

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ICEBREAKING* BERBASIS KEARIFAN LOKAL UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA

Ahmad Ali Fathi Zain, Marfuatun, Musifuddin

SMP Lab NW Pancor, Universitas Hamzanwadi

fathizain07@gmail.com, marfuatun.bkhamzanwadi@gmail.com, shief70@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok menggunakan icebreaking berbasis kearifan lokal untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian one-group pretest-posttest. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak. Kemudian didapatkan 10 sampel menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik icebreaking berbasis kearifan lokal untuk menangani peserta didik tersebut. Metode pengumpulan data menggunakan angket dan observasi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik icebreaking berbasis kearifan lokal dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas XI IPA. Dari uji hipotesis maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik icebreaking berbasis kearifan lokal efektif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak Tahun 2020/2021.

Kata Kunci : layanan Bimbingan Kelompok, metode *Icebreaking*, Rasa Percaya Diri.

Abstract

The aim of this research is to determine the effectiveness of group guidance using local wisdom-based icebreaking to increase the self-confidence of class XI IPA MA NW Rensing Rajak. This type of research is quantitative using a research design one-group pretest-posttest. The population of this study were students of class XI IPA MA NW Rensing Rajak. Then obtained 6 samples using group guidance with local wisdom-based icebreaking techniques to deal with these students. The data collection method used a questionnaire and observation. The results of this study found that the application of group guidance with local wisdom-based icebreaking techniques can be used to increase the confidence of students in class XI IPA. From the hypothesis test, it can be concluded that the application of group guidance with local wisdom-based icebreaking techniques can effectively increase the confidence of students of class XI IPA MA NW Rensing Rajak 2020/2021.

Keyword: Group guidance servis, ice breaking method, self confidence.

PENDAHULUAN

Proses pemberian layanan yang serius kaku tanpa sedikitpun ada nuansa kegembiraan tentulah akan sangat cepat membosankan. Apalagi diketahui bahwa berdasarkan penelitian kekuatan rata-rata manusia untuk terus konsentrasi dalam situasi yang monoton hanyalah sekitar 15 menit saja. Selebihnya pikiran akan segera beralih kepada hal-hal lain yang mungkin sangat jauh dari tempat di mana ia duduk mengikuti suatu kegiatan tertentu.

Kearifan lokal (*local wisdom*) terdiri dari dua kata, yakni kearifan (*wisdom*) dan (*local*). Sebutan lain untuk kearifan lokal diantaranya adalah kebijakan setempat (*Local wisdom*), pengetahuan setempat (*local knowledge*), dan kecerdasan setempat (*local genius*). Menurut (Utari, 2016: 42) bahwa kearifan lokal merupakan kecendikiaan terhadap kekayaan setempat/suatu daerah berupa pengetahuan, kepercayaan, norma, adat istiadat, kebudayaan, wawasan, dan sebagainya yang merupakan warisan dan pertahanan sebagai sebuah identitas dan pedoman dalam mengajarkan kita untuk bertindak secara tepat dalam kehidupan”.

Adapun tujuan penggunaan ice breaking berbasis kearifan lokal dalam bimbingan kelompok adalah upaya untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, keunikan dan keunggulan dari ice breaking berbasis kearifan lokal ini selain dapat meningkatkan rasa percaya diri bisa juga memberikan pengajaran yang mengacu pada budaya milik daerah sendiri yang dipandang sebagai warisan suatu budaya. Pada dasarnya setiap orang memiliki potensi yang unik namun sebagai manusia terkadang sering tidak terpikirkan bahwa mereka terlahir dalam kepribadian dan potensi yang besar melebihi apa yang mereka pikirkan. Diantara potensi yang ada dalam diri setiap orang adalah potensi percaya diri. Rasa percaya diri adalah keyakinan pada kemampuan-kemampuan sendiri, keyakinan pada adanya suatu maksud didalam kehidupan, dan kepercayaan bahwa dengan akal budi mereka akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan, rencanakan dan harapkan (Davies dalam Sri Marjanti, 2015).

Berdasarkan hasil observasi di MA NW Rensing Rajak, peneliti mengamati bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam belajar terutama yang berkenaan tentang rasa percaya diri, peserta didik kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya masing-masing. Karena itu peneliti mengamati peserta didik yang memiliki permasalahan yakni tentang kepercayaan diri, karena rasa percaya diri yang rendah akan berpengaruh terhadap perkembangan siswa.

Untuk itu dalam mengatasi permasalahan tersebut salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat digunakan adalah dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Agar layanan bimbingan kelompok lebih menyenangkan, peneliti melaksanakan bimbingan kelompok dengan menggunakan *ice breaking* berbasis kearifan lokal supaya

peserta didik mampu membangkitkan rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya, peserta didik juga akan merasa lebih bersemangat dan tidak mudah bosan dalam mengikuti layanan.

Percaya diri adalah modal dasar untuk sukses disegala bidang, sehingga menurut (Saputra dalam Nurdin, 2016: 14) percaya diri adalah “salah satu kunci kesuksesan siswa dalam belajar. Karena tanpa adanya rasa percaya diri siswa tidak akan sukses dalam berinteraksi dengan temannya”. Disamping itu, tanpa adanya rasa percaya diri siswa akan ragu-ragu dalam menyelesaikan suatu soal, pada akhirnya siswa tidak akan maksimal dalam menyelesaikan soal dikelas.

Sedangkan menurut (Marjanti, 2015) mengatakan bahwa rasa percaya diri merupakan “keberanian menghadapi tantangan karena memberi suatu kesadaran bahwa belajar dari pengalaman jauh lebih penting daripada keberhasilan atau kegagalan”. Rasa percaya diri penting untuk berpartisipasi dalam kehidupan publik, seperti halnya ketika bergabung dengan suatu masyarakat yang didalamnya terlibat didalam suatu aktivitas atau kegiatan, rasa percaya diri meningkatkan keefektifan dalam aktivitas atau kegiatan.

Menurut (Majid, 2019) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri yaitu (1) factor eksternal meliputi (a) Keluarga (orang tua, saudara, dan kerabat). (b) Sekolah dan Guru, (c) Pendapat orang lain, (d) Media informasi dan masyarakat sekitar. (2) factor internal meliputi: (a) Meragukan kemampuan diri, (b) Generalisasi, (c) Ambisi mewujudkan sasaran besar dalam waktu singkat, (d) Perkataan negatif dalam hati, (e) Perbandingan tidak adil

Menurut (Hakim, 2002: 05) ciri-ciri seseorang yang mempunyai rasa percaya diri tinggi antara lain, (1) Selalu bersikap tenang didalam mengerjakan segala sesuatu, (2) Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, (3) Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi, (4) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi, (5) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, (6) Memiliki kecerdasan yang cukup, (7) Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup, (8) Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing, (9) Memiliki kemampuan bersosialisasi, (10) Memiliki latar belakang pendidikan yang baik., (11) Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup (11) Selalu bereaksi positif didalam menghadapi berbagai masalah, misalnya didalam menghadapi berbagai masalah tetap tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup. Dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.

Menurut (Sumarna, 2016: 55) bimbingan kelompok adalah “Bantuan kelompok-kelompok kecil yang terdiri atas 2-10 peserta didik/konseli agar mereka mampu melakukan pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai, dan pengembangan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan. Bimbingan kelompok harus dirancang sebelumnya dan harus sesuai dengan kebutuhan nyata anggota kelompok”.

Icebreaking dalam pembelajaran dapat diartikan sebagai pemecah situasi kebekuan pikiran atau fisik siswa. Karakteristik *Icebreaking* adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (fun) serta serius tapi santai. Menurut (Supriadi, 2006) *Ice breaking* adalah gabungan dua kata Inggris yang mengandung makna “memecah es”. Istilah ini sering dipakai dalam training dengan maksud menghilangkan kebekuan-kebakuan diantara peserta latihan, sehingga mereka saling mengenal, mengerti dan saling berinteraksi dengan baik satu sama lainnya upaya untuk melebur dinding-dinding penghambat tersebut, diperlukan *icebreaking* sehingga peserta didik kembali untuk fokus lagi.

Kearifan lokal (*local wisdom*) sangat banyak diperbincangkan dan sering dikaitkan dengan masyarakat lokal, serta dengan pengertian yang bervariasi. Menurut (Ulfah Fajarini, 2014) kearifan lokal adalah, pandangan hidup dan ilmu pengetahuan serta berbagai strategi kehidupan yang berwujud aktivitas yang dilakukan oleh masyarakat lokal dalam menjawab berbagai masalah dalam pemenuhan kebutuhan mereka. Dalam bahasa asing sering juga dikonsepsikan sebagai kebijakan setempat (*local wisdom*) atau pengetahuan setempat (*local knowledge*) atau kecerdasan setempat (*local genius*)”.

Ice breaking berbasis kearifan local yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah:

1) Permainan Bepesek’an (berbisik)

Bepesek’an merupakan istilah sasak yang artinya berbisik. Permainan bepesek’an adalah permainan yang dilakukan oleh beberapa orang dalam satu kelompok atau team yang telah ditentukan oleh guru BK sendiri.

Langkah-langkahnya :

- a) Guru BK membagi siswa dalam beberapa kelompok yang terdiri dari 7-9 siswa. Bisa menggunakan deretan bangku untuk mempermudah.
- b) Satu kelompok siswa membentuk barisan panjang ke belakang dengan jarak tertentu yang tidak terlalu dekat. Kemudian tentukan siswa sebagai informan pertama.
- c) Guru memberikan informasi mengenai aturan permainan dan cara permainan kemudian memberikan klu kata kunci kepada informan kedua secara rahasia.
- d) Kata kunci yang diberikan oleh guru BK adalah : “ rurung rarang raok ricak” yang kemudian disampaikan oleh informan pertama kepada siswa informan kedua.

- e) Tugas siswa informan kedua harus menyimak baik-baik informasi yang diberikan oleh informan satu lalu dilanjutkan kepada siswa berikutnya hingga pada terakhir siswa diujung.
- f) Siswa terakhir membacakan secara lantang informasi yang didapatkannya.
 - g) Permainan bisa diulang beberapa kali dengan pesan yang berbeda dan jumlah kelompok yang lebih banyak. Kegiatan ini diakhiri setelah kelompok mampu menyampaikan pesan yang benar.

2) Permainan Lelakaq Sasak atau Balas Pantun Sasak

Lelakak merupakan istilah sebutan dari pantun Sasak. Belelakak merupakan permainan saling lempar pantun yang dilakukan oleh beberapa orang sasak yang dimana pantun yang mereka katakan adalah pantun yang biasa mereka dengar dan rangkai oleh diri mereka sendiri. Lelakak (pantun) juga bisa berupa pantun nasihat, pantun agama, pantun anak-anak, pantun muda mudi dan lainnya.

Langkah-langkah:

- a) Guru BK membagi meminta siswa untuk memilih pasangan teman main mereka. Misalkan teman bangku.
- b) Guru BK meminta siswa untuk menentukan salah satu pantun sasak yang diketahui siswa dengan masing-masing pasangan memiliki pantun yang berbeda-beda.
- c) Setelah siswa menulis pantun mereka. Siswa diminta untuk membaca pantun mereka segera bergantian dan ulangi kegiatan permainan.

- Misal siswa A bunyi pantunnya :

Mun belayang lek tembere
Kapek paok sik tetolang
Mun sembahyang ndek te mele
Sanget lalok sik te jogang

- Lalu siswa B menjawab :

Kelak manis daun ketujur
Manggis katak arak sepempang
Epe tangis lek dalem kubur
Tangis awak sak ndek uah sembahyang

3) Bebadek'an atau tebak-tebakan

Bebadek'an merupakan istilah bahasa sasak yang dalam bahasa Indonesia artinya menebak atau saling tebak. Dalam hal ini bisa dilakukan oleh dua orang atau lebih dan bisa juga dikenai hukuman ketika salah dalam menebak atau memberikan jawaban dalam permainan.

Langkah-langkah:

- a) Guru BK membacakan klu tebakan pertama sebagai contoh awal
- b) Minta siswa-siswi menjawab tebakan yang di bacakan oleh guru BK
- c) Lakukan permainan ini sampai berulang-ulang. Bila perlu minta seorang dari relawan siswa untuk membuat kata tebak sendiri di depan kelas dan menyuruh teman-teman menjawab tebakannya.

Adapun contoh tebakannya sebagai berikut:

Contoh 1 :

Ye bebulu laguk digol

Ye idup laguk mate

Ye lemes laguk keras

Ye bulet laguk lonjong

Jawaban:

orang membuat layang memakai kulit sapi kalo dimasukin gerobak akan menjadi lemas.

Contoh 2:

Ime bedore lowang

Embok ne turun taek

Matene kejub meleng

Jawaban :

orang main seruling

Beberapa jenis permainan icebreaking diatas adalah jenis permainan yang akan digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Dengan desain penelitian menggunakan *pre eksperimental design*. Peneliti menggunakan *one group pretest-posttest design*, penyebaran skala rasa percaya diri dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Variabel penelitian atau gejala yang menjadi fokus penelitian yaitu rasa percaya diri sebagai variabel terikat (Y), dan bimbingan kelompok dengan teknik *icebreaking* berbasis kearifan lokal (X) sebagai variabel bebas. Adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak dengan sampel 10 orang siswa. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan dengan pertimbangan tertentu yaitu siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner (angket) dan observasi. Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab pernyataan dalam angket peneliti menggunakan jawaban bentuk skala likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau

sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013).

Instrumen diuji dengan menggunakan uji validitas kontrak yaitu berdasarkan pendapat para ahli. Sedangkan uji validitas data menggunakan korelasi *product moment*. Setelah melakukan uji validaitas, peneliti selanjutnya menguji realibilitas data, adapun dalam penelitian ini untuk menguji reliabilitas instrumen menggunakan rumus K-R20. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif data dan uji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari hasil analisis data, diperoleh data kondisi awal sebelum perlakuan (*Pretest*) tentang kepercayaan diri siswa yang diperoleh menggunakan angket adalah berupa skor-skor setiap item, mengacu pada pedoman pengkategorisasian tentang meningkatkan rasa percaya diri. Kondisi awal sebelum perlakuan (*Pretest*) yang menjadi subjek peneliti, yang akan mendapatkan bimbingan kelompok adalah sebanyak 10 orang siswa. *Pretest* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal kepercayaan diri peserta didik dikelas XI IPA di MA NW Rensing Rajak. Berikut disajikan hasil atau kondisi *pretest* kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *icebreaking* berbasis kearifan lokal.

Tabel 4.1
Hasil *Pretest* Percaya Diri Peserta Didik

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Jumlah
1.	FSI	0	1	1	1	0	1	1	1	2	2	0	1	0	1	2	1	1	1	2	3	22
2.	KM	1	1	2	0	1	1	0	1	1	2	2	1	2	2	0	1	1	1	0	3	23
3.	KI	0	3	0	1	1	1	1	2	0	1	2	0	1	2	1	2	2	0	0	3	23
4.	LD	0	3	0	1	0	1	1	1	2	3	2	0	1	1	2	1	0	0	1	0	20
5.	MKA	0	1	2	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	2	0	2	2	1	3	19
6.	TS	0	1	1	0	0	1	0	1	1	3	2	1	0	1	2	1	2	0	2	2	21
7.	AS	1	2	3	0	0	1	0	2	1	1	2	3	3	0	2	0	3	3	2	2	31
8.	IZFK	2	3	2	2	0	2	2	2	0	0	0	2	0	2	1	2	0	2	3	3	30
9.	MH	2	3	2	1	0	1	2	1	1	2	1	0	2	2	0	2	2	0	1	2	27
10.	MKK	2	3	3	0	0	2	2	2	2	3	0	0	0	1	2	0	2	2	2	2	30
Total																					246	
Rata-rata																					24,6	
Kategori																					Rendah	

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan hasil *pretest* peserta didik dengan jumlah responden 10 peserta didik kelas XII IPA di MA NW Rensing Rajak yang memiliki rasa percaya diri rendah, nilai rata-rata dari hasil *pretest* diatas adalah 24,6.

Setelah memberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok, maka peneliti mengukur kembali rasa percaya diri peserta didik di MA NW Rensing Rajak, adapun hasil *Posttest* percaya diri peserta didik sebagai berikut:

Tabel 4.2
Hasil *Posttest* Percaya Diri Peserta Didik

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Jumlah
1.	SI	1	2	2	2	1	1	2	2	3	3	1	2	1	1	2	2	2	1	2	3	36
2.	KM	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	3	2	3	3	1	2	2	2	1	3	42
3.	KI	1	3	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	3	3	1	1	3	41
4.	LD	1	3	1	2	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	1	1	2	1	38
5.	MKA	2	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	1	1	2	3	2	3	3	1	3	43
6.	TS	3	3	2	3	1	1	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	1	3	3	44
7.	AS	2	3	3	1	1	2	1	3	2	2	3	3	3	1	3	1	3	3	3	2	45
8.	IZFK	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	1	3	1	3	2	3	1	3	3	3	47
9.	MH	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	1	3	3	1	3	3	2	2	3	47
10.	MKK	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	3	1	3	3	3	2	46
Total																					429	
Rata-rata																					42,9	
Kategori																					Tinggi	

Berdasarkan tabel 4.2 tersebut terdapat hasil *posttest* setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal terjadi peningkatan kepercayaan diri peserta didik. Kondisi skor tentang peningkatan rasa percaya diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, skor 10 orang siswa menjadi tinggi dengan nilai rata-rata 42,9 dan termasuk dalam kategori tinggi.

Setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok tentang layanan bimbingan dan konseling di sekolah didapat hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score* dapat dilihat pada tabel 4.3 sebagai berikut.

Tabel 4.3
Hasil Perbandingan *Pretest*, *Posttest* dan *Gain Score*

No	Pretest	Posttest	Gain Score
1.	22	36	14

2.	23	42	19
3.	23	41	18
4.	20	38	18
5.	19	43	24
6.	21	44	23
7.	31	45	14
8.	30	47	17
9.	27	47	20
10.	30	46	16
N	246	429	183
Mean	24,6	42,9	18,3

Berdasarkan hasil penghitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* sama-sama mengalami peningkatan, yaitu (24,6<42,9). Maka dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal peserta didik mengalami peningkatan percaya diri.

Hasil uji *t independent sampel t-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam meningkatkan percaya diri peserta didik didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 4.4
Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No	X ₁	X ₂	D	D ²
1.	22	36	-14	196
2.	23	42	-19	361
3.	23	41	-18	324
4.	20	38	-18	324
5.	19	43	-24	576
6.	21	44	-23	529
7.	31	45	-14	196
8.	30	47	-17	289
9.	27	47	-20	400
10.	30	46	-16	256
N	246	429	-183	3451

Masukan rumus:

$$T = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{N-1}}}$$

$$= \frac{183}{\sqrt{\frac{10 \times 3451 - (183)^2}{10-1}}}$$

$$\begin{aligned}
 &= \frac{183}{\sqrt{\frac{34,510-33,489}{9}}} \\
 &= \frac{183}{\sqrt{\frac{1021}{9}}} \\
 &= \frac{183}{\sqrt{113,4}} \\
 &= \frac{183}{10,65} \\
 &= 17,183
 \end{aligned}$$

Jadi, nilai t-hitung = 17,183

Berdasarkan taraf signifikan 10% ternyata $N= 10$, dan t-tabel diperoleh 15,987 sedangkan t-hitung 17,183. Oleh karena itu t-hitung > t-tabel ini berarti signifikan artinya ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, selain itu nilai rata-rata *posttest* lebih besar dari nilai *pretest* ($40,7 \geq 21,3$) ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal efektif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara kelompok eksperimen yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal berkenaan dengan bimbingan dan konseling, yang diberikan sebanyak 3 kali pertemuan, dan kelompok kontrol yang diberikan perlakuan sebanyak 2 kali pertemuan. Hasil penelitian layanan bimbingan kelompok berkenaan dengan layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan percaya diri peserta didik kelompok eksperimen setelah mendapatkan perlakuan meningkat dibandingkan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Pembahasan hasil penelitian diawali dengan profil percaya diri, dilanjutkan dengan menganalisis layanan yang tepat.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa percaya diri peserta didik kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak tahun 2020/2021 terdapat peserta didik yang berada pada kategori rendah yakni sebesar 24%. 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.

Uji efektivitas layanan bimbingan kelompok diperoleh dengan membandingkan perilaku percaya diri peserta didik sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal dan setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal, yang menunjukkan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal terhadap percaya diri peserta didik. Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data hasil uji hipotesis menggunakan analisis statistik yakni *uji t*, diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest*. jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *icebreaking* berbasis kearifan lokal efektif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak Tahun 2020/2021.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penghitungan rata-rata skor percaya diri sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok terkait percaya diri hasil *pretest* sebesar 24,6 dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal mengalami peningkatan menjadi 42,9. Dari hasil uji-T, $T_{hitung} \geq T_{tabel}$ ($17,183 \geq 15,987$) maka dengan demikian rasa percaya diri peserta didik terdapat perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal. Jadi ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan *icebreaking* berbasis kearifan lokal efektif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas XI IPA MA NW Rensing Rajak Tahun 2020/2021.

Saran

Guru bimbingan konseling hendaknya dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kurikulum yaitu untuk menindak lanjuti, serta meningkatkan, kepercayaan diri siswa.

Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang percaya diri pada siswa hendaknya sebelum diadakannya bimbingan kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah yang terkait dengan percaya diri pada siswa. Diharapkan peneliti selanjutnya juga melakukan sebuah penelitian yang ruang lingkungannya lebih luas dan bisa menggunakan berbagai jenis layanan dalam bimbingan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Hakim, Thursan. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Majid, Ihab. (2019). *Sukses Dari Diri Sendiri (Panduan Mudah Mengenal dan Mengembangkan Potensi Diri)*. Jakarta: Gemilang.
- Marjanti, Sri. (2015). Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X Ips 6 Sma 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling Gusjigang*. Vol. 1, No. 2.
- Muhammad, Nurdin. (2016). Pengaruh Metode *Discovery Learning* Untuk Meningkatkan Representasi Matematis dan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*. Vol, 9; No 01; Hal 9-22.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumarna, Dkk. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Jakarta.
- Utari, U., Degeng, I, N, S., dan Akbar, S. (2016). Pembelajaran Tematik Berbasis Kearifan Lokal Disekolah Dasar Dalam Menghadapi Masyarakat Ekonomi Asean (Mea). *Jurnal Teori dan Praksis Pembelajaran IPS*, Vol. 1, No. 1, Hal. 39- 44.