

PENINGKATAN PERCAYA DIRI AKADEMIK MELALUI BIMBINGAN KLASIKAL BERBASIS BERMAIN PERAN PADA SISWA KELAS XI-9 SMA NEGERI 1 GURAH

Dwi Rahmawati Fadhian¹, Ikke Yuliani Dhian Puspitarini², Matlas Fudyatuk Minna³
Bimbingan dan Konseling, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Kediri^{1,2}
SMA Negeri 1 Gurah, Kediri³

E-mail: [*dwirahmawatifadhian@gmail.com](mailto:dwirahmawatifadhian@gmail.com)¹, ikkeyulianidp@gmail.com², matlasfudya@gmail.com³

ABSTRAK

Kepercayaan diri akademik merupakan salah satu aspek penting dalam menentukan keberhasilan siswa di bidang akademik. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih optimis, aktif, dan mampu menghadapi berbagai tantangan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri akademik siswa melalui layanan bimbingan klasikal dengan teknik bermain peran. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI-9 SMA Negeri 1 Gurah yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri akademik rendah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dalam bentuk Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam dua siklus menggunakan desain One Group Pretest-Posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor kepercayaan diri akademik siswa dari 13,08 (kategori rendah) menjadi 18,17 (kategori tinggi). Peningkatan ini menunjukkan bahwa bimbingan klasikal berbasis bermain peran merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri akademik peserta didik.

Kata kunci

Percaya Diri Akademik, Bimbingan Klasikal, Bermain Peran

ABSTRACT

Academic self-confidence is an important aspect in determining student success in academics. Students with high self-confidence tend to be more optimistic, active, and able to face various learning challenges. This study aims to improve students' academic self-confidence through classical guidance services with role-playing techniques. The subjects of the study were students of grades XI-9 of SMA Negeri 1 Gurah who showed low levels of academic self-confidence. This study used a quantitative approach in the form of Guidance and Counseling Action Research (PTBK) which was carried out in two cycles using a One Group Pretest-Posttest design. The results showed that there was an increase in students' academic self-confidence scores from 13.08 (low category) to 18.17 (high category). This increase indicates that classical guidance based on role-playing is an effective strategy in improving students' academic self-confidence.

Keywords

Academic Self-Confidence, Classical Guidance, Role Playing

1. PENDAHULUAN

Pendidikan abad ke-21 menuntut adanya transformasi dalam pendekatan pembelajaran, tidak hanya berfokus pada aspek kognitif tetapi juga aspek afektif, seperti kepercayaan diri akademik. Kepercayaan diri akademik adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan akademik dan menyelesaikan tugas belajar secara optimal (Bandura, 1997). Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan lebih termotivasi, aktif berpartisipasi, dan mampu mengatasi hambatan akademik secara mandiri (Nikmala & Wirastania, 2023).

Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri akademik dapat berdampak negatif terhadap prestasi belajar siswa. Siswa dengan kepercayaan diri rendah cenderung pasif, tidak percaya pada kemampuannya sendiri, serta enggan mencoba atau menyelesaikan

tugas karena takut gagal (Santrock, 2021). Hal ini menjadi tantangan bagi guru dan konselor untuk menciptakan pendekatan yang tidak hanya informatif tetapi juga transformatif bagi siswa.

Bimbingan klasikal merupakan salah satu layanan yang efektif dalam memberikan pemahaman, motivasi, dan pengembangan diri kepada siswa secara menyeluruh. Layanan ini memungkinkan penyampaian materi secara sistematis kepada seluruh siswa dalam satu kelas dan dapat menjadi wadah penguatan karakter serta kompetensi akademik (Zulkarnain & Uzlifah, 2020).

Untuk meningkatkan efektivitas layanan, teknik bermain peran dapat dijadikan strategi yang menyenangkan sekaligus membangun. Teknik ini memungkinkan siswa terlibat langsung dalam simulasi peran yang mencerminkan situasi nyata di lingkungan akademik, sehingga mereka belajar merespons, berinteraksi, dan mengekspresikan diri secara lebih percaya diri (Fatimah, 2015; Lestari et al., 2022). Selain itu, teknik ini memberikan ruang aman bagi siswa untuk mencoba, salah, dan memperbaiki diri, yang penting dalam proses pengembangan kepercayaan diri akademik (Bandura, 1997).

Observasi awal di kelas XI-9 SMA Negeri 1 Gurah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kepercayaan diri akademik yang rendah. Mereka pasif saat diskusi, enggan bertanya, dan menunjukkan kekhawatiran berlebihan terhadap kesalahan. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk menerapkan dan mengkaji efektivitas layanan bimbingan klasikal berbasis bermain peran dalam meningkatkan kepercayaan diri akademik siswa.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) model Kemmis dan McTaggart (2014). Desain yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest, yaitu subjek diberikan pretest sebelum tindakan dan posttest setelah tindakan tanpa kelompok kontrol.

2.1 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 34 siswa kelas XI-9 SMA Negeri 1 Gurah yang menunjukkan indikator kepercayaan diri akademik rendah.

2.2 Instrumen Penelitian

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan perbandingan skor rata-rata pretest dan posttest. Instrumen yang digunakan meliputi:

- Angket kepercayaan diri akademik (pretest dan posttest)
- Lembar observasi keterlibatan siswa
- Dokumentasi kegiatan

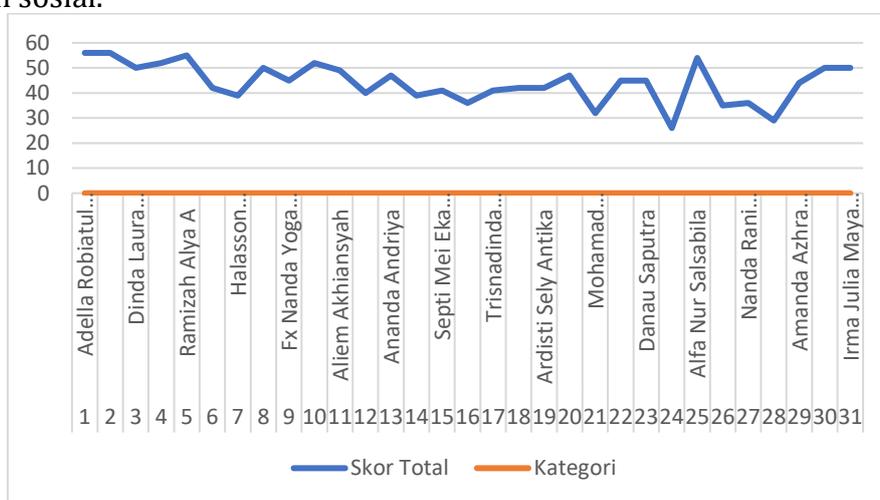
2.3 Tahapan Penelitian

Penelitian dilakukan dalam dua siklus dengan tahapan: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Siklus I dilaksanakan dengan topik "Berani Tampil di Depan Kelas" dan siklus II dengan topik "Mengatasi Takut Salah dan Gagal".

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

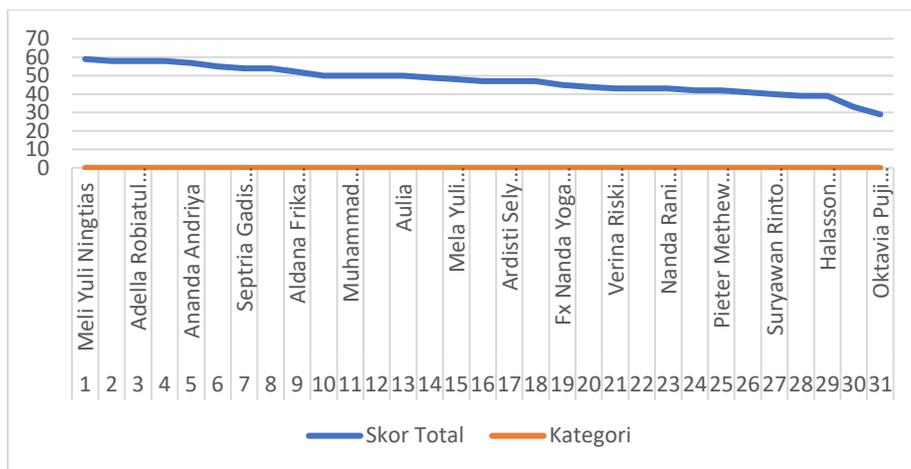
Pada tahap awal, hasil pretest menunjukkan bahwa sebanyak 82,85% siswa berada dalam kategori kepercayaan diri akademik rendah, dengan skor rata-rata sebesar 13,08 dari total skor maksimum 24. Secara kualitatif, mayoritas siswa menunjukkan gejala rendahnya kepercayaan diri melalui berbagai perilaku, seperti enggan mengajukan pertanyaan meskipun tidak memahami materi, merasa ragu dan takut saat diminta

menyampaikan pendapat, serta cenderung pasif atau menghindari keterlibatan dalam diskusi kelompok. Ketika harus berbicara di depan kelas, banyak dari mereka menampakkan ekspresi cemas, raut wajah tegang, serta bahasa tubuh tertutup yang mencerminkan ketidaknyamanan dan kecemasan sosial. Fenomena ini menunjukkan bahwa hambatan yang dialami siswa bukan sekadar kurangnya kemampuan kognitif, melainkan lebih pada aspek afektif yang berkaitan dengan persepsi diri, rasa aman, dan penerimaan sosial di lingkungan belajar. Apabila tidak segera ditangani, hambatan afektif semacam ini dapat berdampak negatif terhadap motivasi belajar, partisipasi aktif dalam pembelajaran, serta kesejahteraan psikologis secara umum. Santrock (2021) menyatakan bahwa kepercayaan diri yang rendah dalam konteks akademik dapat menurunkan motivasi intrinsik siswa, meningkatkan risiko stres akademik, serta menjadi faktor risiko dalam munculnya gangguan emosional seperti kecemasan dan depresi, terutama pada masa remaja yang rentan terhadap dinamika identitas dan penerimaan sosial.



Gambar 1. Hasil Pre Test Kepercayaan Diri Akademik

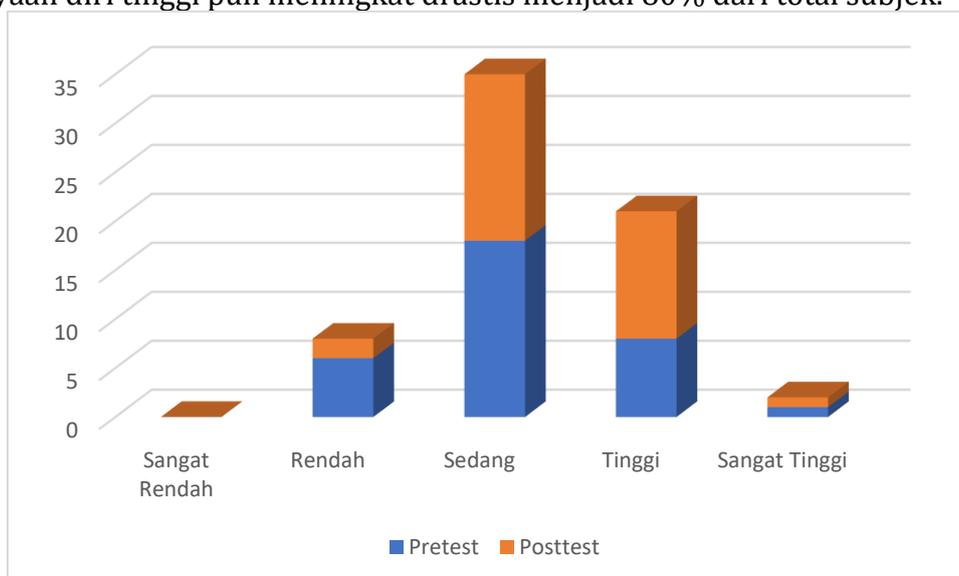
Intervensi pada siklus I dilakukan melalui layanan bimbingan klasikal bertema “Berani Tampil di Depan Kelas” dengan pendekatan teknik bermain peran. Aktivitas dirancang agar siswa dapat menyimulasikan peran sebagai pemateri, penanya, atau moderator dalam konteks akademik yang ringan. Hasilnya, terjadi peningkatan skor rata-rata menjadi 15,31 atau setara dengan 63,81%. Secara observasional, siswa mulai menunjukkan ketertarikan mengikuti kegiatan, mulai tersenyum dan aktif merespons instruksi, serta menunjukkan keberanian untuk tampil secara sukarela. Pendekatan ini berhasil menciptakan ruang aman yang mendukung siswa untuk mengekspresikan dirinya tanpa takut dinilai, sejalan dengan pendapat Rahayu dan Fitriani (2020) bahwa lingkungan pembelajaran yang suportif memperkuat motivasi intrinsik siswa.



Gambar 2. Hasil Post Test Kepercayaan Diri Akademik

Selain peningkatan keterlibatan, pada siklus I juga terlihat adanya perubahan dalam cara siswa menanggapi kesalahan. Jika sebelumnya siswa cenderung menghindari kesalahan, kini mereka mulai mampu menertawakan kesalahan kecil dan menerimanya sebagai bagian dari proses belajar. Hal ini merupakan indikator penting dari tumbuhnya efikasi diri yang sehat (Bandura, 1997). Guru BK juga melaporkan bahwa siswa tampak lebih reflektif setelah sesi, ditunjukkan dengan adanya diskusi spontan setelah kegiatan selesai.

Pada siklus II, layanan dilanjutkan dengan dengan topik “Mengatasi Takut Salah dan Gagal” dan dirancang dengan pendekatan visual dan emosional yang lebih kuat. Guru BK menyediakan kartu ekspresi dan situasi akademik yang menantang, lalu siswa diminta memerankan cara menghadapi rasa takut tersebut secara kreatif. Media seperti stiker warna, kertas karakter, dan simbol afirmasi positif digunakan untuk menstimulasi keterlibatan emosional siswa. Hasil posttest menunjukkan peningkatan signifikan, yaitu rata-rata skor mencapai 18,17 atau 75,71%. Siswa yang termasuk dalam kategori kepercayaan diri tinggi pun meningkat drastis menjadi 80% dari total subjek.



Gambar 3.3 Grafik Peningkatan Kepercayaan Diri Akademik

Lebih jauh, peningkatan tidak hanya tampak pada kuantitas keterlibatan, namun juga kualitas interaksi. Siswa mulai mampu mempertahankan kontak mata saat berbicara, mengutarakan ide dengan runtut, serta memberikan tanggapan terhadap pendapat teman. Perubahan ini memperlihatkan perkembangan pada aspek-aspek

komunikasi akademik yang penting dalam membangun keberhasilan belajar. Hal ini juga menunjukkan bahwa teknik bermain peran memberi siswa kesempatan untuk mengasah keterampilan sosial dalam suasana yang aman dan mendukung (Istiqomah et al., 2023).

Dengan demikian, layanan ini bukan hanya alat intervensi, tetapi juga strategi pembelajaran sosial-emosional yang aplikatif dan relevan untuk diterapkan dalam konteks sekolah. Layanan ini memberikan dampak jangka panjang dalam membentuk pola pikir positif, keberanian mencoba, serta keterampilan komunikasi yang sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan dan kehidupan.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa penerapan layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik bermain peran dapat meningkatkan kepercayaan diri akademik siswa kelas XI-9 SMA Negeri 1 Guruh secara signifikan. Peningkatan skor dari 13,08 menjadi 18,17 menunjukkan efektivitas metode ini dalam membangun keberanian, kemandirian, dan efikasi diri siswa.

Melalui simulasi peran yang relevan dengan pengalaman belajar siswa, mereka dapat mengeksplorasi potensi diri, mengatasi rasa takut, serta belajar berkomunikasi dan berpendapat dengan lebih percaya diri. Proses ini memperlihatkan bahwa dukungan emosional yang dibangun melalui suasana pembelajaran yang kolaboratif dan menyenangkan dapat meningkatkan daya juang serta kesiapan mental siswa.

Temuan ini dapat dijadikan rujukan bagi guru BK dalam merancang layanan bimbingan klasikal yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformatif dan adaptif terhadap kebutuhan sosial-emosional siswa. Selain itu, pendekatan ini mendukung tujuan pendidikan karakter dan penguatan profil pelajar Pancasila yang menekankan pada keberanian, kemandirian, dan gotong royong.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas pendekatan ini dalam konteks yang lebih luas, serta mengeksplorasi integrasi dengan teknologi digital, media interaktif, dan pembelajaran lintas disiplin. Dengan begitu, bimbingan klasikal dapat terus berinovasi dan memberikan kontribusi nyata terhadap pengembangan kepribadian dan kesiapan akademik siswa dalam menghadapi dunia yang kompleks dan terus berubah.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Fatimah, N. (2015). Efektivitas Teknik Bermain Peran dalam Meningkatkan Percaya Diri Akademik. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 45–51.
- Istiqomah, R., Nurhidayah, S., & Mulyani, T. (2023). Bermain Peran dalam Layanan BK. *Jurnal Psikopedagogi*, 15(1), 32–41.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2014). *The Action Research Planner*. Springer.
- Lestari, D., Utami, A., & Arumsari, F. (2022). Strategi Peningkatan Percaya Diri Akademik Siswa Melalui Bimbingan Klasikal. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(2), 21–29.
- Musdalifah, M. (2015). Pengaruh Teknik Role Playing terhadap Percaya Diri Siswa. *Jurnal BK Tarakan*, 4(1), 15–22.

- Nikmala, S., & Wirastania, S. (2023). Hubungan Percaya Diri dan Resiliensi Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(3), 115–123.
- Rahayu, A., & Fitriani, R. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Terhadap Percaya Diri Akademik. *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(1), 55–63.
- Santrock, J. W. (2021). *Educational Psychology* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Trilling, B., & Fadel, C. (2009). *21st Century Skills: Learning for Life in Our Times*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Zulkarnain, I., & Uzlifah, N. (2020). Bimbingan Klasikal dalam Layanan BK. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 89–98.