

SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW: BIMBINGAN KELOMPOK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA DIDIK

Tri Yudha Sanjaya¹, Dellia Fitri²

Bimbingan dan Konseling, Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta

E-mail: triyudhasanjaya@gmail.com¹, delialia2312@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini berfokus pada upaya peningkatan rasa percaya diri peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok. Fokus utama kajian ini adalah menelaah sejauh mana layanan bimbingan kelompok mampu memberikan dampak positif terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa dalam konteks pendidikan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran artikel ilmiah dari database Google Scholar, SINTA, dan Garuda, dengan kriteria inklusi yang relevan terhadap topik penelitian. Dari hasil pencarian dan seleksi, diperoleh sebanyak 10 artikel yang dijadikan sumber analisis. Berdasarkan keseluruhan hasil dari sepuluh penelitian yang telah dikaji, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, terutama di tingkat SMP dan SMA. Teknik yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok antara lain modeling, modeling symbolic, sosiodrama, dan brainstorming, yang seluruhnya menunjukkan hasil peningkatan signifikan dalam aspek-aspek seperti keberanian berbicara, partisipasi aktif, serta kemampuan menyampaikan pendapat. Temuan ini diperkuat oleh data kuantitatif (uji Wilcoxon, Paired Samples T-Test) dan kualitatif (observasi, wawancara), yang menegaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan strategi layanan yang efektif dalam mengembangkan kepercayaan diri peserta didik.

Kata kunci

Bimbingan Kelompok, Kepercayaan Diri, Peserta Didik

ABSTRACT

This study focuses on efforts to improve students' self-confidence through group counseling services. The main objective of this review is to examine the extent to which group counseling can positively impact the development of students' self-confidence in the educational context. The purpose of this research is to determine the effectiveness of group counseling in enhancing students' self-confidence. The method used is a Systematic Literature Review (SLR). Data collection was carried out by searching for relevant scientific articles from databases such as Google Scholar, SINTA, and Garuda, using inclusion criteria aligned with the research topic. A total of 10 articles were selected for analysis. Based on the overall findings from these ten studies, it can be concluded that group counseling is proven effective in increasing students' self-confidence, particularly at the junior and senior high school levels. Techniques used in the implementation of group counseling include modeling, symbolic modeling, sociodrama, and brainstorming, all of which demonstrated significant improvements in areas such as speaking confidence, active participation, and the ability to express opinions. These findings are supported by both quantitative data (Wilcoxon test, Paired Samples T-Test) and qualitative data (observations and interviews), confirming that group counseling is an effective service strategy for developing students' self-confidence.

Keywords

Group Guidance, Self-Confidence, Students

1. PENDAHULUAN

Pada dasarnya, setiap individu memiliki potensi rasa percaya diri sejak lahir, namun tingkatannya berbeda-beda antara satu orang dengan yang lainnya. Ada individu yang menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi, sementara yang lain justru kurang percaya diri, sehingga perbedaan ini tercermin dalam perilaku mereka sehari-hari. Tidak semua orang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, sebagian justru mengalami rasa percaya diri yang rendah.

Rasa percaya diri adalah salah satu bagian psikologis yang memiliki peran krusial dalam mendukung perkembangan peserta didik. Menurut Resa dan Soetjningsih (2022), kepercayaan diri diartikan sebagai sikap positif yang dimiliki seseorang, yang membuatnya mampu menilai dirinya sendiri dan lingkungan sekitar secara positif. Individu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengembangkan potensi yang dimiliki serta lebih siap dalam menghadapi berbagai persoalan hidup. Menurut Hakim (dalam Resa & Soetjningsih, 2022), kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap semua aspek kelebihan yang ia miliki, sehingga menumbuhkan rasa mampu untuk meraih tujuan hidupnya. Sementara itu, Lauster (dalam Amri, 2018) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai sikap atau keyakinan akan kemampuan diri, yang membuat seseorang tidak mudah cemas, merasa leluasa dalam melakukan sesuatu yang diinginkannya, serta memiliki tanggung jawab atas tindakannya. Penelitian lain juga memperkuat bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan diri dalam meraih target serta tujuan, meskipun berada dalam situasi penuh tantangan dan hambatan (Amri, 2018). Sheldrake (2016) menambahkan bahwa kepercayaan diri bisa diartikan sebagai serangkaian keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk berhasil dalam kondisi tertentu, yang sangat memengaruhi semangat belajar serta pencapaian siswa. Oleh karena itu, rasa percaya diri tidak hanya berkaitan dengan aspek kognitif semata, tetapi juga meliputi aspek afektif dan sosial yang turut memengaruhi perilaku dan prestasi siswa di lingkungan sekolah.

Layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung siswa dalam pengembangan keterampilan sosial, khususnya dalam hal komunikasi interpersonal. Uman (dalam Endah dkk., 2021) menjelaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling adalah suatu proses yang berlangsung secara terus-menerus, yang memberikan bantuan kepada individu maupun kelompok guna memaksimalkan pengembangan potensi yang mereka miliki. Melalui layanan ini, siswa dibantu untuk membentuk konsep diri yang positif sehingga mereka dapat mengenali dan mengembangkan kemampuannya secara optimal, sesuai dengan tuntutan lingkungan dalam berbagai bidang, yakni pribadi, sosial, akademik, dan karir. Salah satu tujuan dari layanan bimbingan dan konseling, terutama pada aspek pribadi dan sosial, adalah menanamkan sikap saling menghormati, toleransi terhadap sesama, menjaga hak dan kewajiban masing-masing, menunjukkan sikap respek, menghargai martabat dan harga diri orang lain, serta menghindari tindakan yang merendahkan. Selain itu, layanan ini juga memberikan dukungan kepada siswa dalam memahami serta menerima dirinya secara positif, objektif, dan konstruktif, baik dari segi kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, baik secara fisik maupun psikologis. Melalui layanan bimbingan pribadi dan sosial, siswa diarahkan untuk mengembangkan berbagai keterampilan sosial, seperti kemampuan berkomunikasi secara interpersonal, bekerjasama, berempati, bersikap asertif, serta membangun hubungan sosial yang sehat.

Salah satu jenis layanan yang diyakini dapat berkontribusi dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa adalah layanan bimbingan kelompok. Ketika bimbingan kelompok diselenggarakan dengan perencanaan yang matang serta menggunakan pendekatan dan teknik yang sesuai, maka akan tercipta suasana yang aman dan mendukung bagi peserta didik untuk mengenali diri, mengekspresikan perasaan, dan memaksimalkan bakat dan kapasitas yang dimiliki. Oleh sebab itu, penting untuk melakukan kajian terhadap efektivitas layanan ini secara sistematis melalui telaah berbagai penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik berdasarkan hasil-hasil penelitian sebelumnya”.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan sebuah studi literatur yang menggunakan metode *Systematic Review* (SR), atau yang secara umum dikenal sebagai *Systematic Literature Review* (SLR). Metode ini merupakan pendekatan yang terstruktur untuk menghimpun, mengevaluasi secara kritis, mengintegrasikan, dan merangkum temuan dari berbagai hasil penelitian yang relevan dengan pertanyaan atau topik yang ingin dikaji secara mendalam. Proses penelitian diawali dengan pencarian artikel-artikel yang sesuai dengan topik yang akan dianalisis. Tinjauan sistematis sendiri merupakan metode untuk menelaah suatu isu tertentu dengan cara mengidentifikasi, menilai, serta memilih pokok permasalahan yang relevan, dan merumuskan pertanyaan penelitian secara jelas berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya (Lusianti dkk, 2024).

Proses penyaringan artikel dilakukan dengan menggunakan pendekatan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), yang mengikuti sejumlah tahapan atau prosedur tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. Artikel dan prosiding yang dijadikan referensi dalam penelitian ini diperoleh melalui tahapan seleksi dan penyaringan dengan bantuan metode PRISMA tersebut. PRISMA sendiri merupakan alat bantu yang dapat dimanfaatkan oleh peneliti untuk menyusun laporan tinjauan secara sistematis dalam bentuk rangkaian informasi yang berbasis pada bukti ilmiah (*evidence-based*) (Sastypratiwi & Nyoto, 2020).

2. 1 Kriteria Inklusi

Penelitian ini dilaksanakan dengan menghimpun berbagai artikel dan prosiding penelitian yang diterbitkan dalam rentang waktu antara tahun 2015 hingga 2025 (kurun waktu 10 tahun terakhir). Sumber artikel yang digunakan diperoleh dari basis data Google Scholar dan SINTA. Jumlah awal data yang berhasil ditemukan sebanyak 50 artikel. Adapun ruang lingkup pencarian data dilakukan berdasarkan kriteria tertentu, yaitu: (1) Berfokus pada layanan bimbingan dan konseling, khususnya bimbingan kelompok yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling (BK) kepada siswa sebagai upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri; (2) Menyoroti permasalahan rendahnya rasa percaya diri atau kondisi siswa yang merasa insecure; dan (3) Menunjukkan keterkaitan antara kegiatan pelaksanaan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa

Adapun kriteria secara keseluruhan disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1: Kriteria Inklusi

No.	Kriteria Inklusi
1	Penelitian sesuai dengan tema yang dibahas.
2	Tahun terbit artikel kisaran 2015-2025 atau rentang waktu 10 tahun terakhir.

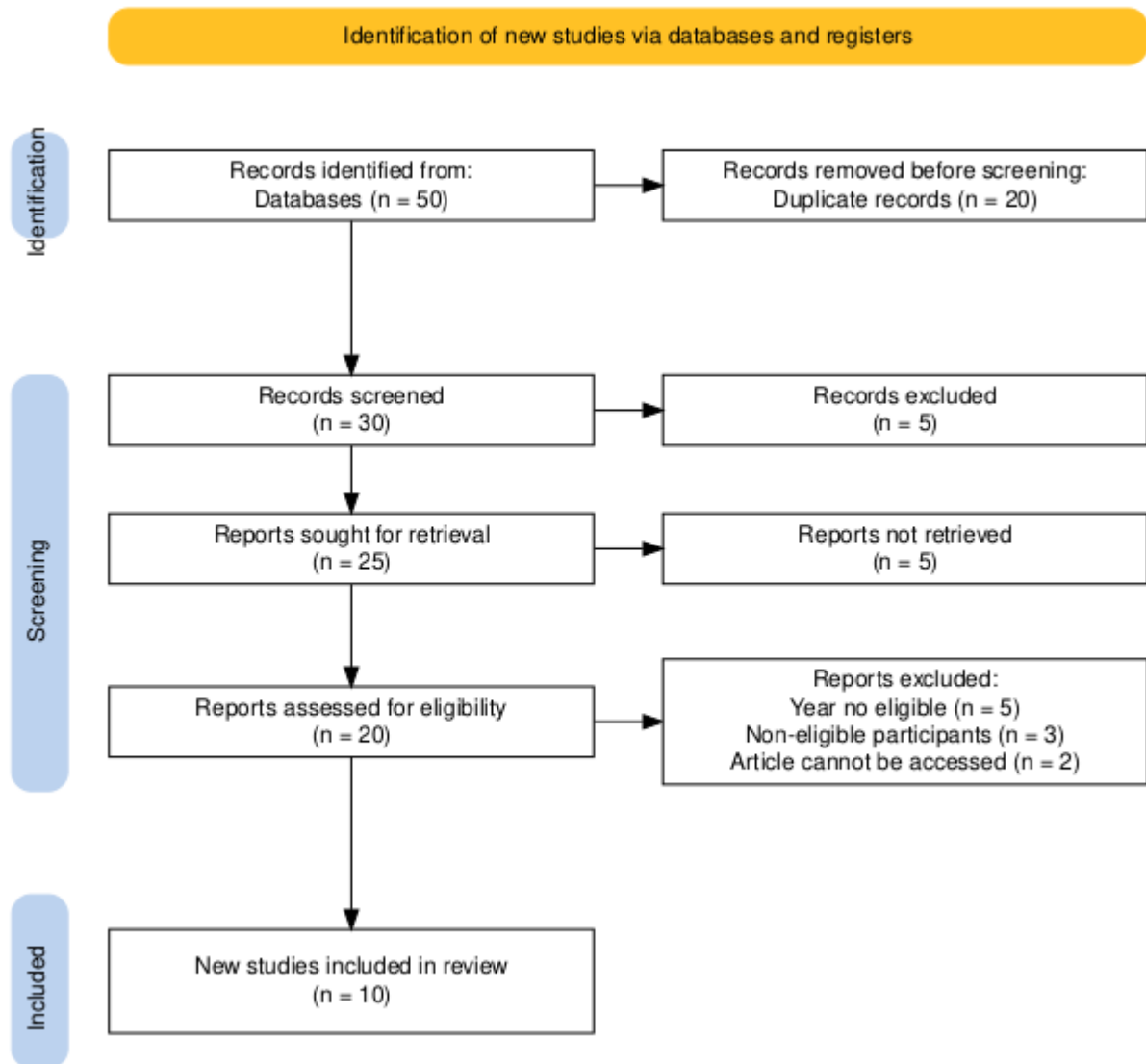
3	Objek penelitian adalah guru BK dan siswa.
4	Penelitian membahas layanan bimbingan kelompok yang dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik.
5	Metode penelitian artikel atau prosiding yang dipublikasikan dapat berupa penelitian kualitatif, kuantitatif, dan <i>mixed-method</i>
6	Jenis dokumen sumber penelitian berupa artikel atau prosiding
7	Penelitian menggunakan Bahasa Indonesia.
8	Penelitian diterbitkan oleh jurnal yang terindeks Google Scholar dan Sinta
9	Kata kunci yang digunakan adalah Bimbingan Kelompok dan Kepercayaan Diri

Berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, proses seleksi sumber data kemudian dilakukan dengan menggunakan metode PRISMA sebagai alat bantu. Prosedur tinjauan sistematis dengan pendekatan PRISMA meliputi beberapa tahapan, yaitu: (1) Tahap Pencarian Data, yang merupakan langkah awal dalam proses ini. Pada tahap ini, dilakukan pencarian artikel dari berbagai sumber resmi, yakni Google Scholar dan SINTA, dengan menggunakan kata kunci (keyword) yang telah disesuaikan dengan kriteria inklusi. Peneliti mencermati judul, abstrak, serta rumusan masalah dari artikel atau prosiding untuk memastikan kesesuaiannya dengan topik penelitian. (2) Tahap Skrining Data, yaitu proses penyaringan awal terhadap artikel atau prosiding yang ditemukan, dengan menyeleksi sumber-sumber tersebut berdasarkan kesesuaian dengan kriteria inklusi yang telah dirumuskan. (3) Tahap Penilaian Kualitas dan Kelayakan Data, di mana peneliti melakukan evaluasi secara menyeluruh terhadap sumber data melalui penelaahan teks lengkap. Pada tahap ini, data yang tidak memenuhi kriteria akan dieliminasi untuk memastikan hanya sumber yang layak yang digunakan. (4) Tahap Hasil Pencarian Data, yakni seluruh artikel atau prosiding yang lolos dari tahapan sebelumnya akan dianalisis lebih lanjut dan hasilnya dirumuskan dalam bentuk tabel *Systematic Literature Review* (SLR).

2. 2 Hasil Pencarian

Seluruh artikel yang diperoleh kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, sehingga diperoleh 10 artikel yang dianggap relevan dan dijadikan sebagai referensi utama dalam penelitian ini. Proses tahapan pencarian, penyaringan (skrining), penilaian kualitas, hingga hasil akhir data ditampilkan dalam diagram PRISMA berikut.

Gambar 1: PRISMA Flow Chart



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil telaah literatur yang telah dilaksanakan, disusun ringkasan hasil temuan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Ringkasan Temuan SLR

No	Nama Jurnal	Judul Artikel	Nama Penulis dan Tahun Terbit	Metode Penelitian yang digunakan Penulis	Hasil Penelitian
1	Jurnal Pendidikan Dan Konseling	Bimbingan Kelompok Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa	Khairuddin Tambusai (2021)	Kualitatif	Pelaksanaan bimbingan kelompok secara berkala oleh guru BK memberikan dampak positif

					terhadap perubahan perilaku siswa. Siswa menjadi lebih percaya diri, berani tampil di depan kelas, dan mulai mengembangkan potensi dirinya melalui partisipasi dalam kegiatan sekolah.
2	Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia	Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Berbicara Di Depan Kelas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama	Tiara Silvia, Hengki Yandri, Dosi Juliawati (2022)	Kuantitatif	Teknik sosiodrama dalam kegiatan bimbingan kelompok efektif membantu siswa lebih percaya diri saat menyampaikan pendapat di depan kelas. dari kategori sedang menjadi sangat tinggi, dengan hasil uji signifikan ($p = 0,005$).
3	Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas X SMA di Kota Kisaran	Yuni Dwi Kartika, Alfin Siregar (2023)	Kuantitatif	Layanan bimbingan kelompok dengan teknik brainstorming efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa, dibuktikan dengan kenaikan skor dari 70,30 menjadi 95,60 dan hasil uji statistik yang signifikan.
4	<i>G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Symbolic Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Bertanya Di Dalam Kelas Siswa Di SD Al-	Eny Kusumawati (2023)	Kuantitatif	Penggunaan teknik modeling symbolic dalam layanan bimbingan kelompok terbukti efektif dalam mendorong siswa lebih percaya diri untuk mengajukan pertanyaan di kelas. Hasil uji statistik

		Islam 2 Jamsaren Surakarta			menunjukkan peningkatan signifikan ($p = 0,000$; $t_{hitung} = 10,02 > t_{tabel} = 1,69$), sehingga Ha diterima.
5	Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia	Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	Patriana (2019)	R&D	Bimbingan kelompok yang menggunakan teknik modeling menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik tingkat SMP di Kota Pontianak. Meskipun sebelumnya layanan bimbingan kelompok belum optimal dan belum fokus pada kepercayaan diri, pengembangan model dengan enam komponen inti berhasil meningkatkan rasa percaya diri siswa, dibuktikan melalui uji Wilcoxon dengan hasil signifikan ($p = 0,006 < 0,05$).
6	Jurnal Fokus: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan	Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Parongpong	Dede Karmila, Euis Eti Rohaeti, Riesa Rismawati Siddik (2025)	Kuantitatif	Layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Parongpong. Rata-rata skor kepercayaan diri meningkat dari 127,7 menjadi 165,8, dengan hasil uji-t menunjukkan

					signifikansi ($p = 0,000 < 0,05$).
7	G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling	Bimbingan Kelompok Teknik Outbond Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	Anita Dewi Astuti (2018)	Kuantitatif	Layanan bimbingan kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Kelompok eksperimen menunjukkan rata-rata posttest lebih tinggi (122,7) dibanding kelompok kontrol (98,6), dan hasil uji t menunjukkan $t_{hitung} (2,7) > t_{tabel} (1,7)$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara keduanya.
8	Jurnal CONSILIUM: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan	Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa	Al-Halik Al- Halik, Nurwahyuni Rakasiwi (2020)	Kuantitatif	Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa, terbukti dari perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol setelah perlakuan.
9	Jurnal At- Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam	Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Video Edukasi Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Di Kabupaten Jombang	Siti Mas'ulah, Wikan Galuh Widyarto (2024)	Kuantitatif	Layanan bimbingan kelompok dengan media video edukasi efektif meningkatkan kepercayaan diri anak usia 10–11 tahun di Desa Murukan. Hasil uji Paired Test menunjukkan perbedaan signifikan antara skor pretest dan

					posttest ($p = 0,000 < 0,05$), yang menandakan adanya peningkatan kepercayaan diri setelah pemberian treatment.
10	Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 8 Kota Jambi	Dedi Riyanto, Y. Yulianto, Y Yanto (2024)	Kuantitatif	Teknik role playing yang digunakan dalam bimbingan kelompok menunjukkan hasil yang positif terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa kelas XI SMA Negeri 8 Kota Jambi, dibuktikan dengan hasil uji T yang menunjukkan perbedaan signifikan antara pretest dan posttest ($p = 0,000 < 0,05$).

Merujuk pada temuan dari berbagai penelitian terdahulu, bimbingan kelompok terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri peserta didik pada berbagai tingkat pendidikan. Efektivitas ini ditunjukkan melalui peningkatan sikap, perilaku, dan skor kepercayaan diri siswa setelah mengikuti sesi bimbingan kelompok dengan berbagai teknik.

Penelitian yang dilakukan oleh Khairuddin Tambusai (2021) mengungkapkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok secara rutin maupun insidental terbukti efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara kepada siswa serta guru BK. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang cukup tinggi, meskipun masih ada beberapa siswa yang menunjukkan kepercayaan diri rendah, ditandai dengan perilaku pendiam, pemalu, ragu dalam mengambil keputusan, serta kurangnya partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan setidaknya satu kali dalam sebulan bertujuan untuk membantu siswa dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Setelah mengikuti layanan tersebut, siswa yang sebelumnya cenderung pemalu dan kurang percaya diri mulai menunjukkan perkembangan positif, seperti lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat, lebih terbuka dalam berinteraksi sosial, dan mulai aktif mengikuti kegiatan sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok memainkan peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa sekaligus mendorong mereka untuk menggali dan memaksimalkan potensi diri.

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Tiara Silvia, Hengki Yandri, dan Dosi Juliawati (2022) membuktikan bahwa penggunaan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan

kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa untuk berbicara di depan kelas. Penelitian ini dilandasi oleh permasalahan masih banyaknya siswa yang kurang percaya diri saat tampil di depan kelas, yang berdampak kurang baik terhadap proses belajar mereka. Dengan menggunakan pendekatan pre-eksperimental dan desain *The One Group Pretest-Posttest*, sebanyak 10 siswa dari SMP Negeri 4 Sungai Penuh dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui skala kepercayaan diri yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dan dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat kepercayaan diri siswa setelah mengikuti empat sesi layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Temuan ini menyarankan agar guru Bimbingan dan Konseling di sekolah dapat menerapkan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu strategi untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan berbicara di depan kelas.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuni Dwi Kartika dan Alfin Siregar (2023) mengungkapkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan penerapan strategi brainstorming cukup efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian ini menyasar siswa kelas X di SMAS Taman Kisaran yang menunjukkan indikasi rendahnya kepercayaan diri, seperti sikap terlalu pasif saat proses pembelajaran berlangsung dan enggan mengajukan pertanyaan ketika mengalami kesulitan memahami materi. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain eksperimen *One Group Pretest-Posttest*, data diperoleh melalui angket kepercayaan diri dan dianalisis menggunakan uji *Paired Samples T-Test* dengan bantuan perangkat lunak SPSS 25 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor kepercayaan diri siswa sebelum diberikan perlakuan sebesar 70,30 (kategori sedang), yang kemudian meningkat menjadi 95,60 (kategori tinggi) setelah perlakuan. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode *Shapiro-Wilk*, dan hasil uji statistik menunjukkan nilai $t_{hitung} = -7,698 \geq t_{tabel} -2,306$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Selain temuan kuantitatif, hasil observasi dan wawancara turut menguatkan hasil tersebut, di mana siswa terlihat mengalami peningkatan dalam hal mengungkapkan perasaan, mengelola emosi, menyelesaikan masalah, serta membuat keputusan dengan tepat. Temuan ini membuktikan bahwa strategi brainstorming dalam bimbingan kelompok dapat menjadi pendekatan alternatif yang efektif dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Eny Kusumawati (2023) Menunjukkan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling symbolic berhasil meningkatkan kepercayaan diri siswa agar lebih aktif dalam mengajukan pertanyaan di kelas. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan desain pre-eksperimental, khususnya model *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian melibatkan 32 siswa, dengan data yang dikumpulkan menggunakan skala kepercayaan diri dan dianalisis melalui uji *Paired Samples T-Test*. Hasil analisis memperlihatkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah perlakuan, yang ditunjukkan melalui nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 ($< 0,05$) serta nilai t_{hitung} sebesar 10,02 yang lebih besar dari $t_{tabel} 1,69$ ($df = 31$). Temuan ini mengindikasikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling symbolic memberikan dampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa dalam mengajukan pertanyaan di kelas.

Penelitian yang dilakukan oleh Patriana (2019) mengungkapkan bahwa penerapan model bimbingan kelompok dengan teknik modeling terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Studi ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (R&D) dengan melibatkan 8 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive*

sampling. Temuan awal menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah masih belum maksimal karena belum menggunakan pendekatan atau teknik khusus yang secara spesifik ditujukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Kondisi umum kepercayaan diri siswa berada pada tingkat sedang, sehingga diperlukan upaya peningkatan. Sebagai respons terhadap hal tersebut, disusun sebuah model bimbingan kelompok berbasis teknik modeling yang mencakup enam komponen utama, yaitu: dasar rasional, visi dan misi, konsep inti, struktur isi model, kualifikasi konselor, serta tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok. Keefektifan model ini dibuktikan melalui uji Wilcoxon dengan hasil probabilitas sebesar 0,006 ($< 0,05$), yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan tersebut. Oleh karena itu, guru Bimbingan dan Konseling dianjurkan untuk terus mengembangkan kompetensi profesionalnya dan mempertimbangkan penerapan model ini dalam layanan bimbingan untuk mendukung siswa yang mengalami masalah kepercayaan diri.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan hasil dari lima penelitian yang telah dikaji, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di berbagai jenjang pendidikan, khususnya SMP dan SMA. Beragam teknik digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, seperti modeling, *modeling symbolic*, sosiodrama, dan brainstorming, yang seluruhnya menunjukkan hasil peningkatan kepercayaan diri siswa secara signifikan baik dari aspek keberanian berbicara di depan kelas, berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, hingga bertanya dan mengungkapkan pendapat di lingkungan belajar. Peningkatan kepercayaan diri tersebut dibuktikan melalui data kuantitatif (uji statistik seperti Wilcoxon dan *Paired Samples T-Test*) maupun kualitatif (hasil observasi dan wawancara), yang menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih terbuka, aktif, dan mampu menggali potensinya dengan lebih optimal. Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan bahwa bimbingan kelompok, jika dirancang dengan pendekatan dan teknik yang sesuai dengan kebutuhan siswa, merupakan strategi layanan yang efektif dalam pengembangan kepercayaan diri sebagai bagian penting dari pertumbuhan pribadi dan sosial peserta didik di sekolah.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Amri, S. (2018) "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu", *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), pp. 156–170. doi: 10.33369/jpmr.v3i2.7520.
- Endah, N., Rohaeti, E.E. & Supriatna, E. (2021) 'Keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI SMA Negeri 1 Margaasih Kabupaten Bandung', *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 4(2), pp. 121–128. doi: 10.22460/fokus.v4i2.6600.
- Haddaway, N.R., Page, M.J., Pritchard, C.C. & McGuinness, L.A. (2022) 'PRISMA2020: An R package and Shiny app for producing PRISMA 2020-compliant flow diagrams, with interactivity for optimised digital transparency and Open Synthesis', *Campbell Systematic Reviews*, 18, e1230. doi: 10.1002/cl2.1230.
- Lusianti, E.F., Sari, Y. & Budiman, B. (2024) 'Systematic literature review (SLR): Penerapan media pembelajaran berbasis digital pada pembelajaran Bahasa Indonesia',

- EUNOIA: Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia*, 4(1), pp. 85–101. doi: 10.30821/eunoia.v4i1.3646.
- Ningsih, W.F. & Rindaningsih, I. (2024) 'Systematic Literature Review (SLR): Efektivitas Kompensasi dalam Meningkatkan Motivasi Kerja dan Prestasi Kerja di Lembaga Pendidikan', *PERISAI: Jurnal Pendidikan dan Riset Ilmu Sains*, 3(1), pp. 110–117. doi: 10.32672/perisai.v3i1.159.
- Putri Ardila, I.A.S., Musthofa, M.A., Destriyanti, N., Tazkia, D.A.T. & Hamidah, S. (2024) 'Systematic Literature Review: Layanan Konseling Kelompok Sebagai Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa', *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, 2(1), pp. 160–170. Available at: <https://jurnal.ittc.web.id/index.php/jpdsk/article/view/979>
- Sastypratiwi, H. & Nyoto, R.D. (2020) 'Analisis Data Artikel Sistem Pakar Menggunakan Metode Systematic Review', *JEPIN (Jurnal Edukasi dan Penelitian Informatika)*, 6(2), pp. 250–257. doi: 10.26418/jp.v6i2.40914.
- Resa, F.O. & Soetjiningsih, C.H. (2022) 'Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri', *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), p. 727.