Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Oktober 2025, 11 (10.D), 193-200
DOI: https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11757
p-ISSN: 2622-8327 e-ISSN: 2089-5364
Accredited by Directorate General of Strengthening for Research and Development
Available online at https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP

Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media Kartu *Truth Or Dare*

Mella Trisniati[1], Sukainah[2], Rani Mega Putri[3]

Universitas Sriwijaya[123]

Received: 05 September 2025
Revised: 17 September 2025
Accepted: 28 September 2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media permainan kartu Truth or Dare. Penelitian ini melibatkan delapan siswa kelas X.12 di SMAN 10 Palembang yang teridentifikasi memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah berdasarkan hasil observasi serta asesmen awal. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas dalam bidang Bimbingan dan Konseling (PTBK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang terdiri dari dua siklus, masing-masing meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Instrumen pengumpulan data berupa angket kepercayaan diri yang dianalisis secara kuantitatif deskriptif. Temuan penelitian mengindikasikan setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan bantuan kartu Truth or Dare, kepercayaan diri peserta didik mengalami perkembangan yang positif. Pada pra-siklus, seluruh peserta didik (100%) berada pada kategori kepercayaan diri rendah. Setelah siklus I, 50% peserta didik berada pada kategori sedang dan 50% masih dalam kategori rendah. Peningkatan signifikan terjadi pada siklus II, di mana 88% peserta didik berada dalam kategori sedang dan 13% berada pada kategori tinggi, serta tidak ada lagi yang berada dalam kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan media kartu Truth or Dare efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, melalui kegiatan yang interaktif, menyenangkan, dan mampu mendorong partisipasi aktif.

Kata Kunci: *Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Permainan Truth or Dare, Peserta Didik, Penelitian Tindakan Kelas.*

(*) Corresponding Author: mellatrisniatii@gmail.com

How to Cite: Trisniati, M., Sukainah, S., & Putri, R. (2025). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media Kartu Truth Or Dare. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *11*(10.D), 193-200. Retrieved from https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11757.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses membentuk dan mengembangkan potensi individu yang sedang tumbuh, agar bisa mandiri dan berkontribusi dalam membangun dirinya sendiri maupun masyarakat. Sejalan dengan pendapat Amalia dkk, (2023) pendidikan merupakan suatu sarana untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik untuk tetap belajar dan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki. Dengan mendapatkan pendidikan yang berkualitas, peserta didik memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Hal ini memungkinkan mereka tumbuh menjadi individu yang mandiri, bertanggung jawab, dan memiliki kepercayaan diri (Lestari, 2017). Oleh karena itu, lembaga pendidikan memiliki peran penting dalam mendukung pengembangan rasa percaya diri setiap peserta didik.

Kepercayaan diri yaitu suatu keyakinan seorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam kehidupannya (Fajar dkk, 2023). Kepercayaan diri juga merupakan aspek

perkembangan yang penting bagi seseorang untuk mengembangkan potensinya. Individu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung berani menyampaikan pendapat di kelas, memiliki rasa takut dan cemas yang rendah terhadap kemungkinan penolakan, mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial—khususnya dengan teman sebaya dan terdorong untuk menerima dirinya apa adanya (Fajar et al., 2023). Pendapat ini didukung oleh Sansastra et al. (2023), yang menyatakan bahwa siswa dengan kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mudah berinteraksi sosial dan lebih lancar dalam menyerap informasi serta pengetahuan yang diajarkan di sekolah. Kepercayaan diri juga sangat penting bagi peserta didik untuk mengembangkan potensinya. Jika seseorang memiliki kepercayaan diri yang baik, maka kepercayaan diri tersebut dapat mengembangkan potensinya dengan mantap. Fatimah et al. (2023) menyatakan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri rendah umumnya memandang diri mereka secara negatif dan meragukan kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian, rasa percaya diri memiliki peran yang krusial dalam perjalanan hidup seorang peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi langsung yang diperkuat oleh data dari Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD), diketahui bahwa siswa kelas X.12 di SMAN 10 Palembang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini terlihat dari jawaban 40 responden yang memilih pernyataan 'Saya sedang berusaha membangun rasa percaya diri dalam berbagai situasi', dengan persentase sebesar 0,5%, yang tergolong dalam kategori rendah. Temuan ini sejalan dengan hasil observasi peneliti saat memberikan layanan bimbingan klasikal, di mana masih ditemukan beberapa siswa yang enggan menyampaikan pendapat di depan kelas, merasa takut dan cemas, kesulitan beradaptasi dengan teman sekelas, serta malu untuk bertanya atau mengungkapkan pendapat karena takut mendapat komentar dari teman sebaya.

Melihat permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik, penanaman rasa percaya diri menjadi hal yang penting. Hal ini dapat dilakukan melalui proses pembelajaran serta dengan membiasakan sikap berani, seperti saat menjawab pertanyaan dari guru, mengemukakan pendapat, maupun berinteraksi sosial di dalam kelas. Oleh karena itu, pemberian layanan bimbingan dan konseling diperlukan sebagai salah satu strategi untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan rasa percaya diri dan mengatasi berbagai hambatan yang berkaitan dengan kurangnya kepercayaan diri.

Bimbingan dan konseling merupakan suatu bantuan yang diberikan kepada peserta didik baik secara individu maupun kelompok yang bertujuan untuk mendorong peserat didik agar mampu untuk mandiri, dapat berkembang secara optial baik dalam bidang pribadi, sosial, dan karirnya (Amalia dkk, 2023). Sependapat dengan Amalia dkk, (2023) bimbingan konseling dalam permendikbud nomor 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling di Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah juga menyatakan bahwa tujuan layanan bimbingan dan konseling ialah untuk membantu konseli agar dapat mencepat kemandirian dan kematangan hidup serta dapat menjalankan kegiatan sesuai dengan tugas perkembangannya. Layanan bimbingan dan konseling juga merupakan layanan profesional yang ada disekolah. Layanan ini terdiri dari layanan dasar, layanan peminatan dan perencanaan individu, layanan responsif dan dukungan sistem (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016). Dalam layanan dasar salah satu kegiatan yang bisa dilakukan oleh guru BK adalah memberikan bimbingan secara kelompok kepada beberapa peserta didik. Untuk mengembangkan kepercayaan diri diperlukan salah satunya layanan bimbingan dan konseling yaitu bimbingan kelompok (Fatimah dkk, 2023).

Bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan oleh seorang guru BK atau konselor bersama beberapa peserta didik dalam kelompok kecil yang memanfaatkan adanya dinamika kelompok. Sejalan dengan pendapat. Menurut Hartanti (2022), bimbingan kelompok

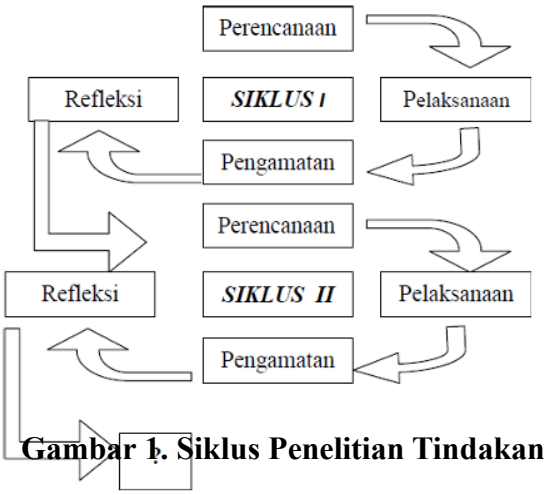
merupakan salah satu bentuk layanan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu mengembangkan potensi yang dimiliki oleh masing-masing anggota. Dalam pelaksanaannya, terdapat berbagai teknik yang bisa diterapkan. Salah satu teknik yang dinilai efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa adalah teknik permainan simulasi (Mardhatillah & Wahyudi, 2022).

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, peneliti menerapkan teknik simulasi yang dipadukan dengan media permainan kartu *Truth or Dare* sebagai sarana interaktif. Menurut Utami (2021) permainan kartu *truth or dare* adalah permainan yang dilakukan secara berkelompok dengan menggunakan kartu *truth* berisi pertanyaan yang memerlukan jawaban "salah" atau "benar" dan pada kartu *dare* berisi penjelasan yang memerlukan jawaban berupa penjelasan atau penjabaran disertai alasan. Media permainan kartu *truth or dare* adalah media permainan visual dan gerak berbentuk kartu yang berisi tugas-tugas pokok tentang kepercayaan diri, tanpa mengurangi makna dari permainan itu sendiri. Permainan tersebut diharapkan dapat berguna sebagai alat bantu guru dalam mengembangkan daya kreatifitas, kemampuan berbahasa, berfikir, bergaul dengan lingkungan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik melalui penerapan tindakan tertentu berupa layanan bimbingan kelompok dengan media kartu *truth or dare* dalam dua siklus. Kepercayaan diri peserta didik diukur menggunakan instrument angket yang dianalisis secara kuantitatif. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan media kartu *truth or dare* diberikan kepada peserta didik kelas X.12 di SMAN 10 Palembang.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas Bimbingan dan Konseling (PTBK). Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan oleh guru BK di kelas tempatnya mengajar, dengan melibatkan refleksi diri sebagai upaya untuk meningkatkan kinerjanya sebagai guru BK. Penelitian ini menggunakan model penelitian Tindakan Kemmis dan MCTaggart (Audinah dkk., 2024). Penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus, setiap siklus meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengalamatan dan refleksi (Arikunto, 2021).



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 10 Palembang pada bulan Februari 2025 sampai dengan bulan April 2025. Subjek penelitian merupakan peserta didik kelas X.12 di SMAN 10 Palembang yang berjumlah 8 peserta. Teknik pengumpulan data menggunakan AKPD (Asesmen Kebutuhan Peserta Didik) teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu instrument tes berupa angket kepercayaan diri peserta didik pra-siklus, angket kepercayaan diri peserta didik siklus 1, dan angket kepercayaan diri peserta didik siklus 2, yang terdiri dari 29 pernyataan dengan pilihan jawaban berbentuk skala. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap pra-siklus peneliti membagikan dan menganalisis Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) di kelas X.12 SMAN 10 Palembang untuk mengetahui kebutuhan peserta didik. Berdasarkan hasil AKPD, ditemukan pada item pernyataan "Saya sedang berusaha membangun rasa percaya diri dalam berbagai situasi" dalam kategori rendah dengan persentase 0,5%. Selanjutnya, peneliti membagikan angket kepercayaan diri kepada peserta didik sebelum tindakan dilakukan guna mengidentifikasi tingkat kepercayaan diri mereka.

Tabel 1. Angket Kepercayaan Diri Peserta Didik Pra-Siklus

Kepercayaan Diri	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	87 – 116	0	0
Sedang	58 – 86	0	0
Rendah	29 – 57	8	100

Berdasarkan tabel 1 diatas, hasil angket kepercayaan diri pra-siklus menunjukkan bahwa terdapat 8 peserta didik dalam kategori rendah dengan persentase 100% dari total subjek. Data ini mengindikasi bahwa peserta didik memiliki hambatan dalam hal keyakinan diri, seperti enggan mengemukakan pendapat, takut salah saat menjawab, atau pasif dalam kegiatan kelas. Sehingga peneliti melaksanakan siklus 1 layanan bimbingan kelompok dengan media permainan kartu *truth or dare*.

Tabel 2. Angket Kepercayaan Diri Peserta Didik Siklus 1

Kepercayaan Diri	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	87 – 116	0	0
Sedang	58 – 86	4	50
Rendah	29 – 57	4	50

Setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan media kartu *truth or dare* pada siklus I yang dilaksanakan 19 Februari 2025 terjadi perubahan positif. Jumlah peserta didik dengan kepercayaan diri rendah berukurang menjadi 4 peserta didik dengan persentase 50%, sementara 4 peserta didik lainnya dengan persentase 50% dalam kategori sedang sesuai dengan tabel 2 diatas. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan mulai memberikan pengaruh terhadap perubahan sikap dan kepercayaan diri peserta didik, meskipun belum sepenuhnya optimal.

Tabel 3. Kepercayaan Diri Peserta Didik Siklus 2

Kepercayaan Diri	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	87 – 116	1	13
Sedang	58 – 86	7	88
Rendah	29 – 57	0	0

Dari data pada tabel 3 diatas terlihat peningkatan yang lebih signifikan setelah pelaksanaan Siklus II. Siklus II dilaksanakan pada 15 April 2025. Pada tahap ini tidak ada lagi peserta didik yang berada dalam kategori rendah. Sebanyak 7 peserta didik dengan persentase 88% berada dalam kategori sedang dan 1 peserta didik dengan persentse 13% sudah mencapai kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan yang diterapkan berupa layanan bimbingan kelompok dengan media kartu truth or dare pada siklus I dan siklus II di kelas X.12 SMAN 10 Palembang.tidak hanya berhasil mengurangi jumlah peserta didik dengan kepercayaan diri rendah, tetapi juga mulai mampu mendorong peserta didik untuk mencapai tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi.

1. Siklus I

Siklus I pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan media kartu *truth or dare* ini terdiri atas perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan reflesi pada masing-masing tahapan PTBK sebagai berikut:

a. Perencanaan Tindakan

Peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok mengikuti tahapan yang terstruktur, yang meliputi tahap pembentukan, transisi, inti, dan penutupan. Pada tahap pertama, peneliti melakukan identifikasi masalah melalui asesmen guna mengumpulkan data awal terkait tingkat kepercayaan diri peserta didik. Berdasarkan hasil asesmen, peneliti menetapkan tujuan dan memilih alternatif tindakan yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Partisipan dalam layanan bimbingan kelompok dipilih dengan melibatkan siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendahSelanjutnya, peneliti menyusun rencana tindakan dengan merancang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang memanfaatkan media kartu truth or dare pada setiap siklus, sebagai langkah untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan materi yang dirancang untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Pelaksanaan tindakan dilakukan sesuai dengan rencana yang telah disusun sebelumnya. Peneliti memfasilitasi kegiatan bimbingan kelompok dengan menggunakan media kartu *Truth or Dare*, yang dirancang untuk membahas berbagai aspek yang dapat mendukung peningkatan kepercayaan diri, seperti pengelolaan emosi, keterampilan komunikasi yang efektif, pengambilan keputusan, serta kemampuan dalam menghadapi tantangan. Setiap anggota kelompok diberikan kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam permainan dan berbagi pengalaman, sehingga mereka dapat saling mendukung dan memperkuat rasa percaya diri satu sama lain. Peneliti berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan jalannya kegiatan agar tetap fokus pada tujuan utama, yaitu pengembangan dan peningkatan kepercayaan diri anggota kelompok.

c. Observasi

Selama proses layanan bimbingan kelompok pada siklus I, peneliti melakukan observasi sekaligus evaluasi untuk mengetahui kekurangan dari pelaksanaan layanan bimbigan kelompok yang telah di laksanakan pada siklus I ini dan sebagai acuan untuk memperbaiki kekurangan tersebut. Pada saat melaksanakan layanan bimbingan kelompok masih ada beberapa anggota yang pasif dan harus diarahkan untuk menjawab pertanyaan yang diajukan. Beberapa anggota kelompok masih tampak ragu-ragu dalam mengungkapkan pendapat dan belum sepenuhnya memahami tujuan dari kegiatan yang dilaksanakan. Selain itu, partisipasi anggota kelompok saat memainkan media kartu *truth or dare* sudah terlibat aktif dalam menjawab atau melaksanakan sesuai dengan isi kartu yang diambil, namun anggota kelompok masih memungkinkan mendapatkan kartu yang sama saat mengambil. Hasil observasi ini

menjadi bahan pertimbangan untuk melakukan perbaikan pada pelaksanaan siklus berikutnya, seperti memberikan kartu *truth or dare* dengan memberikan aturan permainan yang lebih mudah dimengerti dan memberikan bahasa yang lebih sederhana dalam kartu *truth or dare*.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi yang telah dilaksanakan maka peneliti melakukan beberapa perbaikan terhadap kekurangan dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada siklus I agar dapat memperolah hasil yang baik. Dari hasil observasi menunjukkan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok pada siklus I ini belum menunjukkan hasil yang diharapkan hal ini terlihat dari nilai atau skor yang belum mencapai target yag diharapkan.

2. Siklus II

Siklus II pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan media kartu truth or dare ini terdiri atas perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi pada masing-masing tahapan PTBK sebagai berikut:

a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil refleksi dari Siklus I, penelitian menyusun perencanaan tindaan dengan memperbaiki kekurangan yang ditemukan sebelumnya. Pada tahap ini, peneliti merancang strategi yang lebih menarik dan partisipatif untuk meningkatkan keaktifas anggota kelompok. Penyesuaian dilakukan terhadap penggunaan kartu *truth or dare* agar lebih interaktif, dengan memodifikasi kartu *truth or dare* konvensional ke berbasis *wordwall.* Selain itu, alokasi waktu pada setiap tahapan bimbingan diatur lebih efesien, khususnya pada tahap inti supaya peserta didik memiliki cukup waktu untuk memahami materi dan berdiskusi.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada Siklus II dilakukan dengan suasana yang lebih dinamis. Peneliti memulai kegiatan dengan *ice breaking* agar peserta lebih rileks dan siap berpartisipasi aktif. Media kartu *truth or dare* yang di inovasi berbasis *wordwall* digunakan dengan tampilan lebih menarik secara visual. Anggota kelompok diarahkan untuk menjawab pertanyaan kartu *truth or dare* dan melakukan diskusi kecil serta mengapresiasi anggota kelompok setelah melakukan permainan media kartu *truth or dare.* Diharapkan dapat memberikan rasa percaya diri pada anggota kelompok. Peneliti tetap berperan sebagai fasilitator yang mendorong keterlibatan aktif dan memberikan penguatan positif terhadap setiap partisipasi yang muncul.

c. Observasi

Pelaksanaan tindakan layanan bimbingan kelompok pada siklus II ini mampu mengatasi kekurangan yang ditemukan pada siklus I. Pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan media kartu *truth or dare* berbasis *wordwall* ini membuat anggota kelompok lebih berpartisipasi dalam kegiatan diskusi dengan mengungkapkan pendapatnya dan perasaan yang mereka alami. Anggota kelompok mulai menunjukkan keberanian dalam menyampaikan pendapat dan lebih aktif terlibat dalam diskusi. Respon terhadap media kartu *Truth or Dare* juga meningkat, peserta terlihat antusias menggunakannya sebagai pemicu diskusi. Secara keseluruhan, dinamika kelompok menjadi lebih hidup dan tujuan layanan mulai tercapai dengan lebih baik.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi yang telah dilakukan, tingkat kepercayaan diri anggota kelompok menunjukkan peningkatan. Pengambilan data dilakukan setelah kegiatan pada siklus II berakhir. Setelah melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan media kartu *Truth or Dare*, hasil pada siklus II menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri dibandingkan sebelum tindakan diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan

kelompok dengan media kartu *Truth or Dare* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tindakan layanan bimbingan kelompok yang diterapkan terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Keberhasilan tersebut tercermin dari pergeseran kategori kepercayaan diri peserta didik, dari yang sebelumnya didominasi oleh kategori rendah, kemudian meningkat ke kategori sedang dan tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi atau tindakan yang dilakukan tidak hanya tepat sasaran, tetapi juga memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan aspek afektif peserta didik, khususnya kepercayaan diri.

Secara teoritis, peningkatan kepercayaan diri ini dapat dijelaskan melalui teori humanistik yang dikembangkan oleh Carl Rogers (1983). Rogers menekankan pentingnya menekankan pentingnya lingkungan belajar yang mendukung, menghargai, dan tidak menghakimi untuk mengembangkan konsep diri positif, termasuk kepercayaan diri. Ketika peserta didik merasa dihargai dan aman secara psikologis, mereka akan lebih terbuka untuk belajar dan mengambil risiko yang pada akhirnya mendorong peningkatan kepercayaan diri.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan dalam penelitian sebelumnya Fatimah (2023) menunjukkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan monopoli dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kelas dengan dua siklus dan hasilnya menunjukkan peningkatan sigifikan dalam rasa percaya diri peserta didik setelah mengikuti bimbingan kelompok yang menggunakan permainan monopoli sebagai media

Desriana (2022) juga menemukan bahwa permainan simulasi dalam bimbingan kelompok memberikan dampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri. Melalui permainan yang mensimulasikan situasi nyata, peserta dilatih untuk menghadapi tantangan secara langsung dan diberi umpan balik yang membangun.

Kemudian Mainnah (2022) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan menciptakan lingkungan yang menyenangkan dan aman, Sehingga peserta didik lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan serta lebih termotivassi untuk berpartisipasi aktif. Semua hasil penelitian tersebut konsisten menunjukkan bahwa media permainan bukan hanya mendukung keterlibatan peserta didik, tetapi juga memperkuat pencapaian tujuan efektif seperti peningkatan kepercayaan diri.

Dengan demikian, bimbingan kelompok berbasis permainan kartu *truth or dare* menjadi strategi yang sangat efesien untuk membentuk rasa percaya diri peserta didik. Hal ini terlihat dari perubahan distribusi kategori rendah ke sedang dan tinggi ini mencerminkan bahwa tindakan yang diberikan berjalan sesuai dengan tujuan. Peserta didik lebih berani mengamukakan pendapatnya, mencoba untuk menghadapi tantangan, memberikan dukungan yang positif pada teman sebaya, dan mampu membuat keputusan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian tindakan bimbingan konseling yang dilakukan dalan tiga tahap (pra-siklus, siklus I, dan siklus II), dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok penggunaan kartu permainan *truth or dare* terbukti mampu mendorong peningkatan rasa percaya diri pada siswa kelas X.12 di SMAN 10 Palembang. Pada tahap pra-siklus, seluruh peserta didik 100% berada pada kategori kepercayaan diri rendah. Setelah pelaksanaan siklus I, terjadi peningkatan di mana 50% peserta didik berada dalam kategori sedang dan 50% masih berada pada kategori rendah. peningkatan yang lebih signifikan terjadi pada siklus II, dengan

88% peserta didik berada pada kategori sedang dan 13% telah mencapai kategori tinggi serta tidak ada lagi peserta didik dalam kategori rendah.

Perubahan positif ini menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan mampu mengurangi hambatan kepercayaan diri yang dialami peserta didik, seperti rasa takut salah, denggan mengemukakan pendapat, dan sikap pasif di kelas. Dengan demikian, pendekatan layanan bimbingan kelompok berbasis permainan interaktif terbukti dapat mendorongpeningkatan keyakinan diri dan partisipasi aktif peserta didik dalam lingkungan belajar.

REFERENSI

Amalia, N. R., Setiyowati, A. J., & Nuswantari, M. (2023). Layanan bimbingan klasikal dengan permainan simulasi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Brawijaya Smart School. *Jurnal MIPA dan Pembelajarannya, 3*(11), 1-5.

Arikunto, S. (2021). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi Revisi). Rineka Cipta.

Audinah, R., Wiyono, B. D., & Hakim, M. (2024). Implementasi bimbingan klasikal dengan metode problem based learning dalam meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik XI TFLM SMKN 5 Surabaya untuk mengembangkan keterampilan hidup sesuai dengan perkembangannya. *Bimbingan, 2*(4), 50–59.

Desriana, B. (2022). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi terhadap kepercayaan diri. *Indonesian Journal of Educational Research and Review, 2*(3).

Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan. (2016). *Pedoman pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. https://kurikulum.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2022/09/V6.-Panduan-BK.pdf

Fatimah, I., Nisa, A. N., & Kusdaryani, W. (2023, November). Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik permainan monopoli. Dalam *Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru* (hal. 1120–1130). Universitas PGRI Semarang.

Fajar, M., Nursabrina, L. R., Putri, M. S. K., & Flurentin, E. (2023). Penggunaan media bimbingan dan konseling permainan ular tangga dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X SMK Negeri 5 Malang. *Semdikjar, 6*(1), 45–52.

Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. UD Duta Sablon.

Lestari, L., Larassati, R., & Astuti, L. P. (2017). Peningkatan percaya diri siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan person centered. Dalam *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (Vol. 1, No. 1, pp. 238-247).

Mainnah, W. O. B. (2022). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Attending (Artikel Penelitian Bimbingan dan Konseling)*.

Mardhatillah, F. N., & Wahyudi, A. (2022). Bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan teknik simulasi games. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol. 2).

Rogers, C. R. (1983). *Freedom to Learn for the 80s*. Columbus, OH: Charles E. Merrill Publishing Company.

Sansastra, P., Ratnawati, V., & Khususiyah. (2023). Media permainan Uno Stacko sebagai sarana melatih kepercayaan diri siswa. *Senja KKN, 3*, 278–285.

Utami, S. (2021). *Buku panduan permainan kartu truth or dare*. Universitas Ahmad Dahlan.