PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN METODE DISKUSI TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X SMK MA'ARIF MUNGKID TAHUN AJARAN 2024/2025

Rizqi Iza Mazida
Dr. M. Jumarin, M.Pd.
Drs. Wagiman, M.Pd.
Program Studi Bimbingan dan Konseling, IKIP PGRI Wates

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain pendekatan ekperimen quasi experimental design dengan jenis eksperimen nonequivalent control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Ma'arif Mungkid tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 368. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 24 siswa, dimana dibagi menjadi 12 siswa untuk kelompok kontrol dan 12 siswa untuk kelompok eksperimen. Metode pengumpulan data menggunakan angket, dengan melakukukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Uji coba item menggunakan analisis butir dengan menggunakan rumus person product moment. Hasil uji coba dari 40 butir soal menjadi 32 butir soal yang valid dan 8 butir soal telah gugur yaitu 8, 18, 21, 28, 29, 36, 38, dan 40. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach Alpha, yang diperoleh r_{ii} 0,881 dengan kriteria tinggi. Teknik analisis data menggunakan t-test. Hasil uji t test yang diperoleh nilai thitung = 4.400 dan dibandingkan dengan ketentuan nilai t pada acuan derajat kebebasan df 22 signikasi sebesar 0,05 atau 5% yaitu sebesar 2,074, ternyata t hitung yang dicari lebih besar daripada t tabel (4.400>2,074). Apabila t hitung lebih besar daripada t tabel, maka Ha yang berbunyi layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri diterima. Diketahui juga bahwa nilai signifikasi 2-tailed = 0,002 dibandingkan dengan nilai signifikasi 0,05 (0,002<0,05). Apabila signifikasi 2-tailed lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa hipotesis kerja yang menyatakan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMK Ma'arif Mungkid tahun ajaran 2024/2025 diterima.

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Metode Diskusi, Kepercayaan Diri.*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pada masa remaja biasanya pola pikir yang dialami masih berubah-ubah dan belum bisa berpikir secara rasional, sehingga menimbulkan banyak persoalan dan tantangan. Salah satu permasalahan yang disebabkan yaitu kurangnya rasa kepercayaan diri. Menurut Lauster (2012:12-14) "kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yang meyakini atas

kemampuan yang dimilikinya sehingga individu tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak yang disukai dan bertanggung jawab atas perbuatan yang dilakukannya".

Berkaitan dengan kepercayaan diri, kelas X SMK Ma'arif Mungkid masih ada siswa yang merasa kesusahan berkomunikasi dengan temannya, dan juga kurang mampu menyampaikan pendapat saat kegiatan belajar mengajar di kelas. Kejadian tersebut dapat mengakibatkan dampak besar terhadap siswa itu sendiri. Dalam rangka untuk memperbaiki masalah tersebut dapat dilakukan dengan cara pemberian layanan bimbingan dan konseling. Pemberian bantuan layanan bimbingan memiliki berbagai jenis, salah satunya yaitu pemberian bantuan layanan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2012:149) menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilaksanakan oleh beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk menuturkan berbagai pendapat pribadi dan memecahkan permasalahan tersebut. Metode diskusi dapat dijadikan pilihan sebagai metode dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik pembahasan kepercayaan diri.

Menurut Hasibuan (2006:10) metode diskusi merupakan suatu proses interaksi dua orang atau lebih secara verbal, dan saling berhadapan mengenai tujuan atau sasaran yang sudah tertentu melalui cara menukar informasi, mempertahankan pendapat atau pemecahan masalah. Melalui penelitian ini peneliti ingin membuktikan apakah dengan melaksanakan bimbingan kelompok dengan metode diskusi akan memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri siswa di SMK Ma'arif Mungkid.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dikemukakan peneliti dalam penelitian ini adalah "Apakah Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025".

Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025".

KAJIAN TEORI

Pengertian Bimbingan Kelompok

Prayitno (1995: 178) "mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok". Menurut Romlah (2001:3) "bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok". Winkel dan Sri Hastuti (2004:547) "mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu-individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna mendapatkan tujuan yang bermakna bagi para partisipan".

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok dengan teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan untuk menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna mendapatkan tujuan yang bermakna bagi siswa.

Pengertian Metode Diskusi

Menurut Tohirin (2013:164) "teknik diskusi kelompok merupakan salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok". Menurut Romlah (2001:3) "bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok". merupakan suatu upaya bimbingan yang diberikan kepada beberapa individu melalui situasi kelompok. Memungkinkan anggota kelompok untuk dapat berperan aktif, serta terjadinya pertukaran pemikiran, pengalaman, rencana dan pemecahan masalah antar anggota kelompok.

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2008) "diskusi kelompok merupakan suatu pertemuan dua orang atau lebih yang bertujuan untuk menghasilkan keputusan bersama melalui proses saling tukar pengalaman dan pendapat".

Teknik diskusi kelompok adalah salah satu metode dalam layanan bimbingan kelompok, yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Dengan saling bertukar pikiran yang terarah dan teratur antara anggota kelompok, untuk mendapatkan kesepakatan dan keputusan penyelesaian masalah.

Pengertian Kepercayaan Diri

Keperayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya (Mastuti (2008: 13)). Sedangkan menurut Lauster (1992), "mengemukakan kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab". Menurut Angelis (2005: 14) "kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu".

Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain, dapat mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri, dan tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu dengan tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan individu itu tercapai.

Kerangka Berfikir

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Adanya rasa kepercayaan diri mendorong siswa menjadi lebih yakin akan tindakan yang diambil tanpa adanya rasa terbebani dan khawatir dari pandangan orang lain, serta dapat mengoptimalkan diri dalam kemampuan yang dimilikinya. Dalam meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa dapat dilakukan layanan

bimbingan konseling. Salah satunya layanan bimbingan konseling yaitu bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan kepada sejumlah individu dalam bentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok atau sekumpulan kelompok individu yang membentuk suatu kelompok sebagai upaya bimbingan yang dilakukan dan dilaksanakan seseorang dengan tujuan mengembangkan suatu aspek yang terdapat diri individu. Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok dapat menggunakan berbagai metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri, salah satu metode yang dapat digunakan yaitu metode diskusi.

Metode diskusi merupakan kegiatan tukar menukar informasi, pendapat, dan unsur-unsur pengalaman secara teratur. Dengan menggunakan metode diskusi, akan memberikan siswa untuk mengeluarkan dan mengembangkan ide-ide secara kritis yang mengandung nilai demokratis.

Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain pendekatan ekperimen *quasi experimental design* dengan jenis eksperimen *nonequivalent control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Ma'arif Mungkid tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 368. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 24 siswa, dimana dibagi menjadi 12 siswa untuk kelompok kontrol dan 12 siswa untuk kelompok eksperimen. Metode pengumpulan data menggunakan angket, dengan melakukukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Uji coba item menggunakan analisis butir dengan menggunakan rumus *person product moment*. Hasil uji coba dari 40 butir soal menjadi 32 butir soal yang valid dan 8 butir soal telah gugur yaitu 8, 18, 21, 28, 29, 36, 38, dan 40. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach Alpha*, yang diperoleh r_{ii} 0,881 dengan kriteria tinggi. Teknik analisis data menggunakan t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil perhitungan t test di atas diperoleh nilai t hitung = 4.400 dan dibandingkan dengan ketentuan nilai t pada acuan derajat kebebasan df 22 signikasi sebesar 0,05 atau 5% yaitu sebesar 2,074, ternyata t hitung yang dicari lebih besar daripada t tabel (4.400>2,074). Apabila t hitung lebih besar daripada t table, maka layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri ada pengaruh. Diketahui juga bahwa nilai signifikasi 2-tailed = 0,002 dibandingkan dengan nilai signifikasi 0,05 (0,002<0,05). Apabila signifikasi 2-tailed lebih kecil dari 0,05, maka layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri ada pengaruh.

Data tersebut dikuatkan lagi dengan nilai N Gain Skor bahwa apabila nilai N Gain Skor lebih besar dari 76%, maka termasuk dalam kategori efektif. Berdasarkan hasil

perhitungan uji N Gain Skor menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) untuk kelas kontrol adalah 95.89 atau 96% dan hasil perhitungan uji N Gain Skor nilai rata-rata (mean) untuk kelas eksperimen adalah 87.48 atau 87,5%, maka hasil tersebut termasuk dalam kategori efektif.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis (H0) yang berbunyi "Tidak Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025" tidak dapat di terima dan hipotesis (Ha) yang berbunyi "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025" dapat di terima.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang diuraikan di atas, bahwa hipotesis yang diajukan menunjukkan hasil yang signifikasi yaitu menunjukkan hasil adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMK Ma'arif Mungkid tahun ajaran 2024/2025. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis.

Berdasarkan hasil perhitungan t test yang diperoleh nilai t hitung = 4.400 dan dibandingkan dengan ketentuan nilai t pada acuan derajat kebebasan df 22 signikasi sebesar 0,05 atau 5% yaitu sebesar 2,074, ternyata t hitung yang dicari lebih besar daripada t tabel (4.400>2,074). Apabila t hitung lebih besar daripada t tabel, maka layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri ada pengaruh. Diketahui juga bahwa nilai signifikasi 2-tailed = 0,002 dibandingkan dengan nilai signifikasi 0,05 (0,002<0,05). Apabila signifikasi 2-tailed lebih kecil dari 0,05, maka layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri ada pengaruh.

Sehingga dapat disimpulkan hipotesis (H0) yang berbunyi "Tidak Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025" tidak dapat di terima dan hipotesis (Ha) yang berbunyi "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025" dapat di terima.

Data tersebut dikuatkan lagi dengan nilai N Gain Skor bahwa apabila nilai N Gain Skor lebih besar dari 76%, maka termasuk dalam kategori efektif. Berdasarkan hasil perhitungan uji N Gain Skor menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) untuk kelas kontrol adalah 95.89 atau 96% dan hasil perhitungan uji N Gain Skor nilai rata-rata (mean) untuk kelas eksperimen adalah 87.48 atau 87,5%, maka hasil tersebut termasuk dalam kategori efektif.

Dalam layanan bimbingan kelompok, diberikan pengenalan dan pemahaman tentang kepercayaan diri, cara bersosial, cara menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar, dapat mempercayai orang lain, berani dan optimis. Kemudian dalam metode diskusi, siswa dapat meningkatkan kemampuan komunikasi, berani berpendapat dan mengutarakan isi pikiran, serta dapat mengembangkan kreatifitas dan ketrampilan berpikir secara kritis.

Melalui bimbingan kelompok dengan metode diskusi yang diberikan siswa, siswa dapat bertukar pikiran dan pendapat tentang masalah yang dihadapi. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok memungkinkan siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Egi Destri, dkk (2022) tentang layanan bimbingan kelompok dengan Teknik diskusi dalam peningkatan kepercayaan diri siswa SMA kelas XI pada masa covid-19, yang menyatakan bahwa dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan Teknik diskusi kepada SMA kelas XI dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa pada masa covid-19. Penelitian lainnya dilakukan oleh Siti Nurbaini, dkk (2023) yang berjudul pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kepercayaan diri siswa pada kelas X SMK Al-Washiliyah 4 Medan, yang menyatakan bahwa menghasilkan peningkatan yang lebih baik daripada sebelumnya.

Pendapat di atas menguatkan hasil penelitian bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri siswa. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang jelas adanya peningkatan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi.

Berdasarkan data-data yang diperoleh penelitian tersebut maka dinyatakan "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Diskusi Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Ma'arif Mungkid Tahun Ajaran 2024/2025" dapat di terima.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMK Ma'arif Mungkid tahun ajaran 2024/2025. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor rata-rata antara posttest kelompok kontrol dan posttest kelompok eksperimen.

Jika dilihat dari hasil uji t yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa perhitungan t-test yang diperoleh nilai t hitung = 4.400 dan dibandingkan dengan ketentuan nilai t pada acuan derajat kebebasan df 22 signifikasi sebesar 0,05 atau 5% yaitu sebesar 2,074, ternyata t hitung yang dicari lebih besar daripada t tabel (4.400>2,074). Apabila t hitung lebih besar daripada t tabel, maka layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri ada pengaruh. Diketahui juga bahwa nilai signifikasi 2-tailed = 0,002 dibandingkan dengan nilai signifikasi 0,05 (0,002<0,05). Apabila signifikasi 2-tailed lebih kecil dari 0,05, maka layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap peningkatan kepercayaan diri ada pengaruh.

Dengan Demikian hipotesis (Ha) yang di ajukan diterima, atau dengan kata lain terbukti adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMK Ma'arif Mungkid tahun ajaran 2024/2025.

DAFTAR PUSTAKA

Angelis, A. (2005). *Pengembangan kepercayaan diri*. Jakarta: Prenada Media Group.

Hasibuan, M. S. P. (2006). *Manajemen: Dasar, pengertian, dan masalah*. Jakarta: Bumi Aaksara.

Lauster, Peter. (2012). *Psikologi Kepribadian: Bagaimana Mengenal Kepribadian Anda dan Orang Lain*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Mastuti, N. (2008). *Psikologi kepribadian: Teori dan aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Prayitno. (1995). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Prayitno. (2012). *Bimbingan kelompok dan dinamika kelompok dalam Layanan bimbingan*. Diakses dari https://www.namasitus.com/bimbingan-kelompok-menurut-prayitno pada 20 Agustus 2025.

Romlah, R. (2001). *Bimbingan kelompok.* Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Sukardi, D.K. (2008). *Metodologi penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.

Tohirin. (2013). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: Rajawali.

Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.