

## Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan *Self Confidence* yang Positif dengan Teknik Permainan Media Kartu Truth or Dare pada Siswa Kelas VIII SMP IT NW Balik Batang

Hikmatul Baligoh<sup>1)</sup>, Dukha Yunitasari<sup>2)</sup>, Suhartiwi<sup>3)</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi  
email: [hikmatulbaligoh99@gmail.com](mailto:hikmatulbaligoh99@gmail.com)

<sup>2</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi  
email: [dukha.yunitasari@gmail.com](mailto:dukha.yunitasari@gmail.com)

<sup>3</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi  
email: [suhartiwi@hamzanwadi.ac.id](mailto:suhartiwi@hamzanwadi.ac.id)

---

### Artikel histori:

Submit: 9 Oktober 2025

Revisi: 1 Januari 2026

Diterima: 30 Maret 2026

Terbit: 30 Juni 2026

### Kata Kunci:

*Bimbingan Klasikal,*

*Self Confidence,*

*Truth Or Dare*

### Korespondensi:

[hikmatulbaligoh99@gmail.com](mailto:hikmatulbaligoh99@gmail.com)

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan media kartu Truth or Dare terhadap peningkatan self confidence (kepercayaan diri) siswa kelas VIII SMP IT Darul Ihsan NW Balik Batang. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain one group pretest-posttest design. Sampel penelitian berjumlah 31 siswa yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan angket skala Likert untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada tingkat kepercayaan diri siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan klasikal dengan media kartu Truth or Dare. Berdasarkan hasil uji paired sample t-test dengan bantuan program SPSS, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,05 yang berarti  $H_0$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan media kartu Truth or Dare efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dengan demikian, penggunaan media permainan Truth or Dare dapat dijadikan alternatif strategi dalam layanan bimbingan klasikal untuk membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri yang positif.

**Abstract:** This study aims to determine the effect of classical guidance services using the Truth or Dare card game technique on improving students' self-confidence in class VIII of SMP IT Darul Ihsan NW Balik Batang. This research employed a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 31 students selected through purposive sampling. The research instrument was a Likert-scale questionnaire measuring students' self-confidence levels. The results showed a significant increase in students' self-confidence after being given classical guidance services using the Truth or Dare media. Based on the paired sample t-test analysis using SPSS, the significance value (Sig. 2-tailed) was less than 0.05, indicating that the treatment had a significant effect. This finding suggests that classical guidance services with the Truth or Dare game technique are effective in

---

enhancing students' self-confidence. Thus, the Truth or Dare card game can be an engaging and effective medium to support classical guidance programs in schools.

---



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

## Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal yang penting dalam perkembangan individu, karena dengan adanya pendidikan proses perkembangan akan membantu untuk ke tingkat yang lebih baik, pendidikan adalah usaha sadar menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia (SDM) melalui kegiatan pembelajaran, (Suryani & Kurniawan, 2023). Menurut UU Nomor 20 tahun 2003 pasal 3 pendidikan adalah mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dalam dirinya untuk menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri serta bertanggungjawab. Silvia, dkk (2024) Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan pendidik dalam menyelenggarakan kegiatan pengembangan diri peserta didik agar menjadi manusia yang paripurna sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan sebelumnya. Sekolah merupakan organisasi atau wadah untuk bekerjasama dalam upaya melakukan pekerjaan berkaitan dengan aktivitas pendidikan. Sekolah juga merupakan tempat untuk memperoleh ilmu dan pengetahuan baru (Ngalimun, 2017).

Sekolah merupakan lembaga formal yang dibentuk untuk menyelenggarakan pendidikan bagi warga masyarakat. Didalamnya terdapat sejumlah bidang kegiatan dan bidang pelayanan bimbingan dan konseling. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah-masalah yang muncul dengan memberikan bimbingan dan arahan serta solusi yang terbaik dari semua persoalan tersebut, agar mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya. Selain itu, peserta didik diajak untuk memiliki keyakinan terhadap diri sendiri, sehingga mereka dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hakim (2002:6) yang menyatakan: Suatu keyakinan seseorang atau individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat individu mampu mencapai berbagai tujuan didalam kehidupannya.

Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah-masalah yang muncul dengan memberikan bimbingan dan arahan serta solusi yang terbaik dari semua persoalan tersebut, agar mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya. Selain itu, peserta didik diajak untuk memiliki keyakinan terhadap diri sendiri, sehingga mereka dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hakim (2002:6) yang menyatakan: Suatu keyakinan seseorang atau individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat individu mampu mencapai berbagai tujuan didalam kehidupannya. Menurut Suryani & Kurniawan, (2023) siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) tergolong usia remaja awal yang berada pada masa puber yaitu suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Proses terbentuknya diri yang pertama dimulai dari terbentuknya kepribadian individu sesuai dengan tahap perkembangannya, yang kedua tentang bagaimana pemahaman individu terhadap kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, yang ketiga yakni melalui pengalaman-pengalaman yang telah dilalui dan yang keempat yaitu mempunyai keyakinan dan tekad yang kuat untuk mencapai tujuannya (Angelis,2003).

Fenomena yang terjadi di lapangan yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di SMP Darul Ihsan NW Balik Batang pada hari Senin tanggal 11 November 2024. Jumlah peserta di kelas VIII sebanyak 31 orang, 16 laki-laki dan 15 perempuan. Terkait

dengan kepercayaan diri siswa, terdapat beberapa hal yang menjadi fenomena pokok yang menarik untuk di teliti oleh peneliti, yaitu di mana para siswa masih takut dalam menyampaikan pendapat, tidak berani maju ke depan kelas, kaku, dan pendiam. Hal ini terlihat dengan perilaku siswa setiap harinya yang malu-malu baik saat mereka berada di dalam kelas maupun di luar kelas. Hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa saat berada di dalam kelas yaitu siswa tidak berani menyampaikan pendapat, malu bertanya dan tidak berani mengambil keputusan sendiri karena takut mengambil resiko, sehingga terjadi kekakuan dalam berbicara dan bersikap dalam proses belajar mengajar. Selain itu saat proses pembelajaran siswa kebanyakan bersikap pasif dan tidak ada timbal balik antara guru dengan siswa. Siswa lebih banyak duduk dan mendengarkan materi dan ketika guru bertanya tentang pelajaran yang sudah disampaikan siswa tidak menjawab dan senyum-senyum sambil menunduk di meja.

Secara umum masalah yang dihadapi peserta didik yaitu masalah sosial, pribadi, dan masalah belajar. Dari beberapa masalah tersebut dapat menghambat peserta didik dalam melaksanakan belajar mengajar dikelas. Salah satunya yaitu dapat hidup bersosial yaitu tumbuhnya sikap percaya diri, yaitu merupakan sikap yang dapat membantu peserta didik untuk bersosialisasi dengan teman sebayanya atau masyarakat yang ada disekolah tersebut. Pada dasarnya rasa percaya diri adalah keyakinan pada diri untuk dapat menggapai segala sesuatu dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki. Potensi setiap individu dapat dikembangkan dengan belajar. Belajar dapat di mulai karena adanya motivasi dan upaya sadar yang timbul dalam diri individu tersebut, sehingga individu tersebut dapat melakukan proses belajar dengan sendirinya. Menurut Santrock (2003) rentang usia 15-18 tahun tergolong pada masa remaja. Pada masa remaja banyak sekali tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan, salah satunya yaitu kepercayaan diri siswa. Peserta didik merupakan generasi muda yang harus diperhatikan dalam proses perkembangan baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat agar memiliki sikap percaya diri dalam dirinya.

Menurut Lauster (2002) kepercayaan diri adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam bertindak tidak cemas, takut, bertanggung jawab, sopan ketika berinteraksi dengan orang lain, memiliki keinginan yang kuat serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster (2002) menggambarkan bahwa orang-orang yang percaya diri memiliki ciri-ciri seperti tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak terlalu membutuhkan dorongan orang lain atau bergantung terhadap orang lain, merasa optimis, dan gembira. Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan salah satu aspek psikologis yang sangat penting dalam perkembangan dan kesuksesan siswa. Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap segala kelebihan yang ia miliki dan keyakinan tersebut membuat individu merasa bisa untuk mencapai segala tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya. Individu yang percaya diri akan merasa lebih yakin kepada dirinya sendiri dan apa yang dilakukannya. (Hakim, 2005).

Permasalahan mengenai percaya diri ini sering terjadi dalam lingkungan sekolah, khususnya pada saat siswa di perintahkan untuk maju berbicara di depan kelas. Tidak sedikit dari mereka yang merasa takut, gugup, dan bingung saat berada di depan kelas, bahkan mereka merasa sangat malu apabila dilihat oleh teman kelasnya. Tidak hanya itu permasalahan pada kepercayaan diri siswa yang rendah juga akan menghambat perkembangan potensi yang dimiliki siswa, mematikan kreativitas dan bahkan dapat menumpulkan bakat yang dimiliki, menghambat kemajuan belajar, dan perkembangan sosial siswa dalam proses pembelajaran. Fenomena rendahnya kepercayaan diri yang terjadi di kalangan siswa masih menjadi masalah yang perlu mendapat perhatian serius dalam dunia pendidikan Indonesia saat ini. Rasa percaya diri yang baik dapat membantu siswa mengoptimalkan potensi mereka, berpartisipasi aktif dalam pembelajaran, kritis, mampu mengekspresikan diri dengan baik, memiliki motivasi tinggi dalam mencapai prestasi yang lebih baik. (Alawiyah dkk, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2022), menemukan bahwa 77,5% dari empat puluh remaja akhir mempunyai harga diri yang buruk. Indikator kepercayaan diri seperti interaksi sosial, kemampuan diri, dan konsep diri 3 menunjukkan hal ini. Masalah lainnya adalah kurangnya media

edukasi yang efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri, terutama bagi remaja. Menurut penelitian sebelumnya, "Buku Pintar Berkarakter" dimaksudkan untuk meningkatkan rasa hormat dan kepercayaan diri siswa. Namun, menurut Aristina (2019), buku ini telah digunakan untuk waktu yang lama dan lebih berfokus pada aspek akademis mahasiswa. Oleh karena itu, buku ini tidak memenuhi kebutuhan psikologis remaja (Hidayat et al., 2022). Rendahnya kepercayaan diri dapat berdampak negatif pada berbagai aspek kehidupan siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Syam dan Amri (2017) menunjukkan bahwa siswa dengan kepercayaan diri rendah cenderung mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, kurang berani mengambil risiko yang ada, dan memiliki performa akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi

Rendahnya kepercayaan diri ini dapat menghambat proses belajar dan perkembangan sosial siswa. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi bimbingan yang mampu menumbuhkan rasa percaya diri dengan cara yang menyenangkan dan interaktif. Salah satu pendekatan yang dianggap efektif adalah layanan bimbingan klasikal. Layanan bimbingan klasikal merupakan jenis layanan bimbingan dan konseling yang mengintegrasikan berbagai pendekatan untuk mencegah, meminimalkan masalah, memelihara hal-hal positif yang dimiliki individu atau kelompok, serta mengembangkan potensi yang ada (Wahyuni et al., 2021). Kegiatan bimbingan klasikal ini bisa berupa diskusi kelas atau curah pendapat. Bimbingan klasikal adalah bimbingan yang diberikan kepada sejumlah siswa yang tergabung dalam suatu satuan kegiatan pengajaran (Winkel, 2006). Dalam konteks ini, bimbingan klasikal dianggap sebagai pendekatan yang efektif dalam memberikan informasi kepada siswa dalam satu kelompok kelas. Tujuan dari layanan bimbingan klasikal adalah untuk membantu semua peserta didik agar memperoleh perkembangan yang optimal, memiliki mental yang baik, serta memperoleh ketrampilan dasar hidup. Selain itu bimbingan klasikal memiliki manfaat bagi guru dan bagi peserta didik antara lain yaitu terciptanya hubungan emosional antara guru bimbingan dan konseling dengan peserta didik, terjadi komunikasi langsung antara guru bimbingan dan konseling dengan peserta didik, dan adanya intraksi tatap muka. Dengan melaksanakan bimbingan klasikal dapat menjadikan kegiatan lebih cepat dan efisien untuk mencakup banyak siswa. Salah satu aspek yang menjadikan layanan efektif adalah membuat layanan yang interaktif dan menyenangkan. Salah satu metode pemberian layanan yang interaktif dan menyenangkan adalah dengan teknik permainan media kartu *truth or dare*.

Bimbingan klasikal dengan teknik permainan media kartu *Truth or Dare* bisa diterapkan. Permainan ini memadukan unsur hiburan dan pembelajaran yang dapat menciptakan suasana santai namun bermakna. Menurut Puspitasari (2020) mengatakan bahwa permainan *truth or dare* ini adalah permainan yang populer dikalangan para remaja dan dapat membuat suasana menjadi menyenangkan, permainan ini bermediakan kartu. Seorang pemain harus mampu menjawab pertanyaan yang tertulis di kartu *truth* dan menjalankan perintah sesuai pernyataan tantangan yang tertulis di kartu *dare*. Games ini dapat diinovasi menjadi media pembelajaran yang unik, menarik dan juga terkini. Menurut Hibra (2016) bahasa media pembelajaran permainan *Truth or Dare* dapat meningkatkan pemahaman konsep dan hasil belajar. Permainan *Truth or Dare* adalah permainan yang dilakukan berkelompok dengan menggunakan 2 kartu yaitu *Truth* dan kartu *Dare*. Pada kartu *Truth* berisi pertanyaan yang memerlukan jawaban "Salah" atau "Benar" dan pada kartu *Dare* berisi penjelasan yang memerlukan jawaban berupa penjelasan atau penjabaran disertai alasan.

Menurut Ulan dkk, (2021) melalui kegiatan bermain, akan diperoleh berbagai pengalaman yang dapat digunakan untuk memperbaiki hubungan antara manusia dan mengenal diri sendiri dengan baik dan anak bisa mencapai perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial. Belajar melalui permainan memberikan peluang bagi peserta didik untuk melakukan manipulasi, pengulangan, penemuan sendiri, eksplorasi, praktik, dan memperoleh berbagai konsep serta pemahaman yang tak terbatas. Untuk memastikan bahwa bimbingan klasikal tidak membosankan bagi konseli, mereka dapat ditawarkan dengan berbagai teknik yang menarik. Studi menunjukkan bahwa metode tertentu dalam bimbingan klasikal dapat mencapai tingkat keberhasilan yang tinggi. Permainan adalah salah satu pendekatan yang dinilai efektif. Teknik permainan adalah cara yang efektif untuk

dapat mencapai tujuan dalam layanan bimbingan klasikal yang melibatkan siswa. Ini karena memiliki nilai intrinsik yang tinggi bagi siswa dan membuat siswa tidak mudah jenuh selama layanan (Puspitasari & Pratiwi, 2019).

Fenomena-fenomena di atas menunjukkan adanya krisis kepercayaan diri di kalangan siswa SMP. Dan di harapkan melalui bimbingann klasikal *self confidence* siswa dapat mengalami peningkatan. Salah satu aspek yang penting dalam membangun *self confidence* yang positif adalah sebagaimana yang di kemukakan oleh Hurlock (1980) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki percaya diri tinggi jika ia mampu membuat pernyataan-pernyataan positif mengenai dirinya sendiri, menghargai dirinya sendiri, serta mampu mengejar harapan-harapan yang memungkinkan untuk menjadi pribadi yang sukses.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen *one group pretest-posttest design*. Menurut Sugiyono (2011) mengungkapkan bahwa, eksperimen dapat di artikan sebagai metodologi penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dikendalikan. Subjek penelitian adalah 31 siswa kelas VIII SMP IT Darul Ihsan NW Balik Batang yang dipilih melalui teknik *purposive* sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian yaitu: wawancara, kuisisioner dan dokumentasi.

Instrumen penelitian menggunakan angket skala *Likert* untuk mengukur tingkat *self confidence* siswa. Skala *Likert* dapat mengubah variabel yang diukur menjadi ukuran variabel yang sesuai melalui indikator. Indikator tersebut kemudian dijadikan titik tolak untuk menyusun unsur-unsur pernyataan pada angket/kuesioner yang positif (positif) maupun negatif (negatif), dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kepercayaan diri untuk mempelajari dan mengungkapkan pendapat dan situasi pribadi responden. Berisi daftar pernyataan aktivitas siswa. Respon dan survei sudah tersedia dan responden hanya merespon dengan memilih jawaban yang tersedia. Data dikumpulkan melalui *pretest*, perlakuan (*treatment*), dan *posttest*. Perlakuan dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan melalui layanan bimbingan klasikal dengan media permainan kartu *Truth or Dare*. Analisis data dilakukan dengan uji normalitas, homogenitas, dan uji *paired sample t-test* menggunakan program SPSS untuk mengetahui perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*.

### Hasil Penelitian

Berikut hasil analisis data deskriptif statistik pre test dan post test dari sampel penelitian menggunakan SPSS.

Tabel 4.1 Descriptive Statistics

Variabel	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	31	61,10	8,761	45	73
Posttest	31	77,29	8,407	62	91

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 61,10 meningkat menjadi 77,29 pada *posttest*. Artinya terdapat peningkatan *self confidence* siswa sebesar 16,19 poin setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan kartu *Truth or Dare*. Uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ( $p > 0,05$ ), sedangkan uji homogenitas menunjukkan data bersifat homogen ( $p = 0,737$ ). Sehingga analisis data menggunakan parametrik tes.

Tabel 2. Analisis data Paired sample test  
**Paired Samples Test**

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	POSTTEST – PRETEST	16.194	6.183	1.110	13.926	18.461	14.583	30	.000

Berdasarkan hasil uji paired sample t-test, diperoleh nilai Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest. Dengan demikian, layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan media kartu *Truth or Dare* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan self confidence siswa.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest *self confidence* siswa. Rata-rata nilai pretest sebesar 61,10 meningkat menjadi 77,29 pada posttest, dengan selisih 16,19 poin. Hal ini menandakan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan kartu *Truth or Dare* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP IT Darul Ihsan NW Balik Batang.

Peningkatan ini relevan dengan teori yang dikemukakan oleh Lauster (2002) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya yang ditandai dengan sikap optimis, mandiri, objektif, realisti, serta berani mengambil risiko. Melalui permainan kartu *Truth or Dare*, siswa dilatih untuk berani tampil di depan kelas, menjawab pertanyaan, serta menerima tantangan. Situasi tersebut membiasakan siswa untuk menghadapi rasa takut, malu, dan ragu, sehingga menumbuhkan sikap percaya diri yang positif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa temuan penelitian sebelumnya:

1. Suhardita (2011) menunjukkan bahwa penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif meningkatkan rasa percaya diri siswa. Permainan memberikan suasana menyenangkan, mendorong siswa lebih berani mengekspresikan diri, dan mengurangi kecemasan ketika harus berbicara di depan umum. Hal ini relevan dengan penelitian ini di mana media permainan kartu *Truth or Dare* menciptakan kondisi interaktif yang meningkatkan kepercayaan diri siswa.
2. Ulan, Alwi & Nirmala (2021) menegaskan bahwa kegiatan bermain dalam layanan bimbingan memberikan pengalaman yang dapat memperbaiki hubungan sosial, meningkatkan penerimaan diri, dan menumbuhkan keberanian siswa. Penelitian ini menguatkan hasil tersebut, karena melalui permainan kartu *Truth or Dare* siswa bukan hanya berinteraksi dengan konselor tetapi juga dengan teman sebaya, sehingga terbentuk dukungan sosial yang mendorong peningkatan *self confidence*.
3. Aticha Ardhianita Sari dkk. (2020) melaporkan bahwa bimbingan klasikal berbasis *experiential learning* mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan, dari 52% menjadi 80%. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal yang dipadukan dengan metode kreatif dan interaktif sangat efektif untuk membantu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan tersebut karena penggunaan permainan sebagai media interaktif dalam bimbingan klasikal terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.
4. Syam & Amri (2017) mengungkapkan bahwa rendahnya kepercayaan diri berdampak pada rendahnya prestasi akademik dan kesulitan dalam berinteraksi sosial. Hasil penelitian ini memberikan jawaban praktis atas masalah tersebut, bahwa melalui layanan bimbingan

klasikal yang inovatif, siswa dapat meningkatkan rasa percaya diri sehingga lebih berani menyampaikan pendapat, aktif dalam kelas, dan berinteraksi secara positif.

Dengan demikian, penelitian ini relevan dengan penelitian-penelitian terdahulu dan memperkuat bukti bahwa layanan bimbingan klasikal yang dipadukan dengan teknik permainan mampu meningkatkan aspek psikologis penting siswa, yakni *self confidence*. Hal ini membuktikan bahwa inovasi dalam penggunaan media bimbingan, seperti permainan kartu *Truth or Dare*, dapat menjadi strategi efektif dalam mengatasi masalah rendahnya rasa percaya diri pada siswa SMP.

Teknik permainan adalah salah satu metode dalam layanan bimbingan konseling yang dilakukan dengan kesenangan dan sukarela, bertujuan untuk mengurangi ketegangan-ketegangan yang muncul, sehingga anak dapat mencapai perkembangan dalam aspek seperti psikis, fisik, emosional dan intelektual. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan secara tidak langsung memberikan pelajaran kepada siswa terhadap permainan yang dilakukan. Sehingga siswa lebih mengerti tujuan dari maksud diberikannya permainan ini untuk bahan refleksi diri siswa dan ada makna yang terkandung didalamnya.

Kepercayaan diri belajar peserta didik dalam sekolah terlihat pada saat peserta didik yang ingin melontarkan pendapatnya di depan kelas tetapi ia hanya bisa terdiam. Ia takut bila satu kelas akan mengolok-oloknya jika pendapat yang dilontarkan jauh dari sempurna. Kadang kala gejala tak percaya diri muncul tiba-tiba, tanpa disadari oleh seseorang ketika melakukan sesuatu sehingga orang tersebut tidak bisa mengeluarkan kemampuannya secara optimal. Kepercayaan diri memainkan peran yang signifikan dalam kesuksesan peserta didik dalam proses pembelajaran. Ketika peserta didik memiliki kepercayaan diri dalam menyampaikan hasil pemikiran mereka, mereka akan menunjukkan keberanian dalam mengemukakan pendapat. Seorang peserta didik yang memiliki masalah kepercayaan diri belajar, akan menghambat perkembangan prestasi intelektual, keterampilan dan kemandirian serta membuat peserta didik tersebut tidak cakap bersosialisasi (tidak pandai bergaul). Peserta didik tersebut tidak ada keberanian untuk mengaktualisasikan dirinya di lingkungan sosial. Ketidakpercayaan diri dalam belajar membuat seseorang menjadi marah terhadap dirinya sendiri dan mengakibatkan terganggunya prestasi belajar.

Penelitian ini terbatas pada siswa Kelas VIII SMP It Darul Ihsan NW Balik Batang yang dinerikan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan *Self Confidence* yang Positif dengan Teknik Media Permainan Kartu *Truth or Dare*.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada Bab IV, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Nilai rata-rata *self confidence* siswa sebelum diberikan layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan kartu *Truth or Dare* (pretest) adalah 61,10, sedangkan setelah perlakuan (posttest) meningkat menjadi 77,29. Dengan demikian terdapat peningkatan rata-rata sebesar 16,19 poin.
2. Hasil *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dengan  $t = 14,583$  dan  $df = 30$ , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest.
3. Layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan kartu *Truth or Dare* berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan *self confidence* siswa kelas VIII SMP IT Darul Ihsan NW Balik Batang

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan teknik permainan secara tidak langsung memberikan pelajaran kepada siswa terhadap permainan yang dilakukan. Sehingga siswa lebih mengerti tujuan dari maksud diberikannya permainan ini untuk bahan refleksi diri siswa dan ada makna yang terkandung didalamnya.

## Referensi

- Alawiyah, S., dkk. (2023). Bimbingan kelompok melalui teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA kelas X IPA. *Fokus*, 6(3), 213–219. <https://doi.org/10.37010/fokus.v6i3.213>
- Angelis, B. D. (1995). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Anggeraini, D., & Farozin, M. (2019). *Interpersonal communication skills and self confidence of secondary school students: Findings and interventions*. *KnE Social Sciences*, 2019, 140-145. <https://doi.org/10.18502/kss.v3i17.4633>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dewi, N. (2017). Tujuan dan manfaat layanan klasikal. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 2(1), 45–52. <https://doi.org/10.21009/jbki.021.05>
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi perkembangan (Perkembangan peserta didik)*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Folastri, S., & Rangka, I. B. (2016). *Prosedur layanan bimbingan dan konseling kelompok*. Bandung: Mujahid Press.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Gunung Agung.
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi rasa rendah diri*. Jakarta: Gunung Agung.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. Surabaya: UD Duta Sablon.
- Hartinah, D. S. (2009). *Konsep dasar bimbingan kelompok*. Bandung: Refika Aditama.
- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Terj. Istiwidayati). Jakarta: Erlangga.
- Jones-Roberts, C. (2024). Experiential learning in higher education. *Journal of Technology-Integrated Lessons and Teaching*, 3(2), 53–63. <https://doi.org/10.13001/jtilt>
- Kamil, M., dkk. (2013). Permainan edukatif dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan*, 14(2), 101–112. <https://doi.org/10.24114/jp.v14i2.101>
- Kolb, A. Y., & Kolb, D. A. (2022). Experiential learning theory as a guide for experiential educators in higher education. *Experiential Learning and Teaching in Higher Education*, 1(1), 38. <https://doi.org/10.46787/elthe.v1i1.3362>
- Kong, Y., dkk. (2021). The role of experiential learning on students' motivation and engagement. *Frontiers in Education / Frontiers in PMC*. (Artikel ulasan) <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.747945>
- Latepo, N., dkk. (2022). Teknik permainan dalam pembelajaran dan pengaruhnya terhadap kreativitas siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 8(1), 33–45. <https://doi.org/10.29407/jpdn.v8i1.209>
- Lauster, P. (2002). *Tes kepribadian* (Alih bahasa: D. H. Gulo). Jakarta: Bumi Aksara.
- Mastuti, I. (2008). *50 kiat percaya diri*. Jakarta: Frest Publishing.
- Prayitno, & Amti, E. (2009). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2004). *Layanan bimbingan kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Radović, S., Hummel, H. G. K., & Vermeulen, M. (2021). The challenge of designing ‘more’ experiential learning in higher education programs in the field of teacher education: A systematic review study. *International Journal of Lifelong Education*, 40(5-6), 545-560. <https://doi.org/10.1080/02601370.2021.1994664>
- Rakhmat, J. (2008). *Psikologi komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Romlah, T. (2001). *Teori dan praktik bimbingan kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Silvia, N., dkk. (2022). Peningkatan kepercayaan diri siswa berbicara di depan kelas melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, 8(2), 9–15. <https://doi.org/10.31602/jmbk.v8i2.2159>

- Smith, S. N., & Crocker, A. F. (2017). Experiential learning in physical therapy education. *Advances in Medical Education and Practice*, 8, 427-433.
- Solihat, M., Purwaningwulan, M. M., & Solihin, O. (2014). *Interpersonal skill: Tips membangun komunikasi dan relasi*. Bandung: Rekayasa Sains.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi Revisi). Bandung: Alfabeta.
- Suhardita, K. (2011). Efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(1), 127-138. <https://doi.org/10.24042/jbk.v1i1.211>
- Suryani, L., & Kurniawan, A. (2023). Efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(1), 122-130. <https://doi.org/10.30653/ijec.v7i1.2110>
- Syam, A., & Amri, A. (2017). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis kaderisasi IMM terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Biotek*, 5(1), 87-102. <https://doi.org/10.24252/jb.v5i1.3500>
- Ulan, A. I., & Alwi, N. M. (2021). Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan untuk membantu meningkatkan penerimaan diri siswa. *Pedagogika*, 27(1), 120-133. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v27i1.29781>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78.
- Villarroel, V., Benavente, M., Chuecas, M. J., & Bruna, D. (2020). Experiential learning in higher education: A student-centered teaching method that improves perceived learning. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 17(5). <https://doi.org/10.53761/1.17.5.8>
- Wahyuni, E., dkk. (2021). Layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan potensi siswa. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 9(2), 55-63. <https://doi.org/10.29210/123456>
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. S. (2013). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.