

**PERAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI (SELF DISCLOURE) SISWA
DI SMPN 2 BAHOROK DESA TIMBANG LAWAN**

Irna Delima Nasution, Sri Rahayu, Sholihah Puspita,
Vida Amara, Abdul Aziz Rusman
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Email: azizrusman@gmail.com

ABSTRACT

This research aims to investigate the role of group guidance in increasing students' self-confidence. The research subjects consisted of Guidance and Counseling (BK) teachers and students of SMP N 2 Bahorok, Timbang Lawan Village. This research uses a qualitative approach with data collection techniques in the form of observation and interviews. The research results show that group guidance is carried out through organizing competitions, such as fashion shows, short surahs, and the call to prayer. The impact of this group guidance is increasing students' self-confidence, improving relationships between guidance and counseling teachers and students, as well as validating the effectiveness of the group guidance method. The conclusion of this research is that group guidance carried out by guidance and counseling teachers, especially through holding competitions, is able to increase students' self-confidence. This competition encourages students to feel more confident in themselves, while strengthening the relationship between teachers and students in the learning process.

Keywords: Group Guidance, Self-Confidence, Increasing Self-Confidence

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi peran bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Subjek penelitian terdiri dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta siswa SMP N 2 Bahorok, Desa Timbang Lawan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dilakukan melalui penyelenggaraan lomba, seperti fashion show, surah pendek, dan adzan. Dampak dari bimbingan kelompok ini adalah peningkatan rasa percaya diri siswa, peningkatan hubungan antara guru BK dan siswa, serta validasi efektivitas metode bimbingan kelompok. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK, terutama melalui penyelenggaraan lomba, mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa. Perlombaan ini mendorong siswa untuk merasa lebih percaya diri dalam diri mereka sendiri, sekaligus memperkuat hubungan antara guru dan siswa dalam proses pembelajaran.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Kepercayaan Diri, Meningkatkan Kepercayaan Diri

A. Pendahuluan

Proses pemberian dukungan oleh individu dalam lingkungan kelompok untuk menghindari masalah yang dapat menghambat pengembangan potensi setiap anggota dikenal dengan bimbingan kelompok (Hartanti, 2022). Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok atau individu untuk mencapai tujuan konseling dan bimbingan. Seorang mentor atau fasilitator memimpin kelompok dengan tujuan membantu setiap anggota meningkatkan sikap sosial, keterampilan, keberanian, dan kualitas pribadi lainnya (Ardimen et al., 2019).

Bimbingan kelompok adalah upaya untuk membantu siswa secara terencana dan terstruktur dalam pertumbuhan pribadi, interaksi sosial, upaya pendidikan, karier, dan keterampilan pengambilan keputusan. Hal ini juga bertujuan untuk mengajarkan mereka bagaimana mencegah timbulnya masalah dan mengembangkan keterampilan hidup yang diperlukan melalui dinamika kelompok (Fadilah, 2019).

Bimbingan kelompok adalah suatu proses di mana seorang fasilitator atau konselor bekerja dengan sekelompok individu yang

memiliki tujuan atau masalah yang serupa, dengan tujuan untuk memberikan dukungan, pengarahan, dan pengembangan keterampilan yang relevan untuk membantu anggota kelompok mencapai tujuan mereka, meningkatkan pemahaman diri, serta mempromosikan interaksi sosial yang sehat dan saling mendukung di dalam kelompok tersebut. Kegiatan ini biasanya melibatkan diskusi, berbagi pengalaman, pemberian umpan balik, dan berbagai teknik intervensi lainnya untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perubahan positif dalam konteks kelompok (Hikmawati, 2016).

Penelitian ini menemukan siswa-siswi SMP N 2 bahorok desa timbang lawan memiliki kepercayaan diri yang rendah. Oleh karena itu pihak sekolah ingin meningkatkan rasa percaya diri para siswa tersebut. Bersama guru BK siswa-siswi mendapat layanan bimbingan kelompok. Guru BK memanfaatkan lomba sebagai media untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa-siswi. Oleh karena itu penting bagi pihak sekolah maupun guru BK untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Untuk menjadi bahagia, seseorang harus percaya dan

mempunyai sikap terhadap keterampilan yang dimilikinya, baik positif maupun negatif, dan menerimanya apa adanya. Hal ini dikenal sebagai rasa percaya diri. Salah satu komponen penting dari kepribadian seseorang adalah rasa harga diri. Seseorang yang kurang percaya diri akan kesulitan dalam situasi sosial dan tidak mampu mencapai potensi maksimalnya (Azmi et al., 2021).

Kepercayaan diri berperan dalam memotivasi siswa untuk sukses. Siswa yang mengalami perundungan hendaknya mendapat perhatian ekstra yang mengedepankan bakatnya dan meminimalkan kelemahannya. Sikap mental seseorang dalam menilai diri sendiri maupun lingkungannya, yang memberikan keyakinan atau kemampuan untuk melakukan tindakan sesuai dengan bakatnya, merupakan aspek lain dari rasa percaya diri (Adriani, 2018).

Orang dengan harga diri yang kuat akan mampu mengenal dan memahami siapa dirinya. Peristiwa yang dianggap tidak menguntungkan oleh sebagian besar orang tidak serta merta berdampak pada mereka. Orang yang percaya diri biasanya

mampu mengatasi kekhawatiran, ketakutan, dan kecemasan serta mampu menangani konfrontasi secara efisien dan produktif (Amri, 2018).

Dalam penelitian oleh (Sarwan, 2018), bimbingan kelompok memiliki peranan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Bimbingan kelompok membantu siswa dalam mengembangkan kesadaran diri, mengatasi masalah, dan meningkatkan kemampuan interpersonal. Melalui kegiatan bimbingan kelompok, siswa diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan memecahkan masalah bersama dengan teman-teman sebaya mereka. Hal ini dapat membantu siswa merasa lebih percaya diri karena mereka dapat berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan, dan belajar dari pengalaman orang lain. Selain itu, teknik-teknik yang digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti diskusi dan latihan asertif, juga dapat membantu siswa dalam mengungkapkan perasaan, pendapat, dan sikap mereka dengan menghormati hak-hak orang lain. Dengan demikian, melalui bimbingan kelompok, siswa dapat memperoleh pengalaman positif dan membangun kepercayaan diri yang lebih baik.

Penelitian (Silvia et al., 2022) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa berbicara di depan kelas. Dalam kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, seluruh siswa diwajibkan terlibat aktif, sehingga mereka dapat mengatasi masalah kepercayaan diri secara bersama-sama. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Oleh karena itu, guru Bimbingan dan Konseling di sekolah dapat memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk membantu siswa yang mengalami masalah kepercayaan diri.

Pada penelitian (Sulastri, 2021), bimbingan kelompok memberikan kesempatan bagi siswa untuk berinteraksi dengan teman-temannya. Dalam kelompok, siswa dapat berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya, bersikap terbuka, membina keakraban, dan mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok. Hal ini membantu siswa untuk memperoleh kepercayaan diri

dalam mengungkapkan masalah yang sedang mereka hadapi kepada teman dan konselor.

Di lapangan yakni SMPN 2 Bahorok Desa Timbang Lawan, terdapat sejumlah siswa-siswi yang awalnya merasa tidak percaya diri untuk tampil di depan publik. Namun, guru BK di sekolah tersebut mengambil inisiatif untuk membantu mereka mengatasi tantangan ini. Melalui sesi bimbingan kelompok yang kreatif, siswa-siswi diajak untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan, termasuk perlombaan fashion show, pembacaan surah pendek, dan pengumuman adzan di depan umum. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk merangsang pertumbuhan kepercayaan diri mereka, memungkinkan mereka mengatasi ketidakpercayaan diri, dan akhirnya tampil dengan keyakinan yang lebih kuat dalam lingkungan publik.

Kepercayaan diri adalah faktor kunci dalam perkembangan pribadi, sosial, dan akademik siswa, yang juga memengaruhi kualitas interaksi mereka dengan dunia di sekitarnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam tentang peran, strategi dan

pendekatan yang digunakan oleh guru BK sekolah SMP N 2 bahorok desa timbang lawan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang praktik-praktik ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga tentang bagaimana sekolah dan guru BK dapat berperan dalam membantu siswa membangun kepercayaan diri yang kuat.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada analisis kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK terhadap siswa-siswi di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk memahami praktik bimbingan kelompok tersebut serta melihat efektivitasnya dalam mencapai tujuan pembimbingan. Subjek penelitian terdiri dari guru BK yang memberikan bimbingan kelompok dan siswa-siswi yang menerima bimbingan tersebut. Penelitian akan berlangsung di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan.

Data akan dikumpulkan melalui observasi terhadap kegiatan bimbingan kelompok guru BK dengan

siswa, dengan mencatat berbagai aspek, seperti metode yang digunakan, interaksi antara guru dan siswa, serta suasana dalam kelompok bimbingan. Selain itu, wawancara akan dilakukan dengan guru BK untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang pendekatan dan pengalaman mereka dalam memberikan bimbingan kelompok. Siswa-siswi juga akan diwawancarai untuk mendapatkan perspektif mereka mengenai manfaat dan pengalaman yang mereka alami dalam bimbingan kelompok.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dari bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri (Self Disclosure) siswa di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan. Penelitian ini memilih sekolah tersebut dikarenakan sekolah tersebut sedang mengadakan bimbingan kelompok dengan menggunakan perlombaan yang bertujuan meningkatkan rasa percaya diri siswa-siswi. Oleh karena itu peneliti melakukan observasi terhadap kegiatan bimbingan kelompok tersebut.

1. Kegiatan Bimbingan Kelompok dengan Perlombaan di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan

Kegiatan bimbingan kelompok di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan melibatkan berbagai perlombaan, seperti fashion show, perlombaan surah pendek, dan adzan, yang dirancang untuk meningkatkan kepercayaan diri dan keterlibatan siswa dalam kegiatan sosial. Hasil observasi menyajikan gambaran tentang cara perlombaan digunakan dalam bimbingan kelompok:

a. Fashion Show

Fashion show merupakan salah satu lomba yang diadakan dalam bimbingan kelompok. Peserta, terutama siswi, diberi kesempatan untuk tampil di atas panggung dengan berbagai jenis pakaian dan aksesoris. Observasi menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengekspresikan diri, meningkatkan kepercayaan diri mereka, dan merasa lebih nyaman dalam situasi publik.

b. Perlombaan Surah Pendek

Dalam perlombaan surah pendek, siswa diuji untuk membaca surah-surah pendek dari Al-Quran dengan benar. Observasi

menunjukkan bahwa perlombaan ini memberikan kesempatan untuk mengevaluasi keterampilan siswa dalam membaca Al-Quran. Hal ini juga meningkatkan rasa prestasi siswa yang dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam hal keagamaan.

c. Perlombaan Adzan

Perlombaan adzan mengajak siswa untuk mempraktikkan cara mengumandangkan adzan dengan benar. Observasi menunjukkan bahwa kegiatan ini membantu siswa untuk memahami aspek keagamaan yang mendalam. Hal ini juga memungkinkan mereka untuk membangun keterampilan yang terkait dengan agama dan mendukung pengembangan identitas keagamaan mereka.

Hasil observasi menunjukkan bahwa perlombaan dalam bimbingan kelompok di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan tidak hanya bertujuan sebagai kompetisi, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun kepercayaan diri siswa, memfasilitasi ekspresi diri, dan mengembangkan keterampilan agama. Selain itu, kegiatan ini juga mempromosikan kerjasama antar siswa, semangat sportif, dan keterlibatan dalam

kegiatan sosial yang mendalam. Kegiatan-kegiatan tersebut mendukung pengembangan komprehensif siswa di sekolah, baik dari segi akademik maupun sosial-emosional.

2. Peran Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami peran bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri (self-disclosure) pada remaja di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan. Data dikumpulkan melalui observasi kegiatan bimbingan kelompok oleh guru BK, wawancara dengan guru BK, dan siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok. Setelah analisis data, ditemukan hasil-hasil berikut:

a. Peningkatan Kepercayaan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja. Siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok melaporkan peningkatan dalam pengenalan diri mereka sendiri, lebih nyaman dalam berbicara tentang perasaan dan pengalaman pribadi, serta lebih

terbuka terhadap interaksi sosial. Ini bisa dilihat dari hasil wawancara dengan guru BK di bawah ini:

Guru BK: "Saya melihat bahwa bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri remaja. Siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok telah melaporkan pengalaman positif yang mencakup peningkatan dalam pengenalan diri mereka, kenyamanan dalam berbicara tentang perasaan dan pengalaman pribadi, serta keterbukaan dalam interaksi sosial."

Dalam wawancara dengan Guru BK, beliau menjelaskan bahwa bimbingan kelompok memiliki peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan. Guru BK mengamati bahwa siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok telah mengalami peningkatan dalam pengenalan diri, merasa lebih nyaman dalam berbicara tentang perasaan dan pengalaman pribadi, serta lebih terbuka dalam interaksi sosial. Hal ini menunjukkan efektivitas bimbingan kelompok dalam membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri dan keterampilan sosial mereka.

b. Self-Disclosure

Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa bimbingan kelompok memberikan platform yang aman bagi remaja untuk melakukan self-disclosure. Mereka merasa lebih percaya diri untuk berbicara tentang isu-isu yang mungkin sebelumnya mereka rahasiakan, seperti perasaan, pengalaman, dan masalah pribadi. Ini dapat dilihat dari data di bawah ini:

Guru BK: " bimbingan kelompok membuktikan siswa mau mengungkapkan diri dengan lebih percaya diri, mengatasi ketakutan pribadi, termasuk perasaan, takut berbicara, dan rasa malu."

Dalam hasil wawancara, Guru BK mencatat bahwa bimbingan kelompok telah membuktikan dampak positifnya pada siswa, khususnya dalam mengatasi ketakutan pribadi. Guru BK mengungkapkan bahwa siswa-siswa yang mengikuti bimbingan kelompok merasa lebih percaya diri dalam mengungkapkan diri, serta mampu mengatasi ketakutan pribadi yang meliputi perasaan takut berbicara di depan umum dan rasa malu. Ini menunjukkan bahwa program bimbingan kelompok telah membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial dan kepercayaan

diri mereka, sehingga mereka lebih siap untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan mengatasi hambatan-hambatan pribadi dalam pengembangan diri.

c. Hubungan Guru-Siswa

Interaksi antara guru BK dan siswa dalam konteks bimbingan kelompok sangat berpengaruh dalam proses self-disclosure. Guru BK yang mendukung, empatik, dan mampu menciptakan iklim yang aman dan terbuka mendorong siswa untuk lebih aktif berpartisipasi dan berbicara tentang pengalaman pribadi mereka. Ini dapat dilihat dari data di bawah ini:

Guru BK: kami melakukan pendekatan yang bersifat mendukung, empatik, dan mampu menciptakan suasana yang aman dan terbuka, yang memotivasi siswa untuk aktif berpartisipasi dan berbicara tentang pengalaman pribadi mereka dalam konteks bimbingan kelompok."

Hasil wawancara dengan Guru BK mengungkapkan pendekatan yang digunakan dalam bimbingan kelompok. Guru BK menekankan bahwa mereka menerapkan pendekatan yang bersifat mendukung, empatik, dan mampu menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka. Hal ini berarti guru BK berusaha untuk

menjadi pendengar yang baik, bersedia mendengarkan perasaan dan pengalaman siswa tanpa menghakimi, sehingga siswa merasa nyaman untuk berbicara tentang isu-isu pribadi mereka. Pendekatan ini memotivasi siswa untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan bimbingan kelompok, membagikan pengalaman mereka, dan berkontribusi dalam membangun iklim yang mendukung pertumbuhan pribadi dan pengembangan kepercayaan diri. Dengan demikian, hasil wawancara ini menunjukkan betapa pentingnya peran guru BK dalam menciptakan suasana yang mendukung dan memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses self-disclosure dalam konteks bimbingan kelompok.

d. Efektivitas Metode Bimbingan

Berbagai metode bimbingan kelompok yang digunakan oleh guru BK, dan salah satu nya adalah mengadakan perlombaan yang memicu kepercayaan diri siswa. Perlombaan terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dan mendorong self-disclosure. Ini dapat dilihat dari data di bawah ini:

Guru BK: "Perlombaan yang diadakan dalam bimbingan kelompok telah

membuktikan diri sebagai metode efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dan merangsang self-disclosure, membantu siswa untuk merasa lebih percaya diri dan nyaman dalam mengungkapkan diri mereka."

Hasil wawancara ini menyoroti pentingnya penggunaan perlombaan dalam bimbingan kelompok sebagai metode efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Guru BK mencatat bahwa melalui perlombaan, siswa diberi peluang untuk bersaing dalam suasana yang aman dan mendukung. Hal ini memberikan mereka rasa prestasi dan keberanian untuk tampil di depan teman-teman sebaya. Hasilnya, siswa merasa lebih percaya diri dan nyaman untuk berbicara tentang perasaan dan pengalaman pribadi mereka. Perlombaan ini tidak hanya menjadi ajang kompetisi, tetapi juga alat untuk memfasilitasi self-disclosure, dengan membantu siswa untuk mengatasi rasa takut dan keragu-raguan dalam berbicara tentang isu-isu pribadi. Dengan demikian, hasil wawancara ini menggarisbawahi dampak positif perlombaan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dan mendorong mereka untuk lebih

terbuka dan ekspresif dalam konteks bimbingan kelompok.

Hasil penelitian ini memberikan wawasan yang berharga tentang peran penting bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri dan self-disclosure remaja. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa sekolah dan guru BK dapat lebih memperhatikan dan mengintegrasikan bimbingan kelompok dalam program pembimbingan remaja untuk membantu mereka mengatasi masalah kepercayaan diri dan meningkatkan kualitas interaksi sosial.

Pembahasan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa bimbingan kelompok yang melibatkan perlombaan, yang dipimpin oleh guru BK, telah terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri (Self-Disclosure) siswa. Hasil penelitian ini menyoroti bahwa bimbingan konseling dengan perlombaan berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, memperkuat hubungan antara guru BK dan siswa, serta menegaskan bahwa metode perlombaan efektif dalam konteks bimbingan kelompok.

Penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok yang mengintegrasikan perlombaan, di bawah bimbingan guru BK, secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri (Self-Disclosure) siswa. Hasil ini mengamplifikasi temuan penelitian terdahulu yang dipimpin oleh Sarwan (2018), yang juga menekankan peran penting bimbingan kelompok dalam membangun kepercayaan diri siswa. Meskipun penelitian Sarwan menyoroti peran bimbingan kelompok dalam pengembangan kesadaran diri, penyelesaian masalah, dan keterampilan interpersonal, penelitian utama menambahkan dimensi baru yaitu penggunaan perlombaan dalam bimbingan kelompok yang efektif. Kedua penelitian menunjukkan bahwa melalui bimbingan kelompok, siswa diberikan platform untuk berinteraksi, berbicara tentang pengalaman pribadi mereka, dan mengatasi ketakutan berbicara di depan umum. Dalam konteks penelitian utama, hasilnya menekankan bahwa perlombaan merupakan alat yang efektif dalam menciptakan dorongan tambahan untuk self-disclosure dan peningkatan kepercayaan diri siswa, yang juga memperkuat hubungan antara guru BK dan siswa. Dengan demikian,

temuan penelitian utama memberikan kontribusi signifikan dalam pemahaman lebih lanjut tentang bagaimana bimbingan kelompok dapat ditingkatkan dengan mengintegrasikan perlombaan untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

Penelitian ini dan hasil penelitian terdahulu menyoroti peran bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, walaupun mereka menggunakan teknik yang berbeda. Penelitian utama menunjukkan bahwa perlombaan yang diintegrasikan dalam bimbingan kelompok oleh guru BK efektif dalam mencapai tujuan ini. Di sisi lain, penelitian terdahulu oleh Silvia et al. (2022) menunjukkan bahwa teknik sosiodrama digunakan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berbicara di depan kelas. Kesamaan antara kedua penelitian adalah bahwa keduanya menekankan pentingnya interaksi sosial dalam proses peningkatan kepercayaan diri siswa. Dalam penelitian utama, perlombaan dianggap sebagai metode yang efektif dalam menciptakan dorongan tambahan untuk self-disclosure dan kepercayaan diri siswa. Di sisi lain,

penelitian terdahulu menggunakan teknik sosiodrama untuk memungkinkan siswa berpartisipasi aktif dalam aktivitas kelompok, yang juga membantu mereka mengatasi masalah kepercayaan diri.

Penelitian ini dan penelitian terdahulu sejalan dalam menyoroti peran penting bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui interaksi sosial dan dukungan dari sesama siswa. Penelitian utama menunjukkan bahwa penggunaan perlombaan dalam bimbingan kelompok oleh guru BK telah terbukti efektif dalam mencapai tujuan ini. Di sisi lain, penelitian terdahulu oleh Silvia et al. (2022) menekankan penggunaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok sebagai sarana untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berbicara di depan umum. Kedua penelitian menggarisbawahi pentingnya partisipasi aktif siswa dalam kegiatan kelompok, baik melalui perlombaan maupun teknik sosiodrama. Ini memberikan siswa peluang untuk mengatasi masalah kepercayaan diri dan merasa lebih nyaman dalam berbicara tentang perasaan dan pengalaman pribadi mereka. Penelitian terdahulu oleh

Sulastri (2021) juga mencerminkan hal serupa, yaitu bahwa bimbingan kelompok memberikan siswa kesempatan untuk berani berbicara di depan teman-teman mereka, membina keakraban, dan mengendalikan diri dalam situasi kelompok.

D. Kesimpulan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa bimbingan kelompok dengan metode perlombaan, yang dipimpin oleh guru BK, memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri (self-disclosure) siswa di SMP N 2 Bahorok Desa Timbang Lawan. Dalam kegiatan bimbingan kelompok di sekolah tersebut, perlombaan berupa fashion show, perlombaan surah pendek, dan perlombaan adzan menjadi instrumen penting untuk membangun kepercayaan diri siswa. Observasi menunjukkan bahwa perlombaan bukan hanya sebagai kompetisi, tetapi juga sebagai sarana yang memfasilitasi self-disclosure, menguatkan hubungan antara guru BK dan siswa, serta mendukung perkembangan berbagai keterampilan, termasuk aspek keagamaan. Guru BK memainkan

peran kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung dan memotivasi siswa untuk aktif berpartisipasi dan berbicara tentang pengalaman pribadi mereka. Perlombaan dalam bimbingan kelompok telah membuktikan diri sebagai metode efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, merangsang self-disclosure, dan membantu siswa untuk merasa lebih percaya diri dan nyaman dalam mengungkapkan diri. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa bimbingan kelompok dengan metode perlombaan dapat dijadikan alternatif yang efektif dalam membantu siswa mengatasi masalah kepercayaan diri dan meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka. Hal ini memberikan wawasan berharga tentang bagaimana pendekatan inovatif dalam bimbingan kelompok dapat berkontribusi pada perkembangan siswa di lingkungan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, D. (2018). Pengaruh percaya diri, kebiasaan belajar dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi. *JPEKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi*,

- Manajemen Dan Keuangan*, 2(1), 19–28.
- Amri, S. (2018). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis ekstrakurikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Rafflesia*, 3(2), 156–170.
- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278–298.
- Azmi, I. U., Thamrin, M., & Akhwani, A. (2021). Studi Komparasi Kepercayaan Diri (Self Confidence) Siswa yang Mengalami Verbal Bullying dan Yang Tidak Mengalami Verbal Bullying di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3551–3558.
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan bimbingan kelompok dalam membentuk sikap jujur melalui pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167–178.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. UD DUTA SABLON.
- Hikmawati, F. (2016). *Bimbingan dan konseling*. Rajawali Press.
- Sarwan, A. (2018). Pengaruh Bimbingan Kelompok dan Harga Diri terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMAN 5 Takengon Aceh Tengah. *Jurnal Diversita*, 4(1), 32–40.
- Silvia, T., Yandri, H., & Juliawati, D. (2022). Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Berbicara di Depan Kelas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(2), 9–15.
- Sulastri, E. (2021). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa kelas IX8 SMP Negeri 3 Batang Hari 2018. *Journal Education of Batanghari*, 3(1), 100–113.