

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMA NEGERI 11 BANJARMASIN

The Effect of Group Guidance Using Role Playing Technique on Improving Students' Self-Confidence at SMA Negeri 11 Banjarmasin

Submit Tgl.: 27-Agustus-2026

Diterima Tgl.: 02-September-2026

Diterbitkan Tgl.: 14-September-2026

Januari Selamat Rifandi^{1*}
Heiriyah Ainun²
Tohari Sabit³

**1-3 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, Banjarmasin, Indonesia

*email:

rifandijaniuari01@gmail.com,
aininheiriyah@gmail.com,
sabittohari6@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk mengetahui besarnya pengaruh layanan tersebut terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 11 Banjarmasin. Fenomena rendahnya kepercayaan diri siswa tampak dari keengganan mengemukakan pendapat, kecemasan tampil di depan kelas, serta kecenderungan menarik diri dari aktivitas kelompok. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa kelas X yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Data dikumpulkan menggunakan angket skala kepercayaan diri model Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya (*Cronbach's Alpha* = 0,885) dan dianalisis menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* serta uji-t berpasangan (*paired sample t-test*). Hasil *pretest* menunjukkan seluruh sampel berada pada kategori kepercayaan diri rendah dengan rata-rata skor 30,7. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* sebanyak tiga kali pertemuan, hasil *posttest* menunjukkan delapan dari sepuluh siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri menjadi kategori sedang, sedangkan dua siswa masih berada pada kategori rendah. Hasil uji-t menunjukkan nilai $t = -3,619$ dan signifikansi sebesar 0,006 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan. Simpulan penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sehingga dapat dijadikan salah satu alternatif strategi bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah..

Kata Kunci:

Bimbingan Kelompok
Teknik *Role Playing*
Kepercayaan Diri
Siswa SMA

Keywords:

Group Guidance
Role Playing Technique
Self-Confidence
High School Students

Abstract

This study aims to describe students' self-confidence before being given group guidance services using role playing techniques and to determine the magnitude of the effect of these services on improving the self-confidence of grade X students at SMA Negeri 11 Banjarmasin. The phenomenon of students' low self-confidence can be seen from their reluctance to express opinions, anxiety when appearing in front of the class, and a tendency to withdraw from group activities. The study used a quantitative approach with a *pre-experimental one group pretest-posttest design*. The sample consisted of 10 grade X students determined through *purposive sampling* based on the criterion of having a low level of self-confidence. Data were collected using a *Likert-model self-confidence scale* that had been tested for validity and reliability (*Cronbach's Alpha* = 0.885) and analyzed using the *Kolmogorov-Smirnov normality test* and a *paired sample t-test*. The *pretest* results showed that all samples were in the low self-confidence category with an average score of 30.7. After being given the group guidance service with role playing techniques for three meetings, the *posttest* results showed that eight of the ten students experienced an increase in self-confidence into the medium category, while two students remained in the low category. The *t-test* results showed $t = -3.619$ with a significance value of 0.006 ($p < 0.05$), indicating a significant effect. This study concludes that group guidance services using role playing techniques are effective in improving students' self-confidence and can therefore be used as an alternative strategy for school guidance and counseling teachers.

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia saat ini terus berupaya meningkatkan mutu pendidikan agar tercipta generasi yang sadar akan potensi dirinya, sebagaimana diamanatkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tresna et al., 2022). Melalui pendidikan, siswa tidak hanya mengembangkan potensi dan talenta yang dimiliki, tetapi juga membentuk perilaku yang lebih positif dan adaptif terhadap tantangan masa depan (Anisahria et al., 2025).

Masa Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan masa remaja yang menjadi periode transisi penting, yaitu tahap pencarian jati diri dan pembentukan identitas (Atiqah et al., 2024). Siswa dengan kepercayaan diri tinggi cenderung tetap berpikir positif meskipun harapannya tidak terpenuhi, sedangkan siswa dengan kepercayaan diri rendah sering merasa tidak berbakat dan mengalami kesulitan memenuhi tugas perkembangannya. Kepercayaan diri menurut Sigmund Freud merupakan suatu tingkat perasaan atau sugesti yang berkembang dalam diri seseorang sehingga ia merasa yakin dalam melakukan sesuatu (Mamlu'ah, 2019).

Kajian terdahulu menunjukkan adanya perbedaan hasil (research gap) terkait efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik role playing. Penelitian Yulianto dan Yanto (2024) di SMA Negeri 8 Kota Jambi menemukan nilai t hitung $>$ t tabel dengan signifikansi $0,000 < 0,05$, yang berarti terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa setelah tiga kali perlakuan. Temuan serupa juga dilaporkan (Istiqomah et al., 2023). pada siswa kelas VII SMP Negeri I Karanggayam, dengan nilai $t = -35,104$ dan signifikansi $0,000 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik role playing berpengaruh positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.

Fenomena serupa ditemukan di SMA Negeri 11 Banjarmasin. Hasil observasi dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling (BK) serta siswa pada 22 September–15 Desember 2025 mengungkap faktor-faktor penyebab rendahnya kepercayaan diri siswa, antara lain kurangnya motivasi belajar, kecemasan berbicara atau presentasi di depan kelas, kecenderungan menyendiri, hingga persoalan citra fisik. Dari tiga kelas yang diwawancarai, teridentifikasi 20 siswa dengan kecenderungan kepercayaan diri rendah, yang tampak dari keengganan mengemukakan pendapat dan kecenderungan menarik diri dari aktivitas kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu individu mengembangkan potensi dirinya secara optimal (Amti, 2004). Layanan ini efektif membantu peserta didik mengembangkan potensi pribadi, sosial, dan belajarnya melalui interaksi dan umpan balik antaranggota kelompok. Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok adalah role playing (bermain peran), yaitu teknik penyajian materi melalui peragaan perilaku nyata dalam konteks hubungan sosial, sehingga peserta didik memperoleh kesempatan berlatih menempatkan diri pada peran dan situasi tertentu untuk meningkatkan kesadaran akan nilai dan keyakinan dirinya maupun orang lain (Astuti & Mustakim, 2022). Teknik ini dinilai sesuai bagi siswa SMA karena lebih menyukai praktik langsung dibandingkan sekadar mendengarkan penjelasan.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing, dan (2) mengetahui besarnya pengaruh layanan tersebut terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 11 Banjarmasin. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan langsung teknik role playing pada subjek



dengan kategori kepercayaan diri rendah yang diseleksi melalui pretest bertingkat pada tiga kelas paralel, sehingga hasil yang diperoleh lebih mencerminkan kondisi riil populasi siswa kelas X di SMA Negeri 11 Banjarmasin.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu metode yang memungkinkan pencatatan dan analisis data hasil penelitian secara terukur menggunakan perhitungan statistik (Sugiyono, 2019). Desain penelitian yang digunakan adalah pre-experimental design dengan bentuk one group pretest-posttest design, yaitu terdapat pengukuran awal (pretest) sebelum diberi perlakuan (treatment) dan pengukuran akhir (posttest) setelah perlakuan, sehingga pengaruh perlakuan dapat diketahui melalui perbandingan kedua kondisi tersebut (Purwanto et al., 2025).

Tabel I. Desain Penelitian One Group Pretest-Posttest

Pretest	Treatment	Posttest
O_1	X	O_2

Keterangan: O_1 = skor pretest; X = pemberian layanan bimbingan kelompok teknik role playing; O_2 = skor posttest.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 11 Banjarmasin yang berjumlah 251 siswa dan tersebar dalam 7 kelas paralel.

Tabel II. Populasi Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Banjarmasin

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
X-A	10	26	36
X-B	16	20	36
X-C	22	14	36
X-D	18	18	36
X-E	22	14	36
X-F	16	20	36

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
X-G	14	21	35
Total	118	133	251

Sampel ditentukan melalui teknik purposive sampling dengan kriteria siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil pretest pada tiga kelas (X-B, X-D, dan X-F). Dari hasil pretest tersebut diperoleh 10 siswa (5 laki-laki dan 5 perempuan) yang selanjutnya ditetapkan sebagai kelompok eksperimen. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik role playing (X), sedangkan variabel terikatnya adalah kepercayaan diri siswa (Y).

Data dikumpulkan menggunakan angket skala kepercayaan diri model Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), dan Sangat Tidak Setuju (STS), yang diadopsi dan dikembangkan dari instrumen penelitian terdahulu yang telah teruji validitasnya. Instrumen terdiri atas 17 butir pernyataan valid yang mengukur lima dimensi kepercayaan diri, yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional.

Tabel III. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kepercayaan Diri

Cronbach's Alpha	N of Items
0,885	17

Sumber: data diolah dari hasil penelitian (2026).

Nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,885 menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dan tergolong reliabel untuk digunakan dalam penelitian.

Prosedur penelitian meliputi empat tahap. Pertama, tahap persiapan berupa perizinan, observasi awal, penyusunan instrumen, serta uji validitas dan reliabilitas instrumen. Kedua, tahap pelaksanaan berupa pemberian pretest, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing sebanyak tiga kali

pertemuan mengikuti tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran, kemudian pemberian posttest. Ketiga, tahap pengumpulan dan pengolahan data berupa tabulasi skor pretest dan posttest. Keempat, tahap analisis data untuk menguji hipotesis penelitian (Nur et al., 2024).

Tabel IV. Materi Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing

Pertemuan	Materi	Waktu Pelaksanaan
1	Keyakinan akan kemampuan diri	Rabu, 13 Mei 2026
2	Optimis	Senin, 18 Mei 2026
3	Sikap bertanggung jawab	Selasa, 19 Mei 2026

Teknik analisis data menggunakan bantuan program SPSS versi 25. Uji normalitas dilakukan dengan uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk, dengan kriteria data berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) > 0,05 ((Permana & Iksari, 2023). Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan paired sample t-test untuk mengetahui perbedaan skor kepercayaan diri sebelum dan sesudah perlakuan, dengan kriteria H_a diterima apabila nilai Sig. < 0,05 (Waruwu et al., 2025). Skor kepercayaan diri selanjutnya dikategorikan ke dalam tiga tingkatan berdasarkan mean dan standar deviasi hipotetik dari instrumen 17 item berskala 1–4.

Tabel V. Kategori Interval Skor Kepercayaan Diri

Interval Skor	Kategori
51–68	Tinggi
34–50	Sedang
17–33	Rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 11 Banjarmasin pada tanggal 11–20 Mei 2026. Pretest

diberikan kepada siswa kelas X-B, X-D, dan X-F menggunakan instrumen kepercayaan diri yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Berdasarkan hasil pretest, diperoleh 10 siswa dengan skor terendah yang seluruhnya berada pada kategori kepercayaan diri rendah, kemudian ditetapkan sebagai kelompok eksperimen yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing sebanyak tiga kali pertemuan.

Tabel VI. Data Pretest dan Posttest Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen

Inisial	Kelas	Pret est	Kategori	Post test	Kategori	Keterangan
A.S	X-B	32	Rendah	38	Sedang	Meningkat
A.W	X-B	33	Rendah	34	Sedang	Meningkat
R.A	X-B	27	Rendah	37	Sedang	Meningkat
A.Y	X-D	28	Rendah	26	Rendah	Meningkat
M.A	X-D	29	Rendah	37	Sedang	Meningkat
Z.S	X-D	33	Rendah	35	Sedang	Meningkat
M.R	X-D	29	Rendah	36	Sedang	Meningkat
W	X-F	31	Rendah	44	Sedang	Meningkat
F.H	X-F	27	Rendah	28	Rendah	Meningkat
S.E	X-F	28	Rendah	36	Sedang	Meningkat

Tabel VI menunjukkan bahwa seluruh sepuluh siswa mengalami kenaikan skor kepercayaan diri setelah diberikan layanan, dengan skor pretest berkisar 27–33 (rata-rata 30,7) dan skor posttest berkisar 26–44. Berdasarkan kategorisasi, delapan siswa berpindah dari kategori rendah menjadi sedang, sedangkan dua siswa (Astuti & Mustakim, 2022) tetap berada pada kategori rendah meskipun skornya meningkat secara deskriptif. Perubahan tersebut juga tampak dari perilaku siswa selama proses layanan, antara lain semakin berani



mengemukakan pendapat, lebih percaya terhadap kemampuan diri, berani tampil di depan kelas, serta lebih aktif berinteraksi dengan teman kelompok.

Tabel VII. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk

Data	K-S Statistic	Sig. (K-S)	S-W Statistic	Sig. (S-W)
Pretest	0,217	0,200	0,881	0,132
Posttest	0,214	0,200	0,911	0,289

Hasil uji normalitas pada Tabel VII menunjukkan nilai signifikansi data pretest dan posttest masing-masing sebesar 0,200 (Kolmogorov-Smirnov) serta 0,132 dan 0,289 (Shapiro-Wilk), yang seluruhnya lebih besar dari 0,05, sehingga data dinyatakan berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan uji parametrik.

Tabel VIII. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Pasangan Data	t	df	Sig. (2-tailed)
Pretest – Posttest	-3,619	9	0,006

Kalau hasil uji-t berpasangan pada tabel VIII memperoleh nilai t sebesar 0,006 ($p > 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa H_0 diolah dan H_a diterima, artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

Hasil uji-t berpasangan pada Tabel VIII memperoleh nilai t sebesar -3,619 dengan derajat bebas (df) 9 dan signifikansi sebesar 0,006 ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 11 Banjarmasin.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Yulianto & Yanto, 2024) yang menemukan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Negeri 8 Kota Jambi, serta penelitian (Istiqomah et al., 2023) yang melaporkan hasil serupa pada siswa SMP. Kesamaan temuan ini memperkuat bukti bahwa teknik *role playing* dapat digunakan lintas jenjang pendidikan untuk membantu siswa melatih keterampilan komunikasi, keberanian tampil di depan orang lain, dan kemampuan mengekspresikan diri melalui simulasi peran dalam suasana kelompok yang mendukung. Temuan ini juga memperkuat pandangan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu individu mengembangkan potensi dirinya secara optimal melalui dukungan sosial dan umpan balik antaranggota.

Meskipun demikian, peningkatan yang diperoleh belum sepenuhnya maksimal, ditunjukkan oleh dua siswa yang masih berada pada kategori rendah pada saat posttest. Beberapa faktor yang diduga memengaruhi hal tersebut antara lain: (1) belum optimalnya kepatuhan anggota kelompok terhadap asas keterbukaan pada layanan bimbingan kelompok; (2) keterbatasan ruang dan waktu pelaksanaan akibat padatannya jadwal kegiatan sekolah; dan (3) jumlah pertemuan yang hanya sebanyak tiga kali sehingga proses internalisasi perilaku percaya diri belum berlangsung optimal. Temuan ini memberikan implikasi praktis bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat dijadikan salah satu alternatif strategi bagi guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, dengan catatan perlu didukung frekuensi pertemuan yang lebih memadai serta ruang layanan yang kondusif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, seluruh siswa dalam kelompok eksperimen berada pada

kategori kepercayaan diri rendah dengan rata-rata skor 30,7, sedangkan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing sebanyak tiga kali pertemuan, delapan dari sepuluh siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri ke kategori sedang dan hasil uji-t berpasangan menunjukkan pengaruh yang signifikan ($t = -3,619$; $\text{Sig.} = 0,006 < 0,05$), sehingga layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing terbukti efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Negeri 11 Banjarmasin dan dapat dijadikan salah satu alternatif strategi layanan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah; penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah jumlah dan frekuensi pertemuan, memperluas subjek penelitian, serta menggunakan instrumen dan desain penelitian yang lebih beragam agar hasil yang diperoleh lebih komprehensif.

REFERENSI

- Amti, E. (2004). Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok. Padang: Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang*.
- Anisahria, Ratu, B., & Suhrah. (2025). Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop To Increase Learners ' Self-Confidence. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 5, 51–58.
- Astuti, F. H., & Mustakim, I. (2022). Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4539>
- Atiqah, N., Sulhan, A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). Behavior : Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi Volume 1 No 1 Mei 2024 PERIODISASI PERKEMBANGAN ANAK PADA MASA REMAJA: TINJAUAN PSIKOLOGI. 1(1), 9–36.
- Istiqomah, S., Nurkholidah, E., & Pranowo, T. (2023). Efektivitas bimbingan kelompok teknik role playing untuk peningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 8, 138. <https://doi.org/10.29210/30033125000>
- Mamlu'ah, A. (2019). Konsep Percaya Diri Dalam Al Qur'an Surat Ali Imran Ayat 139. *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman*, 1(1), 30–39. <https://doi.org/10.36840/alaufa.v1i1.222>
- Nur, Z., Sulaiman, U., & Rahman, U. (2024). Metodologi Penelitian : Analisis Konseptual Untuk Memahami Hakikat , Tujuan , Prosedur , (Arsyam & Tahir , 2021). Dengan melakukan penelitian , akademisi dan mahasiswa dapat mempunyai peran penting dalam memberikan wawasan yang mendalam tentang peneliti. *PEDAGOGIC: Indonesian Journal of Science Education and Technology*, 4(1), 34–45. <https://ejournal.indo-intellectual.id/index.php/ijset/article/view/1395>
- Permana, R. A., & Ikasari, D. (2023). Uji Normalitas Data Menggunakan Metode Empirical Distribution Function Dengan Memanfaatkan Matlab Dan Minitab 19. *Semnas Ristek (Seminar Nasional Riset Dan Inovasi Teknologi)*, 7(1). <https://doi.org/10.30998/semnasristek.v7i1.6238>
- Waruwu, M., Pu'at, S. N., Utami, P. R., Yanti, E., & Rusydiana, M. (2025). Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 917–932. <https://doi.org/10.29303/jipp.v10i1.3057>
- Yulianto, Y., & Yanto, Y. (2024). Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 8 Kota Jambi. 7(2), 313–324.