

**PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA PERMAINAN KOTAK POS
DI SMP NEGERI 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

Oleh

Pratiwi

NIM. 06071282025026

Program Studi Bimbingan dan Konseling



**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2024

**PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA PERMAINAN KOTAK POS
DI SMP NEGERI 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

Oleh:

Pratiwi

NIM. 06071282025026

Program Studi Bimbingan dan Konseling



Mengesahkan:

**Koordinator Program Studi
Bimbingan dan Konseling**

**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017**

Pembimbing

**Sigit Dwi Sucipto, M.Pd
NIP. 198908252023211021**

**PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA PERMAINAN KOTAK POS
DI SMP NEGERI 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

Oleh

Pratiwi

NIM. 06071282025026

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Senin


Tanggal : 20 Mei 2024

TIM PENGUJI

1. Ketua : Sigit Dwi Sucipto, M.Pd.

()

2. Anggota : Ratna Sari Dewi, M.Pd.

()

Indralaya, 22 Mei 2024

Mengetahui,

Koordinator Program Studi



**Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 199301252019032017**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Pratiwi

NIM : 06071282025026

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan bersungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media Permainan Kotak Pos di SMP Negeri 1 Indralaya" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 Tentang Pencegahan dan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan / atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan yang saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 17 April 2024

Yang Membuat Pernyataan



Pratiwi

NIM. 06071282025026

PRAKATA

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya, sehingga penulis bisa merampungkan skripsi yang berjudul “Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media Permainan Kotak Pos di SMP Negeri 1 Indralaya”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada program Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd selaku dosen pembimbing atas seluruh bimbingan dan arahan yang diberikan dalam penulisan skripsi ini. Selain dari itu penulis juga mengucapkan rasa terima kasih kepada Dekan FKIP UNSRI bapak Dr. Hartono, MA., Kepala Jurusan Ilmu Pendidikan, Ibu Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd, dan Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd., yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Kemudian penulis juga mengucapkan rasa terima kasih kepada seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling yang sudah berjasa dalam memberikan bimbingan, arahan, kritik dan saran selama perkuliahan. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Indralaya dan Guru Bimbingan dan Konseling ibu Nurhayani S.Pd, serta siswa-siswi SMP Negeri 1 Indralaya yang telah berpartisipasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.

Indralaya, 17 April 2024

Penulis



Pratiwi

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismilahirrohmanirrohim, alhamdulillahirobilalamin atas izin Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) dengan baik meskipun masih banyak kekurangannya. Dengan rasa Syukur dan rasa hormat yang mendalam penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

- Terimakasih kepada kedua orang tua tercinta untuk bak Amru dan mak Wasilah yang selalu memberikan dukungan baik secara materi, moral dan selalu mendoakan anak-anaknya, tanpa kalian berdua, Pratiwi tidak akan berada di posisi yang sekarang ini, semua jasa yang kalian berdua berikan tidak akan mampu untuk Pratiwi balas semuanya. Terima kasih atas didikan yang telah kalian berikan dari bayi hingga sekarang. Tetaplah sehat untuk mak dan bak ku.
- Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling
- Dosen pembimbing, bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd. Terima kasih bapak atas segala bimbingan, arahnya, telah meluangkan waktunya dalam membimbing Pratiwi, disini Pratiwi mengucapkan maaf apabila pada saat proses bimbingan terdapat kata atau perbuatan yang kurang berkenan dihati
- Untuk Bapak Dr. Alrefi, M.Pd selaku dosen penguji seminar proposal, bapak Romi Fajar Tanjung, M.Pd selaku dosen validasi media, dan ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd selaku dosen validasi materi, dosen reviewer serta sekaligus dosen penguji ujian akhir skripsi, terimakasih atas semua arahan bapak dan ibu.
- Seluruh dosen program studi bimbingan dan konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan, yang sangat bermanfaat untuk kedepannya, Pratiwi meminta maaf apabila ada perbuatan Pratiwi yang salah kepada bapak ibu dosen.
- Untuk kakak ku kak Dik, kak Banik, kak Ryan yang selalu menjadi ojek walaupun dalam cuaca gerimis, panas dalam keadaan sakit yang selalu mengantar dan menjemput selama perkuliahan, terima kasih banyak atas

didikan keras kalian yang bisa mengantarkan Tiwi bisa mencapai proses akhir ini kak, terima kasih banyak untuk kakak ku.

- Teruntuk ayuk ku yuk Sita, yuk Tari, dan adik ku Adinda serta Lira terimakasih atas didikan kalian, omelan, dan selalu memberikan semangat kepada ku, yang selalu membantu ku dalam keadaan sulit. Yang menemani bergadang ku dalam penyusunan skripsi ini .Terimakasih banyak saudari ku.
- Untuk So dan juga ma, terimakasih banyak sudah mengasuhku dari kecil, sudah menjadikan ku pribadi yang keras dan tidak mudah menyerah, yang selalu memberikan segala kebutuhan ku dari kecil hingga sekarang, tetap sehat untuk so dan ma.
- Teruntuk Aryo Saputra, Amd. P terimakasih banyak sudah menemani ku selama 7 tahun dari SMA hingga sekarang, terimakasih banyak telah menjadi penyemangat, telah menghiburku, telah mendengar semua keluh kesah ku dan menjadi rumah tempat ku selalu berbagi cerita serta telah menemani proses ku hingga saat ini, terimakasih banyak akhi ku.
- Untuk Fadila, Vera dan Indah, terima kasih para teman seperjuangan yang telah mendengarkan keluh kesah dan penyemangat ku.
- Teruntuk teman SMA ku hingga sekarang Zila, Yulia, Aurel terimakasih atas bantuan yang pernah karian berikan kepada ku, semoga sehat selalu.
- Untuk temanku dari SD, Putri dan Widya dan Zahwa terima kasih banyak telah memberikan ku semangat, telah menghiburku, semoga sehat selalu.
- Untuk adik-adik ku PMR A25- A28 terimakasih banyak telah menghibur ayuk dan terima kasih atas semua pengalaman yang telah kalian berikan kepada ayuk.
- Untuk Ibu Usmi dan Ibu Nur terimakasih banyak atas kesempatan yang telah kalian berikan, atas semua nasehat dan doa yang telah diberikan.
- Untuk cik rus dan yuk tine serta keluarga besar bak dan mak terimakasih semuanya, semoga semuanya sehat selalu.
- Teruntuk Presiden yang ke 7 Bapak Ir. H Joko Widodo, terima kasih bapak, karena berkat dirimu saya bisa berkuliah secara gratis melalui program

Kartu Indonesia Pintar Kuliah (KIP K), yang sangat membantu saya hingga sampai saya lulus pak.

- Untuk diriku sendiri Pratiwi, terimakasih banyak sudah bertahan dititik sekarang ini, sudah menjadi pribadi yang bisa mencapai perjuangan ini, terimakasih atas semua usaha maupun doa yang telah dipanjatkan, kamu sudah menjadi pribadi yang bisa mewujudkan salah satu mimpimu, semoga mimpi selanjutnya juga bisa terwujud. Aamiin ya rabbal alamin

MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya

(QS. Al -Baqarah2: Ayat 286)

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI	iii
PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan.....	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media Permainan Kotak Pos... 9	
2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok	9
2.1.2 Media Permainan Kotak Pos.....	14
2.2 Kepercayaan Diri	16
2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri	16
2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	17
2.2.3 Aspek Kepercayaan Diri	19

BAB III METODOLOGI DAN PENELITIAN.....	21
3.1 Jenis Penelitian.....	21
3.2 Variabel Penelitian	22
3.3 Definisi Operasional Variabel	22
3.4 Lokasi, Waktu Penelitian dan Prosedur Penelitian	23
3.4.1 Lokasi.....	23
3.4.2 Waktu	23
3.4.3 Prosedur Penelitia	23
3.5 Populasi dan Sampel	24
3.5.1 Populasi.....	24
3.5.2 Sampel.....	25
3.6 Teknik Pengumpulan Data	26
3.7 Instrumen Penelitian.....	26
3.7.1 Kisi-Kisi Instrumen.....	28
3.8 Validitas dan Reliabilitas.....	29
3.8.1 Validitas.....	29
3.8.2 Reliabilitas	31
3.9 Teknik Analisis Data	32
3.9.1 Analisis Deskriptip.....	33
3.9.2 Uji Prasyarat	33
3.9.3 Uji Hipotesis	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.1.1 Tes Awal (<i>Pretest</i>)	36
4.1.2 Perlakuan (<i>Treatment</i>).....	37
4.1.3 Akhir (<i>Postest</i>)	44
4.1.4 Analisis Deskriptip.....	45
4.1.5 Uji Prasyarat.....	46

4.1.6 Uji Hipotesis	48
4.2 Pembahasan.....	49
4.3 Keterbatasan Pada Penelitian	54
BAB V PENUTUP	56
5.1 Kesimpulan	56
5.2 Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Penelitian	21
Tabel 3.2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	24
Tabel 3.3 Jumlah Populasi Penelitian.....	24
Tabel 3.4 Kelompok Ekperimen	25
Tabel 3.5 Kelompok Kontrol.....	26
Tabel 3.6 Format Skala Likert.....	27
Tabel 3.7 Kriteria Kategorisasi	27
Tabel 3.8 Tingkat Kategori Kepercayaan Diri	28
Tabel 3.9 Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri (Sebelum Uji Coba)	28
Tabel 3.10 Hasil Uji Validitas	30
Tabel 3.11 Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri (Setelah Uji Coba).....	31
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas	32
Tabel 4.1 Hasil Pretest Kelompok Ekperimen	36
Tabel 4.2 Hasil Pretest Kelompok Kontrol	36
Tabel 4.3 Pertemuan Pertama.....	38
Tabel 4.4 Pertemuan Kedua	40
Tabel 4.5 Pertemuan Ketiga	41
Tabel 4.6 Pertemuan Keempat	43
Tabel 4.7 Hasil Postest Kelompok Ekperimen.....	44
Tabel 4.8 Hasil Postest Kelompok Kontrol.....	45
Tabel 4.9 Hasil Pretest dan Postest Kepercayaan Diri	46
Tabel 4.10 Uji Normalitas	47
Tabel 4.11 Uji Homogenitas.....	48
Tabel 4.12 Uji Paired Sample T Tes.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Rangkaian Penelitian..... 35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling.....	63
Lampiran 2 Dokumentasi Studi Pendahuluan.....	64
Lampiran 3 Usulan Judul Skripsi.....	66
Lampiran 4 Lembar Pengesahan Proposal.....	67
Lampiran 5 SK Pembimbing.....	68
Lampiran 6 SK Penelitian.....	69
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Ogan Ilir.....	70
Lampiran 8 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	71
Lampiran 9 Surat Lembar Validasi Media.....	72
Lampiran 10 Lembar Validasi Materi.....	73
Lampiran 11 Surat Izin Menggunakan Skala Kepercayaan Diri.....	74
Lampiran 12 Tabulasi Hasil Uji Validasi Skala Kepercayaan Diri.....	75
Lampiran 13 Dokumentasi Validasi Skala Kepercayaan Diri.....	76
Lampiran 14 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	77
Lampiran 15 Hasil Pretes dan Posttest Kelompok Ekperimen dan Kontrol	78
Lampiran 16 Salah Satu Jawaban Responden Mengenai Angket Kepercayaan Diri.....	79
Lampiran 17 RPL Pertemuan 1.....	80
Lampiran 18 RPL Pertemuan 2.....	90
Lampiran 19 RPL Pertemuan 3.....	99
Lampiran 20 RPL Pertemuan 4.....	108
Lampiran 21 Dokumentasi Penelitian.....	117
Lampiran 22 Lembar Persetujuan Review.....	118
Lampiran 23 Lembar Review Dosen.....	119
Lampiran 24 Lembar Perbaikan Review.....	120
Lampiran 25 Lembar Review Mahasiswa.....	121

Lampiran 26 Bebas Laboratorium Bimbingan dan Konseling	122
Lampiran 27 Bebas Pustaka FKIP	123
Lampiran 28 Bebas Pustaka UNSRI	124
Lampiran 29 Lembar Persetujuan UAP	125
Lampiran 30 Buku Bimbingan.....	126
Lampiran 31 Cek Plagiasi	127

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kotak pos di SMP Negeri 1 Indralaya. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Ekperimental Design* dengan model *Nonequivalent Control Group Design*. Subjek yang diteliti dalam penelitian ini siswa kelas VIII dengan jumlah 10 siswa kelompok eksperimen dan 10 siswa kelompok kontrol yang mendapatkan nilai rendah hingga sangat rendah dari hasil *pretest* berdasarkan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah angket. Angket kepercayaan diri diberikan sebelum dan sesudah perlakuan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Uji Paired Sample T Tes*. Hasil dari data penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata *pretest* 40,30 dan nilai rata-rata *posttest* 66,20. Dari hasil data yang diperoleh nilai signifikan/ Sig (2-tailed) adalah 0,000 yang probabilitasnya berada dibawah 0,05 yang artinya layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kotak pos dapat meningkatkan kepercayaan diri

Kata Kunci : *Bimbingan Kelompok, Kepercayaan Diri, Media Permainan Kotak Pos.*

ABSTRACT

This study aims to determine the level of confidence in using group guidance services with post box game media at SMP Negeri 1 Indralaya. This research uses Quasi Experimental Design method with Nonequivalent Control Group Design model. The subjects studied in this study were grade VIII students with a total of 10 experimental group students and 10 control group students who received low to very low scores from pretest results based on purposive sampling techniques. The data collection technique used in this study was a confidence questionnaire. Self-confidence questionnaires were given before and after treatment. The data analysis technique used in this study is the Paired Sample T Test. The results of the research data found that the average pretest score was 40.30 and the average post test score was 66.20. From the results of the data obtained, the significant value / Sig(2-tailed) is 0.000 whose probability is below 0.05, which means that group guidance services with post box game media can increase confidence

Keywords: *Group Guidance, Confidence, Post Box Game Media,*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan bagian utama yang harus ada disetiap kebutuhan manusia, hal ini bertujuan untuk mewujudkan manusia yang cerdas dan bermartabat, Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak, mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah tombak yang paling penting dalam kehidupan yang perlu ditingkatkan pelaksanaannya, agar pelaksanaan pendidikan dapat berjalan dengan terarah, oleh karena itu maka setiap negara harus memiliki fungsi dan tujuan pendidikan yang berlaku dinegaranya sendiri, salah satunya seperti di negara Indonesia yang tercantum dalam Undang-Undang Sistem Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3, yang berbunyi : 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 manusia 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.

Pendidikan juga merupakan dasar modal bagi pembangunan sebuah negara yang dilaksanakan melalui kegiatan pembelajaran, kegiatan pembelajaran ini tidak hanya dapat dilakukan disekolah saja, melainkan dapat juga dilakukan dirumah ataupun dimasyarakat. Kegiatan pembelajaran merupakan proses terjadinya hubungan timbal balik atau proses komunikasi antara guru dan siswa. Siswa atau peserta didik di sekolah baik itu di sekolah dasar maupun di sekolah menengah tentu memiliki karakteristik yang berbeda dalam proses pembelajaran, peserta

didik atau siswa di sekolah menengah berada pada masa remaja, yang mana pada masa remaja ini merupakan proses terjadinya masa peralihan dari anak-anak menuju pada masa dewasa, pada masa remaja ini banyak sekali terdapat tugas perkembangan yang harus dipenuhi atau dicapai dengan optimal, salah satu dari tugas perkembangan tersebut menurut William Kay (Jannah, 2016) adalah menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri. Seorang remaja harus mampu dan sanggup menerima dan menyesuaikan diri dengan adanya perubahan-perubahan dari dalam dirinya dan tentu harus memiliki rasa kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimilikinya agar mampu dan dapat mencapai perkembangan dengan optimal.

Kepercayaan diri menurut (Peciuliauskiene,k 2023) adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri untuk unggul dalam suatu aktivitas. Adapun menurut (Pratono, 2016) bahwa percaya diri merupakan suatu sikap dan keyakinan seseorang terhadap keahlian atau kemampuan yang melekat pada dirinya sendiri dengan menerima apa adanya baik itu hal positif maupun negatif yang dapat dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar untuk tujuan kebahagiaan terhadap dirinya. Kepercayaan diri dapat diartikan juga sebagai keyakinan akan potensi yang dimiliki, mampu memahami diri sendiri dan mampu menerima apa yang ada didalam diri sendiri serta mampu untuk membuat keputusan secara mandiri. Kepercayaan diri sangatlah penting, dikarenakan jika memiliki kepercayaan diri maka peserta didik dapat mengaktualisasikan diri. Aktualisasi itu sendiri merupakan kemampuan individu untuk mengembangkan dan menemukan potensi yang dimilikinya (Utami, 2020). Individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan lebih mudah dalam berinteraksi dengan orang lain, dengan kepercayaan diri yang tinggi atau dapat dikatakan kepercayaan diri yang positif dapat membuat individu mampu bertanggung jawab atas tindakanya sendiri, tetapi tidak semua individu memiliki kepercayaan diri yang tinggi atau positif, perasaan minder dan malu akan fisiknya sehingga menimbulkan individu menjadi tidak percaya diri, seorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sering merasa *insecure* terhadap dirinya sendiri dan merasa dirinya selalu kekurangan dalam hal apapun.

Kepercayaan diri anak di Indonesia terutama untuk anak perempuan tergolong rendah, hal ini berdasarkan dari hasil kajian yang didapat pada tahun 2018 oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) Republik Indonesia bahwa 56 % yang didominasi oleh anak perempuan mengalami krisis kepercayaan diri. Selain dari itu pada tahun 2019 mengenai kasus *bullying* baik itu dari pelaku *bullying* terjadi karena percaya diri yang rendah, mereka melakukan aksi *bullying* karena ingin meningkatkan kepercayaan diri, tidak hanya itu siswa yang *dibully* pun akan memiliki dampak psikis yaitu menurunnya tingkat kepercayaan diri. Oleh karena itulah peran guru BK sangat diperlukan dalam hal ini, guru BK dapat memberikan bimbingan melalui layanan-layanan yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan rasa percaya diri.

Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh individu kepada individu maupun sekelompok orang guna untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang dihadapi agar individu atau sekelompok orang tersebut dapat mengembangkan dirinya dengan optimal baik itu dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir melalui kegiatan-kegiatan yang ada didalam bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling adalah upaya proaktif dan sistematis dalam memfasilitasi seseorang untuk mencapai tingkat perkembangannya dengan optimal, pengembangan perilaku yang efektif, peningkatan manfaat atau fungsi seseorang dalam lingkungannya serta pengembangan lingkungan (Nasution & Abdillah, 2019). Yang mana dalam bimbingan dan konseling ini terdapat berbagai layanan.

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, disebutkan bahwa bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari program pendidikan, merupakan upaya memfasilitasi dan memandirikan peserta didik dalam rangka mencapai perkembangan yang utuh dan optimal. Adapun komponen program bimbingan dan konseling salah satunya adalah layanan dasar. Menurut (Subekti dkk, 2019) bahwa layanan dasar adalah proses bantuan bagi peserta didik baik itu

melalui kegiatan bimbingan klasikal atau kelompok yang dilakukan oleh konselor sekolah dalam upaya membantu siswa untuk mencapai perkembangan diri secara optimal.

Bimbingan kelompok merupakan suatu bentuk bantuan yang diberikan oleh guru BK kepada peserta didik guna untuk membantu peserta didik baik dalam persoalan pribadi, sosial, belajar maupun karir, dalam layanan bimbingan kelompok ini permasalahan yang dibahas adalah bersifat umum atau tidak rahasia. Bimbingan kelompok menurut pendapat (Hartanti, 2022) bahwa Bimbingan kelompok merupakan suatu proses upaya bimbingan atau suatu kegiatan yang dipimpin oleh pemimpin kelompok, dimana pimpinan kelompok tersebut menyediakan informasi serta mengarahkan seluruh kegiatan yang ada dalam aktivitas kelompok. Adapun individu-individu dalam kelompok tersebut merupakan sasaran dari layanan bimbingan kelompok. Dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dapat membantu permasalahan peserta didik yang berkaitan dengan kepercayaan diri, karena pada layanan bimbingan kelompok ini memfasilitasi peserta didik untuk bertukar pendapat, menyampaikan persepsi, saling berkomunikasi bersama anggota kelompok, dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dapat menolong anggota kelompok dalam memahami bahwa anggota yang lain juga mempunyai permasalahan dan kebutuhan yang sama (Handayani, 2019).

Di dalam layanan bimbingan kelompok terdapat media yang digunakan, dengan adanya media dalam layanan bimbingan kelompok dapat membuat para anggota kelompok menjadi tidak bosan saat melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Menurut (Syahputri dkk, 2021) media dapat membantu memperjelas informasi dan pesan yang akan disajikan, serta dengan adanya media ini dapat meningkatkan proses dan hasil belajar, media juga dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Media dalam layanan bimbingan kelompok bermacam-macam seperti media grafis, media proyeksi diam dan media audio, namun tidak hanya itu saja guru BK juga dapat memberikan media permainan. Menurut (Husniyah, 2019) penggunaan media permainan dapat menghilangkan kejenuhan pada saat proses pembelajaran karena saat berlangsungnya kegiatan, siswa terlibat

langsung dalam permainan pembelajaran sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan lancar dan informasi yang disampaikan tersampaikan dengan baik. Media permainan kotak pos merupakan suatu permainan tradisional yang mana permainan ini telah dilakukan secara turun temurun dimainkan oleh anak-anak di Indonesia, permainan ini dilakukan oleh minimal 2 orang anak dan memerlukan tempat yang cukup luas (Handayani,2017). Dalam permainan kotak pos ini dapat membuat siswa menjadi interaktif dan memberikan argumentasi, sehingga kegiatan layanan tidak membosankan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Fauzi dkk., 2022) bahwa permainan tradisional ini berfungsi melatih berbagai karakter sosial seperti jujur, percaya diri, tanggung jawab, santun, peduli, disiplin, kerjasama, ketangkasan dan keuletan.

Adanya penggunaan media permainan tradisional sebagai media dalam bimbingan kelompok dalam peningkatan kepercayaan diri merupakan hal yang unik yang dapat diteliti untuk melihat tingkatannya, dikarenakan pada penelitian sebelumnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Handayani, 2019) yang membahas Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Bimbingan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas X IPS 1 SMA Negeri 1 Waleri, dipaparkan oleh peneliti yaitu hasil penelitiannya melalui bimbingan konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa Kelas X IPS 1 SMA Negeri 1 Waleri, selain dari itu juga terdapat penelitian yang dilakukan oleh (Utami, 2020) yang membahas tentang Peningkatan Kepercayaan Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Bermain Peran Siswa Kelas X MIPA 1 SMA Negeri 1 Sragen, dipaparkan oleh peneliti bahwa hasil penggunaan pemberian layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang sudah dipaparkan di atas, hal itulah yang membedakan antara penelitian sebelumnya dan penelitian yang peneliti sekarang lakukan adalah dengan penggunaan media permainan kotak pos. Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 5 Oktober 2023 di SMP Negeri 1 Indralaya, melalui wawancara bersama guru BK yaitu Ibu Nurhayani, S.Pd mengenai bagaimana kepercayaan diri siswa di sekolah. Dari hasil

wawancara yang dilakukan, Ibu Nurhayani menjelaskan bahwa masih terdapat siswa yang takut jika berbicara didepan umum, takut bertanya kepada guru, bahkan saat dipanggil keruang BK saja mereka takut. Selain mewawancarai guru BK peneliti juga mewawancarai salah satu guru mata pelajaran dan salah satu wali kelas VIII, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan ternyata benar yang dikatakan ibu Nurhayani tadi berdasarkan penjelasan dari salah satu guru mata pelajaran yaitu guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam Bapak Drs. A Kurniawan menjelaskan bahwa memang benar adanya siswa yang merasa takut untuk maju kedepan kelas, dan siswa merasa takut jika memberikan pertanyaan atau jawaban karena takut salah, selain dari itu juga berdasarkan hasil wawancara ke salah satu wali kelas yaitu ibu Husnaini, S.Pd yang merupakan wali kelas dari kelas VIII. 7 bahwa masih terdapat siswa yang tidak percaya diri bahkan sampai tidak mau masuk sekolah pada mata pelajaran tertentu seperti seni budaya, karena takut untuk mempraktikan menari atau tugas kesenian lainnya, Ibu Husnaini juga mengatakan bahwa siswa merasa takut bertanya karena takut ditertawakan oleh teman lainnya.

Ibu Nurhayani juga menjelaskan bahwa di SMP Negeri 1 Indralaya ini dulunya sebelum adanya covid-19 sering melakukan layanan bimbingan dan konseling, tetapi sejak covid-19 hingga sekarang belum pernah melakukan layanan bimbingan dan konseling karena tidak adanya lagi jam pelajaran untuk bimbingan dan konseling, untuk data siswa- siswa berdasarkan laporan dari wali kelas maupun guru mata pelajaran sehingga siswa dirujuk masuk keruang BK, berdasarkan hal tersebut Ibu Nurhayani mengatakan bahwa untuk pemberian layanan bimbingan kelompok belum pernah dilakukan, dan materi tentang kepercayaan diri siswapun juga belum pernah dilakukan, untuk media permainan kotak pos juga belum pernah diberikan media permainan kotak pos.

Selain mewawancarai guru BK, guru mata pelajaran dan wali kelas, peneliti juga ikut mewawancarai perwakilan siswa dari kelas VIII. 1- VIII. 8 mengenai bagaimana kepercayaan diri mereka, hasilnya banyak siswa yang mengatakan bahwa takut jika disuruh untuk maju kedepan kelas, dan tidak percaya diri terhadap dirinya serta sering membanding-bandingkan dirinya dengan siswa lainnya. Oleh

karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan judul **“Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media Permainan Kotak Pos di SMP Negeri 1 Indralaya”**.

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah ditulis peneliti, rumusan masalah yang diangkat adalah “Bagaimana tingkat kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kotak pos di SMP Negeri 1 Indralaya?”

1.3 Tujuan

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana tingkat kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kotak pos di SMP Negeri 1 Indralaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Adanya penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan wawasan kepada para pembaca mengenai peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kotak pos.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan mampu memberi arah dan juga petunjuk bagi para guru terkhususnya yaitu guru BK agar dapat melaksanakan bimbingan dan konseling guna meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan memanfaatkan media permainan kotak pos.

b. Bagi Siswa

Manfaat penelitian ini bagi siswa diharapkan mampu menambah wawasan dan pengetahuan mengenai gambaran mengenai materi

kepercayaan diri, pelaksanaan bimbingan kelompok serta penggunaan permainan kotak pos.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kotak pos serta dapat dijadikan acuan untuk penelitian berikutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S & Rizal, L.G. (2022). Body Image terhadap Self-confidence pada Remaja Putri yang Menikah. *Cognicia*. 10 (1): 13-18.
- Ariska. (2019). Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Permainan Kartu Uno Terhadap Peningkatan Perencanaan Karir Siswa SMP. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. 5 (8): 556-566.
- Bayu, Yoga. S. (2019). Pengaruh Tanggung Jawab Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VI SD Se Gugus 1 Kecamatan Panjatan Kabupaten Kulon Progo. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar Edisi 5 tahun ke-8*.
- Evi, Tika (2020). Manfaat Bimbingan dan Konseling Bagi Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 2 (1) : 72-75.
- Chita, A.P.H. (2021). Analisis Keterampilan Dasar Pemimpin Kelompok Pada Mahasiswa yang Mengikuti Praktikum Prosedur Kelompok. *CONSILIUM : Bekala Kajian Konseling dan Ilmu Agama*. 8 (2) : 57-62.
- Fauzi, A. R., Octaviani, D., & Yukha, E. M. (2022). Investarisasi Permainan Tradisional sebagai Media Pengembangan Nilai Karakter pada Anak SD/MI. *Jurnal Inovasi Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*. 1 (1): 9-21.
- Handayani. (2017). Upaya Meningkatkan Kemampuan Berbicara Anak Melalui Permainan Kotak Pos Di Ra Al-Ikhlas Medan Krio. *Skripsi*. Medan: Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Handayani, Y. (2019). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Bimbingan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas X IPS 1 SMA Negeri 1 Weleri Semester 1 Tahun Pelajaran 2017 / 2018. *JCOSE Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 1(2): 6–15.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan Kelompok*. Surabaya: UD Duta Sablon.
- Herlina, Burhan, Z. Hasan, L.A. (2023). Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Atlet Bela Diri Karate SMA 1 Praya Timur. *NURSA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan*. 4 (2) : 127-128.
- Hidayanti, S. R. N. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial sebagai Moderator pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 8 (3): 1–11.
- Husniyah, L. (2019). Pengembangan Media Permainan Dart Board Interaksi Sosial dalam Bimbingan Kelompok Kelas X IPA SMA Negeri 12 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*. 10 (1) : 31-42.
- Jannah, M. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*. 1(1): 243–256.

- Juliyanto, F.P. (2019). Pentingnya Kepercayaan Diri dan Motivasi Sosial dalam Keaktifan Mengikuti Proses Kegiatan Belajar. *Jurnal Eduesos*. 8 (2) : 70-87.
- Kristianto, N. A., & Jannah, M. (2014). Hubungan Antara Sikap Terhadap Core Values dengan Efikasi Diri pada Pemain National Basketball League. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 2 (3): 1–6.
- Lauster, P. (2022). *Tes Kepribadian*. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara.
- Lestyaningsi, A., Endang, B., & Astuti, I. (2016). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Motivasi Berprestasi Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. 5 (11) : 1–11.
- L.Sitepu,D., H.Opod., C.Pali. (2016). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri dengan Obesitas pada Siswa SMA Negeri 1 Manado. *Jurnal e-Biomedik (eBM)*.4 (1): 1-5.
- Magfiroh, S. (2019). Bullying Menjadikan Siswa Tidak Percaya Diri.Kompasiana. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.kompasiana.com/amp/siti21253/5cb2cce2cc5283310d238da2/bullying-menjadikan-siswa-tidak-percaya-diridiri&ved=2ahUKEwjL19Tx16yCAxUazjgGHffYAO8QFnoECA8QAQ&u sg=AOvVaw0KYyGAZSUWGhZ4NqshJIUE>. Diakses pada 17 Oktober 2023.
- Mardiyah. A. (2021). Peningkatan Keterampilan Menyimak Melalui Permainan Kotak Tradisional Kotak Pos pada Pembelajaran Bahasa Indonesia Kelas VII SMP Raudatul Ulum Putukerjo, *Jurnal Tnta*. 3 (2): 30-39.
- Milena, H. (2022). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Selama Perkuliahan Daring. *Skripsi*. Indralaya: FKIP Unsri.
- Nasution, H. S., & Abdillah. (2019). *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*. Medan : Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI).
- Ningsi, E. S., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Permasalahan untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 3 (2) : 76-82.
- Nurdin, F. (2018). Pengaruh Konseling Rasional Emotif Terapi Terhadap Kepercayaan Diri Anak Sekolah Dasar. *Primaria Educationem Journal*. 1 (1) : 44-49.
- Nuril, A. (2015). Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*. 10 (2): 413-430.
- Peciuliauskiene, P. (2023). Instructional clarity in physics lessons : Students ' motivation and self-confidence Instructional clarity in physics lessons : Students ' motivation and self-confidence. *Cogent Education*, 10 (2) : 1-16.

- Pratono, H. (2016). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Lentera Pendidikan LPPM UM METRO*.1 (1): 100–111.
- Prayitno, Amti, E. (2013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confident) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 12 (1): 40–47.
- Rifah. S. dan Siti, I.S. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial sebagai Moderator pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 8 (3) : 1-11.
- Rismawati., Jahada, & Ariyanto, A. T. (2019). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 6 Kendari. *Jurnal BENING* 3 (2): 35–44.
- Riyanti, C., Darwis, R. S. (2020). Meningkatkan kepercayaan diri pada remaja dengan metode Cognitive Restructuring. *Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPKM)*. 1 (1): 111-119.
- Safar. (2023). Krisis Percaya Diri Anak Muda, ini Penyebabnya. Redaksi Feonomeia.
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://fomomeia.id/krisis-percaya-diri-anak-muda-ini-penyebabnya/&ved=2ahUKewjLI-SelayCAxXmzDgGHV-fAWcQFnoECBcQAQ&usq=AOvVaw2vngyXGkInXJ8z8sWOCiGN>.
Diakses pada 14 Oktober 2023.
- Safika, R & Maria, C. (2020). Faktor-Faktor Kepercayaan Diri Dua Siswa Kelas VII SMP Katolik Ricci II Bintaro. *Jurnal Psiko-Edukasi*. 18 (1): -57-72.
- Samsu. (2017). *Metode Penelitian Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research & Development*. Jambi: Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA).
- Sholiha, M. (2021). Solusi terhadap Problem Percaya Diri Self Confidence. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam dan Studi Islam*. 4 (1): 30-45.
- Suryani, C., M. (2018). Peningkatan Kepercayaan Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa X PS2 SMK Negeri 1 Bandung. *Jurnal Penelitian Pendidikan: 252-269*.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Kediri : Literasi Media Publishing.
- Soraya, N. (2023). Hubungan antara kepercayaan diri dengan interaksi sosial siswa kelas x sma srijaya negara palembang. *Skripsi*. Palembang: FKIP. Universitas Sriwijaya.

- Subekti, L. P., Yuli., & Astuti, I. (2019). Pelaksanaan Layanan Dasar Bimbingan dan Konseling Komprehensif di SMP Negeri 3 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. 8 (7): 1–8.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Syahputri, D. D., Maharaja, N. P., & Harahap, N. D. (2021). Peran Media pada Layanan Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah. *Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKA BKI)*. 3 (2): 46–56.
- Utami, S. P. (2020). Peningkatan Kepercayaan Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Bermain Peran Siswa Kelas X MIPA 1 SMA Negeri 1 Sragen Semester Genap Tahun Pelajaran 2014 / 2015. *JIGI: Jurnal Ilmiah Guru Indonesia* . 1 (1) : 38-46.
- Zonyfar, dkk. (2022). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : CV Pena Persada.