

Pengembangan Program Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Nurul Roihani

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Ibn Khaldun Bogor
Jl. Sholeh Iskandar No.Km.02, RT.01/RW.010, Kedungbadak, Kec. Tanah Sereal, Kota Bogor, Jawa Barat
16162, Indonesia

* nrll.roihani@gmail.com

Abstract

Confidence is one of the factors influencing achievement in students. In order to increase self-confidence, pleasant services are needed to overcome them, one of which is guidance and counseling services with play therapy techniques. This study aims to provide new ideas for guidance and counseling teachers in providing services with a calming concept. This study uses qualitative methods with interview data collection techniques, as well as observations to validate the data that has been obtained. Many students started to dare to try speaking in front of the class after undergoing classical services with play therapy techniques. Playing while learning has a positive influence on students.

Abstrak

Rasa percaya diri menjadi salah satu faktor pengaruh prestasi pada peserta didik. Agar dapat meningkatkan rasa percaya diri di perlukan layanan yang menyenangkan dalam mengatasinya, salah satunya adalah layanan bimbingan dan konseling dengan teknik *play therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan ide baru bagi guru bimbingan konseling dalam memberikan layanan dengan kosep yang menenangkan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data wawancara, serta observasi untuk memvalidasi data yang sudah didapatkan. Banyak peserta didik yang mulai berani mencoba berbicara didepan kelas setelah menjalani layanan klasikal dengan teknik *play therapy*. Bermain sambil belajar memberikan pengaruh positif bagi peserta didik.

Article Information:

Received November 18, 2019
Revised November 30, 2019
Accepted December 10, 2019

Keywords: *Self-Confidence; Student Achievement; Guidance and Counseling Services*

Kata Kunci: Kepercayaan Diri; Prestasi Siswa; Layanan Bimbingan dan Konseling

Pendahuluan

Rasa percaya diri juga menjadi salah satu faktor pengaruh prestasi pada peserta didik. tidak menutup kemungkinan seorang peserta didik yang berprestasi pada umumnya memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini dikarenakan mereka percaya pada dirinya sendiri, Hal ini membuat mereka menjadi lebih berani mencoba hal yang baru dibandingkan dengan peserta didik yang tidak memiliki kepercayaan diri dan akan cenderung mengikuti arus yang monoton. Maka dari itu, sudah sepatutnya sekolah memberikan sarana prasana yang menunjang kepercayaan diri seorang peserta didik, diantaranya adalah memberikan layanan bimbingan dan konseling. Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 menjelaskan, layanan bimbingan klasikal adalah “Salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dirancang menuntut konselor

How to cite:

E-ISSN:2614-1566

Published by: LPPM Universitas Ibn Khaldun Bogor & Program Studi BKPI UIKA

untuk melakukan kontak langsung dengan para siswa didik di kelas secara terjadwal (Safrianti & Nelliraharti, 2022).

Sebuah penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri. Seseorang yang memiliki konsep diri positif akan mampu menjadi individu yang optimis, bertanggung jawab dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi (Gunawan, 2013). Kepercayaan diri merupakan kemampuan diri sendiri terhadap suatu pemenuhan tercapainya setiap keinginan dan harapan (Asmani, 2012). Sedangkan, kebalikan dari rasa percaya diri adalah rasa rendah diri, seorang yang merasa dirinya lebih rendah dari pada orang lain dalam satu hal atau hal lain (Adler, 1912).

Berdasarkan realitanya pada saat ini masih banyak peserta didik yang memandang bahwa dirinya lebih rendah daripada orang lain, banyak faktor yang menyebabkannya, diantaranya pengaruh bullying, adanya cacat pada diri, tidak adanya dukungan hingga tidak adanya tempat untuk mencurahkan kemampuan yang dimilikinya. Faktor penyebab terbesar dari rendahnya rasa percaya diri peserta didik adalah bullying, KPAI mencatat pada tahun 2021 bahwa terdapat 53 kasus bullying di lingkungan sekolah dan 168 kasus bullying di dunia maya. Angka ini terus meningkat pada tahun 2022 bahwa kasus bullting di sekolah menjadi 81 kasus. hal itu merupakan ranah bimbingan dan konseling, salah satu layanannya adalah bimbingan klasikal. Layanan bimbingan klasikal memiliki pengaruh positif terhadap kepercayaan diri peserta didik, hal ini disebutkan oleh Novi Andriati (2015) pada penelitiannya bahwa terdapat peningkatan sebesar 44,66% setelah peserta didik mengikuti kegiatan bimbingan klasikal.

Memperhatikan beberapa fakta diatas, dibutuhkan sebuah pengembangan pada layanan bimbingan dan konseling, khususnya layanan yang tidak memberikan rasa jemu dan semakin membuat peserta didik enggan untuk mengikutinya. Salah satu konsep yang bisa digunakan sebagai teknik adalah *play therapy*, *play therapy* adalah terapi bermain untuk menumbuhkan rasa empati, mengasah keterampilan sosial, mengembangkan rasa percaya diri, meningkatkan kemampuan motoric halus dan kasar (Zellawati, 2011). Penintergrasian teknik *play therapy* ke dalam layanan bimbingan klasikal dimungkinkan bisa mengakomodasi kepercayaan diri anak yang meliputi keberanian, keaktifan, bertanggung jawab, bersosialisasi dengan baik dan memiliki kemampuan dalam mengembangkan bakatnya (Andrianti, 2015). Hal ini selaras dengan pendapat Erikson (1963) bahwa bermain membantu anak mengembangkan rasa harga diri, karena dengan bermain anak dapat memperoleh kemampuan menguasai tubuh mereka, menguasai dan memahami benda-benda hingga belajar keterampilan sosial.

Pada akhirnya, penelitian ini bertujuan agar upaya dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dapat dipahami lebih dalam serta diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Khususnya bagi kalangan guru agar mendapat inspirasi terkait cara meningkatkan kepercayaan diri peserta didik salah satunya bisa menggunakan *play therapy*. Dimana menjadi harapan dengan penggunaannya teknik ini bisa membantu menghilangkan *stereotype* bahwa belajar itu membosankan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, metode kualitatif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena empiris secara holistic dengan cara mendeskripsikan ke dalam bentuk kata-kata dan Bahasa, pada suatu konteks khusus dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Moleong, 2018). Jenis penelitian kualitatif yang digunakan adalah studi kasus, yaitu sebuah penelitian yang dilakukan dengan menginvestigasi lanjut penyebab dari aspek sosial tertentu.

Lokasi penelitian adalah di daerah Bogor Kota Provinsi Jawa Barat, jumlah sampel yang di teliti berjumlah 59 orang yang diambil secara acak pada 2 kelas di SMPN 15 Kota Bogor, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi, instrumen yang digunakan adalah pedoman wawancara dan observasi.

Pada penelitian ini teknik pengolah data yang digunakan adalah data yang didapatkan dari angket akan dideskripsikan kemudian dihitung presentasenya untuk menentukan aspek apa yang paling dominan untuk menarik kesimpulan secara deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

Sikap percaya diri merupakan sebuah sikap yakin atas kemampuan yang dimilikinya, sebagaimana yang disebutkan oleh Lauster (2012) *self-confident* atau kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki, sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan.

Setiap individu pasti pernah merasakan yang namanya *insecure* atau merasa dirinya lebih rendah dibandingkan dengan orang lain. Sehingga, hal ini cenderung membuat individu itu menjadi tertutup dan enggan mencoba hal yang baru. Menurut fakta yang di dapatkan bahwa hampir 50 % peserta didik di SMPN 15 belum mengetahui apa cita-cita yang ingin di raih, hal ini bisa disebabkan mereka belum mengetahui atau pun belum yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya, ketidaktahuan ini yang membuat mereka belum bisa menentukan masa depan apa yang ingin di raih, padahal sikap percaya diri meliputi sikap yakin akan kemampuan dirinya sendiri.

Salah satu faktor penyebab seseorang tidak yakin akan kemampuannya adalah *bullying*, baik secara verbal, non verbal, fisik maupun *cyber bullying*. Bullying merupakan momok menakutkan dan berdampak negative bagi peserta didik. Contoh bully yang terjadi di sekolah adalah mengejek teman yang tampil di depan kelas, umumnya peserta didik yang menjadi pelaku pengejekan akan menganggap ini bercanda. Namun, bagi peserta didik yang menjadi korban ejekan tentu beda cerita, mereka bisa jadi mengalami trauma yang membuat mereka enggan kembali tampil di depan kelas, cenderung menutup diri dan menjadi pendiam (Purnamaningsih, 2018).

Mengatasi bully dan meningkatkan rasa percaya diri merupakan tugas dan peran bagi guru bimbingan dan konseling, dimana seorang guru bimbingan konseling seharusnya bisa menemukan cara untuk mengatasi bully dan meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Terdapat banyak layanan pada program bimbingan dan konseling, diantaranya layanan bimbingan klasikal yang rutin di adakan pada setiap kelasnya (Safrianti & Nelliraharti, 2022). Sebuah kegiatan yang dilakukan berulang-ulang pada waktu dekat sepututnya di kemas dalam hal yang menyenangkan, salah satunya adalah dengan cara bermain.

Play therapy atau terapi bermain , merupakan sebuah teknik terapi yang bisa digunakan pada saat bimbingan klasikal (Andrianti, 2015). Banyak jenis dari *play therapy*, diantaranya adalah : membuat kerajinan, bermain pasir atau air, bermain boneka, bermain seni pameran ataupun mendongeng. *Play therapy* yang digunakan pada penelitian ini adalah bermain seni pameran dan bermain games untuk melatih kefokusan. Pada saat game melatih kefokusan anak akan diminta mengikuti instruksi dari peneliti, apabila ada peserta didik yang tidak fokus ia akan di kenakan konsekuensi untuk maju bercerita atau menyanyi didepan kelas. Karena kegiatan ini dikemas dalam bentuk permainan, peserta didik tidak merasa bosan dan jemu saat dilakukannya bimbingan klasikal ini.

Hasil dari wawancara yang didapatkan pun, menunjukkan 69,5 % dari sampel peserta didik tidak berani untuk tampil di depan banyak orang. Namun, *play therapy* diberikan banyak peserta didik yang berani tampil dan mencoba berbicara di depan kelas. Dengan konsep permainan ini, peserta didik menjalani layanan ini dengan penuh tawa, ceria dan semangat. Hal ini dikarenakan, bermain sambil belajar dapat mengasah kemampuan kognitif seorang anak. Saat bermain, seorang anak akan mendapatkan pengetahuan dan pengalaman baru. Selain kemampuan berfikir, kemampuan berkomunikasi, kemampuan berimajinasi pun dapat dilatih dengan metode bermain sambil belajar ini.

Berdasarkan hasil analisis data yang didapatkan terdapat peningkatan 34% dari sikap peserta didik yang dilatih, mereka cenderung lebih berani tampil di depan kelas. Dari wawancara yang didapatkan pula, mereka merasa senang dengan metode yang diberikan dan merasa materi yang disampaikan lebih mudah di terima dengan metode *play therapy* ini. oleh karena itu, agar terwujudnya peserta didik yang percaya diri dan berprestasi. Maka diperlukan guru bimbingan dan konseling yang kreatif dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah. sehingga, kesan guru bimbingan dan konseling yang menyeramkan dan menyebalkan dapat hilang dan menjadi guru bimbingan dan konseling yang tegas namun ramah pada peserta didik. Oleh karena itu, penggunaan konsep bermain sambil belajar akan menjadi salah satu konsep yang menyenangkan baik bagi siswa maupun bagi guru bimbingan dan konseling itu sendiri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang konsep *play therapy* dalam layanan bimbingan klasikal terlihat memberi dampak positif, baik bagi guru bimbingan dan konseling maupun bagi peserta didik. Layanan yang biasanya di lihat membosankan akan berganti menjadi layanan yang menyenangkan. Dengan konsep bermain sambil belajar ini kegiatan kelas yang sebelumnya serius dan tegang akan membuat refleksi tersendiri bagi peserta didik saat pemberian layanan bimbingan klasikal. Bermain bersama teman dan guru bimbingan konseling di kelas, memberikan suasana yang ceria dan menyenangkan, tawa pun akan terdengar. Namun, tidak menghilangkan esensi belajar dengan adanya konsekuensi bagi peserta didik yang tidak fokus. Tidak terlalu berfokus pada layanan yang monoton, pemilihan materi dan media yang menyenangkan tentu akan memberikan dampak positif dan akan menjadi layanan yang ditunggu-tunggu oleh peserta didik.

Daftar Pustaka

- Amelia, S., & Qodariah, S. 2023. Hubungan tingkat *self acceptance* dengan *self confidence* pada mahasiswa perempuan *fatherless* UIN Malang. *Jurnal Psikologi Islam*.
- Andriati, N. 2015. “pengembangan model bimbingan klasikal dengan teknik role playing untuk meningkatkan kepercayaan diri” *jurnal bimbingan konseling*, 4.
- Ashriati, N. 2006. “Hubungan anatara dukungan sosial orang tua dengan kepercayaan diri remaja penyandang cacat fisik pada SLB-D YPAC semarang” *jurnal psikologi proyeksi*, 7.
- Asmani, J. M. 2012. Buku Panduan Internalisasi Pendidikan Karakter di Sekolah. Yogyakarta: Diva Press.
- Moleong, L. J. 2018. *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Purnamaningsih, S. 2018. Pola asuh orang tua dan kepercayaan diri (self-confident) siswa. *Jurnal Studi Keislaman*, 11(2).
- Safrianti, R., & Nelliraharti, N. 2022. Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Klasikal. *Journal of Education Science*, 8(2), 214. Diakses dari <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/jes/article/view/2417> <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/jes/article/viewFile/2417/1253>
- Suryani, 2018. “inferiorits dan kepercayaan diri pada penyandang tunarungu” *eprints.uad.id* 18.
- Sari, E. S. 2017. “peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasai kecenderungan perilaku agresif peserta didik di SMPN 11 Palembang” *prosiding seminar nasional 20 program pascasarjana universitas PGRI Palembang 25 November 2017*.
- Thunder, T. 2022. *Manfaat bermain sambil belajar untuk anak usia dini*, diakses pada 12 Juli 2023, <https://www.ef.co.id/englishfirst/kids/blog/manfaat-bermain-sambil-belajar-untuk-anak-usia-dini>
- Zellawati, A. 2011. “Terapi bermain untuk mengatasi permasalahan pada anak” *majalah ilmiah INFORMATIKA*, 3.