

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
PERMAINAN *OUTBOND* TERHADAP RASA PERCAYA DIRI  
SISWA KELAS VII E SMP NEGERI 23 SURAKARTA  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**Oleh :  
Tutik Wahyuningrum**

**ABTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan *Outbond* Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasinya siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017 berjumlah 30 siswa. Semua populasi dijadikan responden (Total Sampling). Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan dokumentasi. Angket dipergunakan untuk mengumpulkan data tentang rasa percaya diri siswa, sedangkan dokumentasi dipergunakan untuk memperoleh data tentang siswa yang mengikuti *outbond*. Teknik analisis data dengan t-test.

Berdasarkan hasil data tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017, diperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar 16,255. Selanjutnya dikonsultasikan dengan  $t_{tabel}$  pada d.b =  $N - 1$  ( $30 - 1$ ) = 29, yang menunjukkan  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% sebesar 2,049. Ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$  ( $16,255 > 2,049$ ), maka hipotesis yang berbunyi: “Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017”, terbukti kebenarannya.

**Kata Kunci** : Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan *Outbond*, Percaya Diri

## ABSTRACT

This research aimed to know there was the influence of Group Guidance Services Using Outbond Game Technique on students` Self-Confidence at seventh grade of SMP Negeri 23 Surakarta in 2016/2017 academic year or not.

This research was a quantitative research. The population of this research was students in class VII E of SMP Negeri 23 Surakarta in 2016/2017 academic year with the total number of students were 30 students. All populations were as respondents (Total Sampling). The technique of collecting data used questionnaire and documentation. Questionnaire was used to collect data about student's self-confidence while documentation was used to obtain the data about students who joined in outbound activities. The Technique of data analysis was t-test.

Based on the data result of the influence of group counseling services using outbond game technique on students` self-confidence at the seventh grade of SMP Negeri 23 Surakarta in 2016/2017 academic year,it was obtained t-count was 16.255. Then, it is consulted with d.b =  $N - 1$  ( $30-1$ ) = 29. It showed that t-tabel in a significance level 5% = 2.049. It meant that t-count was higher than t-tabel or  $16.255 > 2.049$ , then the hypothesis which was said that : There was influence of group counseling service using outbond game technique on students` self-confidence at seventh grade of SMP Negeri 23 Surakarta in 2016/2017 academic year was truly proved.

Keywords: Group counseling Services, Outbond Game Technique,and Self-Confidence.

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Kepercayaan diri juga merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi kesuksesan hidup seseorang, karena dengan kepercayaan diri yang tinggi, seorang individu akan muncul motivasi dan semangat yang tinggi pada jiwanya.

Kepercayaan diri adalah modal penting untuk dapat menjalani kehidupan ini dengan penuh optimisme. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya. Kurang adanya rasa percaya diri pada individu hanya dapat dirasakan langsung oleh individu tersebut.

Bimbingan dan Konseling (BK) sebagai salah satu bagian integral dari sistem pendidikan memiliki peranan strategis dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui berbagai bidang dan atau layanannya. Salah satu teknik layanan bimbingan dan konseling yang sekiranya selaras dengan konsep peningkatan kepercayaan diri siswa adalah bimbingan kelompok dengan teknik *outbond*.

*Outbond* dalam layanan bimbingan dan konseling kelompok bertujuan untuk membantu siswa menemukan makna diri (jati diri) di dunia sosial dan memecahkan dilema dengan bantuan kelompok. Siswa

menerima karakter, perasaan, dan ide ide orang lain dalam situasi yang khusus. Dalam permainan memungkinkan para siswa mengidentifikasi situasi-situasi nyata dan dengan ide orang lain.

Dengan banyak melakukan interaksi dengan orang lain, memungkinkan terjadinya tukar pengalaman atau pembagian pengalaman yang berlangsung dalam komunikasi multiarah, sehingga terjadi perubahan tingkah laku pada setiap diri siswa.

Berdasarkan observasi awal di lapangan, wawancara dengan guru BK dan siswa, diperoleh informasi bahwa di SMP Negeri 23 Surakarta khususnya kelas VII ada beberapa siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal tersebut ditandai dengan perilaku siswa yang masih malu-malu saat ditanya oleh gurunya, malu saat memasuki ruang guru, malu saat tampil di depan kelas, masih mencontek saat ada ujian karena tidak yakin dengan kemampuannya, cenderung menyalahkan lingkungan saat mengalami kegagalan. Dalam mengatasi permasalahan tersebut, tentu saja diperlukan peran dan kerjasama dari semua komponen sekolah, baik kepala sekolah, guru mata pelajaran, wali kelas maupun guru bimbingan dan konseling.

Rendahnya kepercayaan diri siswa di sekolah tersebut disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya layanan bimbingan konseling yang pelaksanaannya tidak sesuai dengan rambu-rambu yang sudah diberlakukan. Ini artinya layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 23 Surakarta

diberikan tidak sesuai dan kurang mengakomodasi kompetensi siswa secara utuh, baik dari segi kognitif, afektif, maupun psikomotornya. Asumsi ini didasarkan dari beberapa fakta, diantaranya, layanan BK di SMP Negeri 23 Surakarta cenderung didominasi oleh layanan yang bersifat klasikal, layanan yang bersifat kelompok dan individu hampir tidak pernah dilaksanakan.

Menurut koordinator BK di SMP Negeri 23 Surakarta, guru BK belum pernah mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok teknik *outbond*. Padahal jika mengacu pada penjelasan sebelumnya, teknik *outbond* merupakan salah satu teknik yang bisa membantu siswa untuk meningkatkan kompetensinya, termasuk di dalamnya adalah peningkatan kepercayaan diri.

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut untuk mengetahui ada tidaknya Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan *Outbond* Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017

#### **Identifikasi Masalah**

Berdasarkan paparan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yakni, sebagai berikut:

4. Kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 23 Surakarta cenderung rendah, khususnya di kelas VII E ada 30 siswa yang 60% siswanya kepercayaan dirinya rendah yaitu sejumlah 18 siswa.
5. Materi layanan hanya berkisar pada bidang belajar saja, sehingga porsi untuk bidang pribadi dan sosial

seperti masalah kepercayaan diri siswa kurang terakomodasi.

10. Layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan *outbond* belum pernah dilaksanakan.

#### **Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan agar masalah yang diteliti tidak meluas dan menyimpang dari pokok permasalahan maka perlu dibatasi masalahnya pada “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan *Outbond* Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017”.

#### **Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat di rumuskan masalah sebagai berikut, “Adakah Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan *Outbond* Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017”.

#### **Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan *Outbond* Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017.

#### **Manfaat Hasil Penelitian**

3. Manfaat Teoritik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian ilmu bimbingan dan konseling terutama teori dan praktik yang berkaitan

dengan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan *outbond*.

## 5. Manfaat Praktis

### a. Untuk Siswa

Siswa memiliki wahana dan metode baru untuk bisa meningkatkan kepercayaan dirinya, sehingga diharapkan nantinya mereka akan mampu untuk hidup di tengah-tengah masyarakat dengan modal kepercayaan diri yang baik.

### b. Untuk Guru

Dengan dilaksanakannya penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi guru di sekolah dalam hal menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan kajian dan introspeksi dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa.

### c. Untuk Sekolah

Dapat dipakai sebagai masukan mengenai pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok terhadap Sekolah mengenai rasa percaya diri siswa.

## METODE PENELITIAN

### Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Negeri 23 Surakarta.

#### 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian bulan Mei sampai Juni 2017 ( $\pm 2$  bulan).

### Bentuk dan Strategi Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen kuantitatif, maksudnya adalah metode penelitian yang digunakan untuk menyelidiki pengaruh bimbingan kelompok terhadap rasa percaya diri. Suatu eksperimen bermaksud untuk menilai pengaruh suatu tindakan atau perilaku (*treatment*) yang berarti semua variasi tindakan atau pemberian kondisi akan menilai pengaruhnya (Sugiyono, 2014: 11).

Penelitian dilakukan hanya pada satu kelompok dengan melakukan dua kali pengukuran yaitu *pretest* untuk mengukur kemampuan rasa percaya diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian tugas. Pengukuran yang kedua *post test* dilakukan untuk mengukur kemampuan rasa percaya diri siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbond*. Adanya perbedaan antara *pretest* dan *post test* diasumsikan sebagai efek dari perlakuan yang diberikan.

### Populasi, Sample dan Sampling

#### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Sutakarta Tahun Pelajaran 2016/2017 yang berjumlah 30 siswa.

#### 2. Sample

Dengan berbagai pertimbangan yang bersifat praktis dengan tidak meninggalkan ilmiahnya maka yang dijadikan sampelnya adalah semua siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta yang berjumlah 30 siswa.

### 3. Sampling

Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *Total Sampling*, karena anggota populasi digunakan sampel yaitu siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta tahun pelajaran 2016/2017 yang berjumlah 30 siswa.

### Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (*independen*) merupakan variabel yang mempengaruhi variabel yang lain. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *outbond* (X).
2. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah rasa percaya diri (Y).

### Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket dan dokumentasi. Menurut Sugiono (2014: 119) angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

Aspek yang akan diukur dalam penelitian ini adalah tingkat

kepercayaan diri pada siswa, maka angket yang dipakai adalah angket kepercayaan diri. Dalam penelitian ini angket digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif, yakni mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah diberi layanan

bimbingan kelompok teknik *outbond*. Suharsimi Arikunto (2006: 231) menjelaskan bahwa metode dokumentasi adalah metode untuk mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda, dan sebagainya.

Dalam penelitian ini dokumentasi digunakan untuk mengetahui data-data siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017.

### Uji Coba Instrumen

#### 1. Uji Validitas

Setelah angket disebar oleh peneliti dan dijawab oleh responden maka hasilnya dianalisis untuk mengukur validitas tidaknya item angket dapat dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisiensi korelasi X dan Y

= Jumlah responden

#### c. Uji Reliabilitas

Untuk menguji reliabilitas butir soal menggunakan rumus Korelasi Product Moment dengan angka kasar yang dilakukan oleh Suharsimi Arikunto (2005:223) sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(\sum X^2 - (\sum X)^2)(\sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisiensi korelasi X dan Y  
N = Jumlah responden

Kemudian dimasukkan kedalam rumus korelasi Spearman-Brown sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{2 \cdot r_{1/2}^{1/1}}{1 + r_{1/2}^{1/1}}$$

(Suharsimi Arikunto, 2005: 95)

Keterangan :

$r_{11}$  = besarnya koefisien reabilitas sesudah tes tersebut ditambah butir soal baru

n = beberapa kali butir-butir soal itu ditambah

$r_{xy}$  = besarnya koefisien reliabilitas sebelum butir-butir soalnya ditambah

Untuk menentukan kriteria reliabilitas soal, maka hasil perhitungan di atas kemudian dikonsultasikan dengan tabel interpretasi koefisien korelasi dari Suharsimi Arikunto (2005:75) sebagai berikut :

Antara 0,800 - 1,000 : Sangat Tinggi

Antara 0,600 - 0,800 : Tinggi

Antara 0,400 - 0,600 : Cukup

Antara 0,200 - 0,400 : Rendah

Antara 0,000 - 0,200 : Sangat Rendah

### 3. Hasil Uji Intrumen

#### a. Hasil Uji Validitas

Item pernyataan mengenai Rasa Percaya Diri setelah dilakukan uji coba diperoleh hasil bahwa dari 30 item semuanya dinyatakan valid.

#### b. Hasil Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas variabel rasa percaya diri menunjukkan bahwa nilai rxx sebesar 0,990, yang berarti item pernyataan Rasa Percaya Diri (Y) adalah reliabel sangat tinggi.

### Teknik Analisis Data

Penelitian mengelola data tersebut dipergunakan rumus untuk menganalisis data tersebut dengan t-test.

$$t = \frac{MD}{\frac{\sum d^2}{N(N-1)}}$$

(Suharsimi Arikunto (2006: 349)

Berdasarkan analisis data diatas, maka hipotesisnya berbunyi “Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017”.

Keterangan :

MD = Mean defferences atau perbedaan dua mean

$\sum d_i^2$  = Deviasi individual MD

N = Jumlah Subyek

### **Pengujian Hipotesis**

Berdasarkan hasil analisis data mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/1017, diperoleh nilai thitung sebesar = 16,225

### **PEMBAHASAN HASIL ANALISA DATA**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri pada siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017, yang dibuktikan dengan diperolehnya nilai  $t_{hitung}$  sebesar 16,255 bertanda positif, lebih besar dari nilai  $t_{tabel}$  taraf signifikan 5%. Nilai  $t_{hitung}$  bertanda positif menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang searah, dimana apabila layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* lebih tingkatan, maka rasa percaya diri siswa juga semakin meningkat atau semakin baik. Sebaliknya apabila layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* menurun, maka rasa percaya diri siswa juga akan menurun.

Setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* pada siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017, terlihat rasa percaya diri siswa meningkat. Peningkatan rasa percaya diri siswa tersebut terlihat siswa mampu

mengetahui kelebihan yang dimilikinya, karena siswa tersebut menyadari bahwa segala kelebihan yang dimiliki kalau tidak dikembangkan maka tidak akan ada artinya, akan tetapi kalau kelebihan yang dimilikinya mampu dikembangkan dengan optimal maka akan mendatangkan kepuasan sehingga akan menumbuhkan kepercayaan diri. Siswa mampu memandang kelemahan sebagai hal yang wajar dimiliki oleh setiap individu, karena individu yang percaya diri akan mengubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihannya dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya.

Selain itu dari hasil uji t menunjukkan hasil bahwa nilai thitung lebih besar daripada nilai ttabel, atau  $16,255 > 2,049$ . Sehubungan dengan hal tersebut, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* mempengaruhi rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017”.

### **Keterbatasan Penelitian**

Penelitian mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan tehnik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa dalam kehidupannya sehari-hari terutama di lingkungan sekolah pada siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017 ini tentu saja memiliki keterbatasan-keterbatasan yang mengakibatkan ketidaksempurnaan dari



suatu penelitian. Hal ini dapat terjadi karena:

1. Kuesioner sebagai alat pengumpul data yang mungkin kurang tepat.
2. Sedikitnya jumlah responden sehingga kurang dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya.
3. Keterbatasan waktu penelitian.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017, diperoleh nilai thitung sebesar = 16,255, yang selanjutnya dikonsultasikan dengan nilai ttabel pada  $d.b=N - 1$  ( $30 - 1$ ) = 29, yang menunjukkan ttabel pada taraf signifikan 5% yaitu 2,049. Menunjukkan, bahwa nilai thitung lebih besar daripada ttabel, atau  $16,255 > 2,049$ . Sehubungan dengan hal tersebut, maka hipotesis yang berbunyi: “Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan *outbond* terhadap rasa percaya diri siswa kelas VII E SMP Negeri 23 Surakarta Tahun Pelajaran 2016/2017”, terbukti kebenarannya.

## **Saran**

1. Untuk Siswa  
Hendaknya siswa memiliki rasa percaya, karena dengan percaya diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar dimiliki oleh setiap individu, dan individu yang percaya diri akan mengubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihanannya.
2. Untuk Guru BK  
Guru BK hendaknya senantiasa menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan *outbond* terhadap siswa yang rasa percaya dirinya rendah, karena dengan teknik *outbond* siswa akan belajar secara langsung melalui pengalaman, sehingga siswa dengan mudah menangkap esensi pengalaman tersebut.
3. Untuk Sekolah  
Hendaknya pihak sekolah menciptakan kebebasan untuk mengeksplorasi lingkungan, dengan cara mendorong rasa ingin tahu siswa, dan menjamin rasa aman dan kebebasan untuk mengeksplorasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.