali pertemuan, dan hasil penelitian layanan bimbingan kelompok berkenaan dengan layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan percaya diri peserta didik setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok meningkat, dibandingkan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

Pembahasan hasil penelitian diawali dengan profil percaya diri, dilanjutkan dengan menganalisis layanan yang tepat. Adapun pembahasan keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan percaya diri peserta didik adalah sebagai berikut:

3. Pembahasan Profil/Gambaran Umum Percaya Diri Peserta Didik

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa percaya diri peserta didik kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan, terdapat peserta didik yang berada pada kategori rendah. Apabila percaya diri peserta didik yang rendah dibiarkan maka akan dapat menghambat proses belajar bagi peserta didik tersebut, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik. Hal ini berarti kesempatan belajar makin banyak dan optimal jika siswa tersebut menunjukkan keseriusannya dalam percaya diri sehingga dapat membangkitkan rasa kepedulian terhadap sesama.

Kepercayaan diri merupakan sikap yakin terhadap sesuatu. Segala tantangan hidup apapun dapat dihadapi dengan baik, jika mempunyai kepercayaan diri. Kepercayaan diri dapat dibentuk dengan belajar terus menerus, tidak ada perasaan takut jika berbuat salah dan menerapkan pengetahuan yang sudah dipelajari. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berperan besar bagi keberhasilan seseorang dalam melakukan tugas hidupnya.

4. Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Efektivitas layanan bimbingan kelompok diperoleh dengan membandingkan perilaku percaya diri peserta didik sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dan setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi, yang

menunjukkan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap percaya diri peserta didik. Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data hasil uji efektivitas, diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest*. jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi efektif dalam meningkatkan percaya diri peserta didik kelas X IPS1 SMAN 1 Cangkringan tahun pelajaran 2021/2022.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penghitungan rata-rata skor percaya diri sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait percaya diri hasil *pretest* 47,3 setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok mengalami peningkatan menjadi 96,0. maka dengan demikian komunikasi interpersonal peserta didik terdapat perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi. Maka dapat disimpulkan bahwa teknik diskusi dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas X IPS 1 SMAN 1 Cangkringan Tahun Pelajaran 2021/2022.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu: Bagi peserta didik, peserta didik perlu menindak lanjuti dan meningkatkan kepercayaan dirinya agar memiliki karakter yang unggul, kreatif dan bertanggung jawab. Bagi guru BK, hendaknya dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kurikulum yaitu untuk meningkatkan, kepercayaan diri peserta didik. Bagi peneliti selanjutnya kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang percaya diri pada peserta didik hendaknya sebelum diadakannya bimbingan kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah yang terkait dengan percaya diri pada peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah. 2016. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Rasa Percaya diri Peserta Didik Kelas XI-AK SMK SWASTA YASPI Labuhan Deli Medan*, (Tesis Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sumatra Utara.
- Amti, E. Dan Prayitno. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Depdikbud, Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 1993. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, Edisi Revisi 11 cet.ke IX.
- Dewa, S, K. 2002. *Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka cipta.
- Enung, F. 2008. *Psikologi Perkembangan*, Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Hartinah, S. 2011 *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009) Sudjarwo, *dinamika kelompok*, Mandar maju, Bandung,
- Jhon, S, W. 2008. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Kadek, S. 2010/2011. *Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Tersedia di Sekolah*, <https://www.scribd.com/doc/74660643/12/Kadek/Suhardita> (diakses tanggal 21 Januari 2018, jam 11.00)
- Kadek, S. 2010/2011. *Efektifitas Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa* <https://www.scribd.com/doc/74660643/12/kadek/suhardita> (diakses tanggal 20 desember 2018, jam: 14.00)

- Marjanti, S. 2015. *Upaya meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling kelompok bagi siswa X IPS 6 SMA 2 BAE KUDUS tahun pelajaran 2014/2015*. e-mail: yanti@sma2baekudus.sch.id, *Jurnal Konseling GUSJIGJANG* Vol.1 No.2 Tahun 2015 ISSN 2460-1187 (Diakses tgl 19 maret 2018)
- Mera, R. 2017. *Upaya Meningkatkan Keaktifan Peserta Didik Dalam Diskusi Kelompok Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Peserta Didik Kelas VIII E SMPN 19 Semarang*, Semarang: UNS, 2013. (diakses tgl 18 oktober 2017, jam: 12.00)
- Mufida, L. dan Nursalim, M. 2018. *Penggunaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa*. <https://www.academia.edu/4692877/penggunaan-bimbingan-kelompok-dengan-teknik-diskusi-untuk-meningkatkan-minat-belajar-siswa>.
- Mustari, M. 2014. *Nilai Karakter Refleksi Untuk Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- NI, A, L. Ketut, S, dan Dewi, A. 2017. *Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling* Volume: vol: 2 no:1 tahun: 2014 tersedia: <http://ejournal.Undiksha.ac.ai/index.php/JJBK/aeticle/viewfile/3649/2937>, (Diakses tgl 27 desember 2017, jam: 10.00)
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar Dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan L.6 L.7. Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Jurusan BK FIP UNP.
- Redaksi, T. 2013. *Amandemen Standar Nasional Pendidikan*, Jakarta: Sinar Grafika.
- Rudi, E. 2013. *Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Pada Peserta Didik Kelas X4 SMA Negeri 1 Rumbia Lampung Tengah Tahun Ajaran 2013/214*, (Skripsi Program Sarjana Pendidikan Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung).
- Sayondari, P, N., Antari, N, N, M., dan Dantes, N. 2014. *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Klas VIII E SMP Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*. E-mail: nopisayondari@gmail.com, mandriantari@yahoo.co.id, nyoman.dantes@pascaundiksha.ac.id , e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling Volume:2 No.1,Tahun 2014 (diakses tgl 19 maret 2018 jam 13.20)
- Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suryosubroto. 2005. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Zainal, A. 2012. *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Yarma Widya.