



**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
REINFORCEMENT DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI
PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 3 MANDREHE UTARA**

**Wikarman Gulo¹, Justin Foera-era Lase², Tiara Aulia Pradina³,
Hosianna Rodearni Damanik⁴**

Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Nias, Indonesia

e-mail: wikarmangulo@gmail.com, justinfoeraeralase@unias.ac.id,
tiaraauliapradina@unias.ac.id, hosiannar.damanik@unias.ac.id

Diterima: 21/08/2026; Direvisi: 09/10/2026; Diterbitkan: 20/10/2026

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya percaya diri sebagian peserta didik di SMA Negeri 3 Mandrehe Utara, yang ditandai dengan keraguan menyampaikan pendapat, kecenderungan menghindari presentasi di depan kelas, dan sikap minder dalam interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik reinforcement dalam meningkatkan percaya diri peserta didik di SMA Negeri 3 Mandrehe Utara. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis pre-experimental design, bentuk one group pretest-posttest design. Subjek penelitian berjumlah 22 peserta didik yang ditentukan berdasarkan hasil skrining awal tingkat kepercayaan diri. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket percaya diri dan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk, uji paired sample t-test, dan Uji Koefisien Determinan R^2 . Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor percaya diri meningkat dari 30,00 pada pre-test menjadi 45,00 pada post-test. Hasil uji paired sample t-test memperoleh nilai t hitung sebesar 21,447 lebih besar dari t tabel 2,080 dengan signifikansi 0,000 ($< 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Nilai koefisien determinasi juga menunjukkan nilai sebesar 0,859 atau 85,9%, yang termasuk dalam kategori Sangat Tinggi (0,80 - 1,00). Dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan percaya diri peserta didik di SMA Negeri 3 Mandrehe Utara. Hasil penelitian ini merekomendasikan agar layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* dijadikan program rutin oleh guru bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan kepercayaan diri peserta didik.

Kata Kunci: Bimbingan kelompok, teknik *reinforcement*, percaya diri, peserta didik

ABSTRACT

This research is motivated by the low self-confidence of some students at SMA Negeri 3 Mandrehe Utara, which is characterized by hesitation in expressing opinions, a tendency to avoid presentations in front of the class, and an inferior attitude in social interactions. This study aims to determine the significant effect of group guidance services with reinforcement techniques in increasing the self-confidence of students at SMA Negeri 3 Mandrehe Utara. The study used a quantitative approach with a pre-experimental design, a one-group pretest-posttest design. The research subjects were 22 students who were determined based on the results of the initial screening of self-confidence levels. Data collection was carried out using a self-confidence questionnaire and group guidance with reinforcement techniques that had been



tested for validity and reliability. Data were analyzed using the Shapiro-Wilk normality test, paired sample t-test, and the R2 Determinant Coefficient Test. The results showed that the average self-confidence score increased from 30.00 in the pre-test to 45.00 in the post-test. The results of the paired sample t-test obtained a calculated t value of 21.447, greater than the t table of 2.080 with a significance of 0.000 (<0.05), so H_a is accepted and H_o is rejected. The coefficient of determination also shows a value of 0.859 or 85.9%, which is included in the Very High category (0.801.00). It can be concluded that group guidance services with reinforcement techniques have a significant effect on increasing student confidence at SMA Negeri 3 Mandrehe Utara. The results of this study recommend that group guidance services with reinforcement techniques be made a routine program by guidance and counseling teachers in dealing with student self-confidence problems.

Keywords: Group guidance, reinforcement technique, self-confidence, students

PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berorientasi pada penguasaan pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan potensi peserta didik secara menyeluruh. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan serta membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat. Oleh karena itu, perkembangan psikologis dan sosial peserta didik perlu mendapat perhatian yang seimbang dengan pencapaian akademik. Salah satu aspek penting dalam perkembangan tersebut adalah percaya diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai situasi dan menjalankan tanggung jawab. Kepercayaan diri berperan dalam mendorong peserta didik untuk berani mengemukakan pendapat, berpartisipasi dalam pembelajaran, dan membangun hubungan sosial yang positif (Januaripin & Munasir, 2024). Fataiah et al. (2024) juga mengkaji tingkat percaya diri peserta didik kelas X SMA, sehingga memperkuat relevansi persoalan ini pada jenjang pendidikan menengah. Sebaliknya, rendahnya percaya diri dapat menghambat keterlibatan peserta didik dalam kegiatan belajar dan interaksi sosial. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengembangan percaya diri merupakan bagian penting dari upaya mendukung keberhasilan pendidikan dan perkembangan peserta didik secara utuh.

Permasalahan percaya diri masih menjadi salah satu persoalan yang perlu diperhatikan dalam lingkungan sekolah. Marlina et al. (2022) mengkaji profil peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah di SMA Negeri 4 Cimahi, sedangkan Wulandari et al. (2024) membahas upaya peningkatan percaya diri melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan *person-centered*. Kepercayaan diri berkaitan dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya, keterbukaan dalam berinteraksi, serta keberanian menghadapi situasi sosial. Nofembri et al. (2021) mengkaji hubungan antara *self-disclosure* dan kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat di depan kelas. Selain itu, faktor lingkungan dan pola pengasuhan turut berperan dalam perkembangan keyakinan diri individu (Macarau & Stevanus, 2022). Pada konteks yang lebih luas, persoalan kualitas pendidikan dan belum optimalnya pengembangan potensi peserta didik juga menjadi perhatian dalam kajian pendidikan di Indonesia (Kurniawati, 2022; Nurhuda, 2022; Suncaka, 2023). Permasalahan tersebut memperlihatkan pentingnya dukungan sekolah yang tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pengembangan aspek psikososial peserta didik. Berdasarkan observasi awal di kelas X-B SMA Negeri 3 Mandrehe Utara, ditemukan peserta didik yang ragu menjawab pertanyaan guru, enggan melakukan presentasi di depan kelas, merasa minder ketika



berinteraksi dengan teman sebaya, dan kurang aktif dalam diskusi kelompok. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara perilaku percaya diri yang diharapkan dan kondisi yang ditemukan di lapangan, sehingga diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Secara konseptual, percaya diri dapat dikembangkan melalui penguatan keyakinan dan kemampuan diri, optimisme, penilaian objektif, tanggung jawab, keberanian mencoba hal baru, penerimaan lingkungan, dan pemikiran rasional (Hamama & Kusumaningratri, 2024; Pradana & Putri, 2024). Pengembangan aspek-aspek tersebut memerlukan proses yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berlatih, memperoleh umpan balik, dan membangun pengalaman sosial yang positif. Dalam hal ini, layanan bimbingan kelompok relevan digunakan karena menyediakan ruang interaksi bagi peserta didik untuk berbagi pengalaman, menyampaikan pendapat, serta belajar menghargai diri sendiri dan orang lain. Pranoto (2024) membahas perkembangan bimbingan dan konseling kelompok dari landasan teoretis hingga penerapan praktis, sedangkan Ilhamuddin et al. (2024) menguraikan tahapan bimbingan kelompok sebagai landasan pelaksanaan layanan yang terstruktur. Prayitno et al. (2017) juga menekankan pentingnya pengelolaan dinamika kelompok dalam mendukung keberhasilan layanan bimbingan dan konseling. Temuan Rusmiyati et al. (2021) mengenai layanan bimbingan dan konseling belajar turut menunjukkan relevansi layanan BK dalam mendukung perkembangan peserta didik. Meskipun demikian, bimbingan kelompok perlu dilaksanakan dengan strategi yang tepat agar partisipasi peserta didik tidak berhenti pada keterlibatan dalam diskusi, tetapi juga mendorong terbentuknya perilaku percaya diri dalam situasi nyata.

Salah satu strategi yang dapat diintegrasikan dalam layanan bimbingan kelompok adalah teknik *reinforcement* atau penguatan. Teknik ini berlandaskan teori pengkondisian operan B. F. Skinner, yang menjelaskan bahwa konsekuensi yang mengikuti suatu perilaku dapat memengaruhi kemungkinan perilaku tersebut muncul kembali (Tarumingkeng, 2025). Dalam pelaksanaannya, *reinforcement* positif diberikan melalui respons yang menyenangkan, seperti pujian, afirmasi, anggukan, atau senyuman, ketika peserta didik menunjukkan perilaku yang diharapkan. Fajriyah (2024) membahas penerapan teknik *reinforcement* dalam konteks perubahan perilaku, sedangkan Sutrisno (2022) mengkaji penerapan teknik tersebut untuk meningkatkan komunikasi efektif dalam layanan konseling kelompok. Penerapan teknik ini dalam bimbingan kelompok memungkinkan peserta didik memperoleh pengakuan atas keberanian menjawab pertanyaan, menyampaikan pendapat, mencoba pengalaman baru, dan terlibat dalam interaksi kelompok. Penguatan yang diberikan secara tepat diharapkan membantu peserta didik mengenali perilaku positif yang telah ditampilkan dan mendorong pengulangnya dalam kesempatan berikutnya. Dengan demikian, perpaduan dinamika kelompok dan teknik *reinforcement* berpotensi menjadi strategi layanan yang terarah untuk membantu peserta didik mengembangkan percaya diri.

Sejumlah penelitian terdahulu telah menunjukkan relevansi pendekatan kelompok dan teknik perilaku dalam pengembangan percaya diri. Sari (2023) melaporkan peningkatan rasa percaya diri setelah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement*. Durrotunnisa (2022) mengkaji penggunaan teknik *reinforcement* positif dalam konseling kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik dari keluarga *broken home*. Sementara itu, Istiqomah et al. (2023) meneliti penggunaan teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama. Wulandari et al. (2024) juga mengkaji peningkatan percaya diri melalui konseling kelompok dengan pendekatan *person-centered*. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa



layanan kelompok dapat dimanfaatkan untuk mendukung perkembangan psikologis peserta didik melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik masalahnya. Namun, penelitian-penelitian tersebut memiliki perbedaan dalam teknik intervensi, karakteristik subjek, dan konteks pelaksanaan layanan. Oleh sebab itu, penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* pada peserta didik kelas X SMA Negeri 3 Mandrehe Utara masih perlu dikaji secara empiris untuk memperoleh gambaran perubahan percaya diri dalam konteks sekolah tersebut.

Kebutuhan penelitian ini didasarkan pada kondisi percaya diri peserta didik kelas X-B SMA Negeri 3 Mandrehe Utara yang masih menunjukkan keraguan dalam menyampaikan pendapat, keengganan melakukan presentasi, dan keterbatasan partisipasi dalam diskusi kelompok. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan teknik *reinforcement* dalam layanan bimbingan kelompok pada konteks peserta didik SMA di wilayah Kabupaten Nias Barat, dengan prosedur intervensi yang mengintegrasikan tahapan bimbingan kelompok—pembentukan, peralihan, kegiatan inti, dan pengakhiran—serta pemberian penguatan terhadap perilaku percaya diri yang menjadi sasaran layanan. Penelitian ini menggunakan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan untuk mengetahui perubahan skor percaya diri peserta didik setelah mengikuti layanan. Berdasarkan permasalahan dan kajian terdahulu tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan percaya diri peserta didik di SMA Negeri 3 Mandrehe Utara. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang layanan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik, sekaligus menambah bukti empiris mengenai penerapan teknik *reinforcement* dalam pengembangan percaya diri melalui layanan bimbingan kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* tipe *one-group pretest-posttest design*, yaitu pengukuran percaya diri sebelum perlakuan (*pretest*), pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement*, dan pengukuran kembali setelah perlakuan (*posttest*) dengan pola O_1-X-O_2 (Ramdani, 2024). Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 3 Mandrehe Utara, Kabupaten Nias Barat, pada April–Juli 2026. Populasi penelitian berjumlah 145 peserta didik kelas X–XII, sedangkan sampel ditentukan melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil skrining awal, kesediaan mengikuti seluruh sesi layanan, dan konsistensi kehadiran. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh 22 peserta didik kelas X-B yang memiliki tingkat percaya diri rendah sebagai subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement*, sedangkan variabel terikatnya adalah percaya diri peserta didik.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Instrumen percaya diri terdiri atas 15 butir yang mengacu pada tujuh indikator, yaitu keyakinan dan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, keberanian mencoba hal baru, penerimaan lingkungan, dan sikap rasional. Instrumen layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* juga terdiri atas 15 butir yang mencakup identifikasi perilaku target, penentuan penguat, pelaksanaan penguatan, serta evaluasi dan tindak lanjut. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment* dengan $r_{\text{tabel}} = 0,349$, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh butir instrumen



dinyatakan valid, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,977 untuk variabel percaya diri dan 0,984 untuk variabel layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement*.

Prosedur penelitian meliputi pemberian *pretest*, pelaksanaan intervensi, dan pemberian *posttest*. Intervensi dilaksanakan melalui empat tahap bimbingan kelompok, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan inti, dan pengakhiran. Pada kegiatan inti, teknik *reinforcement* positif diterapkan melalui penguatan verbal berupa pujian dan afirmasi serta penguatan nonverbal berupa anggukan dan senyuman ketika peserta didik menunjukkan perilaku percaya diri, seperti berani menjawab pertanyaan dan mengemukakan pendapat. Data utama diperoleh dari hasil angket sebelum dan sesudah perlakuan, sedangkan observasi dan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung. Analisis data dilakukan secara deskriptif melalui perhitungan rata-rata, median, standar deviasi, nilai minimum, nilai maksimum, dan kategorisasi tingkat percaya diri. Uji prasyarat meliputi uji normalitas Shapiro–Wilk dan uji linearitas. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *paired-samples t-test* pada taraf signifikansi 5%, dilanjutkan dengan regresi linear sederhana dan koefisien determinasi (R^2) untuk menganalisis hubungan serta proporsi variasi percaya diri yang dapat dijelaskan oleh model. Seluruh analisis statistik dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Bagian ini menyajikan temuan empiris penelitian mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas X-B SMA Negeri 3 Mandrehe Utara. Data disajikan secara berjenjang, dimulai dari karakteristik subjek penelitian, hasil uji deskriptif dan kategorisasi skor, hasil uji kualitas data dan uji prasyarat analisis, hingga hasil uji hipotesis.

Subjek penelitian berjumlah 22 peserta didik kelas X-B yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Karakteristik subjek berdasarkan jenis kelamin, usia, dan agama disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	12	54,5
	Perempuan	10	45,5
Usia	15–16 tahun	22	100,0
Agama	Kristen	21	95,5
	Islam	1	4,5

Merujuk pada Tabel 1, komposisi subjek relatif seimbang antara peserta didik laki-laki dan perempuan, berada pada rentang usia remaja madya, dan mayoritas beragama Kristen. Kondisi ini menunjukkan bahwa kelompok subjek relatif homogen dari segi usia sehingga perbedaan hasil pengukuran percaya diri lebih dapat diatribusikan pada perlakuan yang diberikan dan bukan pada variasi tahap perkembangan.

Uji deskriptif dilakukan untuk memperoleh gambaran pemusatan dan sebaran data variabel percaya diri sebelum dan sesudah pemberian layanan. Ringkasan statistik deskriptif disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Skor Percaya Diri

Statistik	Pre-Test	Post-Test
Mean	30,00	45,00
Median	30,00	45,00

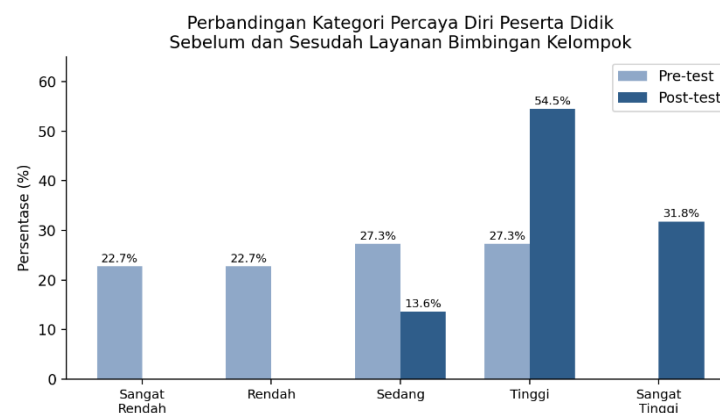
Statistik	Pre-Test	Post-Test
Standar Deviasi	8,536	8,630
Skor Minimum	15	30
Skor Maksimum	45	60
Rentang (Range)	30	30

Kesamaan nilai rata-rata dan median pada kedua pengukuran mengindikasikan bahwa sebaran data cenderung simetris tanpa kecenderungan skor ekstrem yang mendominasi. Perubahan pemusatan data dari pengukuran awal ke pengukuran akhir mengarah pada satu pola yang konsisten, yaitu pergeseran seluruh distribusi ke arah skor yang lebih tinggi, bukan sekadar dipengaruhi oleh sebagian kecil subjek dengan kenaikan yang sangat tajam.

Skor percaya diri dikelompokkan ke dalam lima kategori untuk melihat perubahan struktural pada tingkat individu. Perbandingan proporsi kategori pada kedua waktu pengukuran disajikan pada Tabel 3 dan divisualisasikan pada Gambar 1.

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Percaya Diri Peserta Didik

Kategori	Pre-Test (%)	Post-Test (%)
Sangat Tinggi	0,0	31,8
Tinggi	27,3	54,5
Sedang	27,3	13,6
Rendah	22,7	0,0
Sangat Rendah	22,7	0,0



Gambar 1. Perbandingan Kategori Percaya Diri Sebelum dan Sesudah Layanan Bimbingan Kelompok

Pola pada Tabel 3 dan Gambar 1 menunjukkan pergeseran yang berlawanan arah antara kedua kategori ekstrem. Sebelum layanan diberikan, proporsi peserta didik pada kategori rendah dan sangat rendah masih cukup besar, sementara tidak satu pun peserta didik menempati kategori sangat tinggi. Setelah layanan diberikan, kedua kategori rendah tersebut sepenuhnya kosong, dan proporsi terbesar bergeser ke kategori tinggi dan sangat tinggi. Pola ini menegaskan bahwa perubahan yang terjadi bukan hanya bersifat kuantitatif pada rata-rata skor, melainkan juga bersifat struktural pada distribusi kategori peserta didik secara keseluruhan.

Uji validitas dilakukan dengan mengorelasikan skor tiap butir terhadap skor total (taraf signifikansi 5%, $r_{tabel} = 0,349$). Seluruh 15 butir pada variabel percaya diri (Y) dan 15 butir pada variabel bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* (X) dinyatakan valid, dengan koefisien korelasi item-total bergerak pada rentang 0,837–0,899 untuk variabel Y dan 0,869–



0,925 untuk variabel X. Hasil uji reliabilitas dengan koefisien Cronbach's Alpha disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Percaya Diri (Y)	0,977	Reliabel
Bimbingan Kelompok Teknik Reinforcement (X)	0,984	Reliabel

Pada Tabel 4 kedua nilai koefisien alpha berada jauh di atas batas minimal keandalan instrumen sehingga kedua alat ukur dinyatakan layak digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis pada tahap selanjutnya. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji linearitas sebagai prasyarat penggunaan statistik parametrik. Ringkasan hasil kedua uji disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas dan Uji Linearitas

Pengujian	Statistik Uji	Sig.	Keterangan
Normalitas – Percaya Diri	0,972	0,751	Normal
Normalitas – Bimbingan Kelompok	0,971	0,735	Normal
Linearitas (Deviation from Linearity)	2,141	0,241	Linear

Pada Tabel 5 nilai signifikansi pada seluruh baris pengujian berada di atas 0,05, sehingga data variabel percaya diri dan variabel bimbingan kelompok dinyatakan berdistribusi normal, dan hubungan antara kedua variabel dinyatakan linear. Dengan terpenuhinya kedua asumsi tersebut, analisis regresi linear sederhana dan uji *paired sample t-test* dapat digunakan secara sah pada tahap pengujian hipotesis. Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* terhadap percaya diri peserta didik diuji melalui regresi linear sederhana. Hasil analisis disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model	B	t	Sig.
Konstanta	16,882	6,395	0,000
Bimbingan Kelompok Teknik Reinforcement	0,937	11,054	0,000

Berdasarkan Tabel 6 diperoleh persamaan regresi $Y = 16,882 + 0,937X$, yang berarti setiap peningkatan satu satuan pada layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* secara rata-rata diikuti oleh kenaikan skor percaya diri peserta didik sebesar 0,937 satuan. Nilai signifikansi koefisien regresi berada di bawah 0,05, yang menunjukkan bahwa pengaruh tersebut bersifat nyata secara statistik.

Pengujian hipotesis utama dilakukan dengan *paired sample t-test* untuk membandingkan skor percaya diri sebelum dan sesudah layanan pada subjek yang sama. Selain itu, dihitung pula koefisien korelasi Pearson dan koefisien determinasi (R Square) untuk mengetahui kekuatan hubungan dan besaran kontribusi variabel bebas. Ringkasan ketiga hasil pengujian tersebut disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Ringkasan Hasil Uji Hipotesis

Pengujian	Nilai	Sig.
Mean Difference (Md)	15,000	-
t hitung (df = 21; t tabel = 2,080)	21,447	0,000
Korelasi Pearson (r)	0,927	0,000
Koefisien Determinasi (R Square)	0,859	-

Pada Tabel 7 nilai t hitung yang jauh melampaui t tabel disertai signifikansi di bawah 0,05 menjadi dasar keputusan untuk menolak H_0 dan menerima H_a , yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement*



terhadap peningkatan percaya diri peserta didik. Koefisien korelasi menunjukkan hubungan positif yang sangat kuat antara kedua variabel, sedangkan koefisien determinasi menunjukkan bahwa proporsi variasi percaya diri peserta didik yang mampu dijelaskan oleh layanan tersebut tergolong pada kategori sangat tinggi, dengan sisanya dijelaskan oleh faktor lain di luar model penelitian ini, seperti lingkungan keluarga dan teman sebaya.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor percaya diri peserta didik kelas X-B SMA Negeri 3 Mandrehe Utara setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement*. Rata-rata skor meningkat dari 30,00 pada *pretest* menjadi 45,00 pada *posttest*, dengan selisih 15 poin. Hasil *paired-samples t-test* menunjukkan nilai ($t(21)=21,447$) dengan ($p<0,001$), sehingga terdapat perbedaan skor percaya diri yang signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Temuan ini menjawab tujuan penelitian bahwa pemberian layanan diikuti oleh peningkatan percaya diri peserta didik. Secara substantif, perubahan tersebut menunjukkan bahwa layanan yang diberikan berpotensi membantu peserta didik mengembangkan keberanian dalam berinteraksi dan menyampaikan pendapat. Namun, karena penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, peningkatan tersebut belum dapat sepenuhnya diatribusikan kepada perlakuan sebagai satu-satunya penyebab.

Peningkatan skor rata-rata juga didukung oleh perubahan distribusi kategori percaya diri. Sebelum layanan diberikan, sebanyak 45,4% peserta didik berada pada kategori rendah dan sangat rendah, sedangkan tidak ada peserta didik yang mencapai kategori sangat tinggi. Setelah layanan, tidak ada peserta didik yang berada pada kategori rendah maupun sangat rendah; sebanyak 54,5% berada pada kategori tinggi dan 31,8% pada kategori sangat tinggi. Perubahan ini menunjukkan bahwa peningkatan tidak hanya terlihat pada rata-rata kelompok, tetapi juga pada distribusi tingkat percaya diri peserta didik. Hasil tersebut relevan dengan kajian Marlina et al. (2022) mengenai profil peserta didik dengan kepercayaan diri rendah dan kajian Fataiah et al. (2024) mengenai tingkat percaya diri siswa SMA. Kedua kajian tersebut menegaskan relevansi pengukuran percaya diri pada jenjang pendidikan menengah, meskipun tidak dapat dijadikan bukti langsung bahwa teknik *reinforcement* merupakan penyebab perubahan pada penelitian ini.

Perubahan yang ditemukan dapat dijelaskan melalui penerapan teknik *reinforcement* dalam dinamika bimbingan kelompok. Selama kegiatan, peserta didik memperoleh penguatan verbal berupa pujian dan afirmasi serta penguatan nonverbal berupa anggukan dan senyuman ketika menunjukkan perilaku yang diharapkan, seperti menjawab pertanyaan, mengemukakan pendapat, dan berpartisipasi dalam diskusi. Berdasarkan teori penguatan yang dikemukakan Skinner, konsekuensi positif setelah munculnya perilaku dapat meningkatkan kemungkinan perilaku tersebut diulang (Tarumingkeng, 2025). Dalam konteks layanan ini, penguatan dapat membantu peserta didik mengenali perilaku positif yang telah ditampilkan dan mendorong keberanian untuk kembali melakukannya. Sementara itu, dinamika kelompok menyediakan kesempatan untuk berlatih berkomunikasi dan menerima respons sosial dalam suasana yang terarah. Hal ini sejalan dengan pembahasan Prayitno et al. (2017) tentang pentingnya dinamika kelompok dalam keberhasilan layanan bimbingan dan konseling serta Ilhamuddin et al. (2024) mengenai pelaksanaan tahapan bimbingan kelompok. Dengan demikian, peningkatan percaya diri yang ditemukan dapat dipahami sebagai perubahan yang selaras dengan mekanisme



penguatan perilaku dan kesempatan berinteraksi dalam kelompok, meskipun kontribusi masing-masing mekanisme belum diuji secara terpisah.

Temuan penelitian ini juga memiliki kesesuaian dengan penelitian terdahulu yang menggunakan pendekatan kelompok dan teknik penguatan. Sari (2023) mengkaji layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement* untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, sehingga memiliki keterkaitan langsung dengan variabel yang diteliti. Sutrisno (2022) membahas penerapan teknik *reinforcement* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan komunikasi efektif, yang relevan dengan perilaku menyampaikan pendapat dan berinteraksi selama kegiatan kelompok. Sementara itu, Durrotunnisa (2022) melaporkan penggunaan *reinforcement* positif dalam konseling kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Meskipun konstruk yang dikaji berbeda, penelitian-penelitian tersebut mendukung relevansi penggunaan penguatan dalam layanan kelompok untuk membantu perubahan perilaku. Perbedaan penelitian ini terletak pada fokus peningkatan percaya diri peserta didik kelas X SMA Negeri 3 Mandrehe Utara melalui integrasi teknik *reinforcement* dalam tahapan bimbingan kelompok. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menambah bukti kontekstual mengenai penerapan strategi tersebut, tetapi belum cukup untuk menyimpulkan bahwa teknik ini lebih unggul daripada teknik bimbingan atau konseling lainnya.

Nilai koefisien determinasi sebesar ($R^2=0,859$) menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan menjelaskan 85,9% variasi skor percaya diri berdasarkan hubungan statistik antara variabel yang dianalisis. Nilai tersebut tidak dapat langsung ditafsirkan sebagai bukti bahwa layanan menyebabkan 85,9% peningkatan percaya diri, terutama karena penelitian menggunakan satu kelompok tanpa pembandingan. Interpretasi ini juga perlu mempertimbangkan bahwa layanan diberikan kepada seluruh subjek dalam rangkaian perlakuan yang sama, sehingga pengukuran variabel layanan sebagai prediktor regresi perlu dipastikan memiliki variasi dan dasar pengukuran yang memadai. Selain itu, perubahan skor dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pengalaman peserta didik selama periode penelitian, dukungan teman sebaya, dan lingkungan keluarga, sebagaimana relevan dengan pembahasan faktor eksternal dalam perkembangan percaya diri oleh Macarau dan Stevanus (2022). Dengan demikian, temuan utama penelitian tetap terletak pada adanya perbedaan skor percaya diri yang signifikan setelah layanan diberikan, sedangkan besarnya kontribusi kausal layanan memerlukan pengujian lebih lanjut.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* berpotensi menjadi salah satu alternatif bagi guru bimbingan dan konseling dalam membantu peserta didik mengembangkan percaya diri. Penerapan layanan perlu diarahkan pada perilaku yang spesifik, seperti keberanian mengemukakan pendapat, menjawab pertanyaan, dan berpartisipasi dalam diskusi, disertai penguatan yang tepat dan konsisten. Pelaksanaan yang terstruktur juga perlu disertai evaluasi agar perubahan perilaku dapat diamati, bukan hanya berdasarkan peningkatan skor angket. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan kelompok kontrol, jumlah subjek yang lebih besar, serta pengukuran tindak lanjut untuk menilai keberlanjutan perubahan percaya diri. Langkah tersebut diperlukan agar efektivitas layanan dan daya berlaku temuannya dapat diuji secara lebih kuat pada konteks sekolah yang berbeda.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* menunjukkan peningkatan skor kepercayaan diri peserta didik kelas X-B SMA Negeri 3

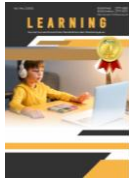


Mandrehe Utara. Rata-rata skor kepercayaan diri meningkat dari 30,00 pada *pretest* menjadi 45,00 pada *posttest*. Hasil uji *paired-samples t-test* menunjukkan nilai ($t=21\{, \}447$) dengan signifikansi ($p<0\{, \}001$), sehingga terdapat perbedaan skor kepercayaan diri yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian layanan. Secara deskriptif, kategori kepercayaan diri peserta didik juga bergeser ke kategori yang lebih tinggi setelah mengikuti layanan.

Hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *reinforcement* berpotensi menjadi alternatif untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, khususnya melalui pemberian penguatan positif dan interaksi kelompok yang mendukung. Namun, karena penelitian menggunakan desain satu kelompok tanpa kelompok kontrol, peningkatan tersebut belum dapat sepenuhnya dikaitkan sebagai akibat langsung dari layanan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih luas, dan pengukuran lanjutan untuk menguji konsistensi serta keberlanjutan perubahan kepercayaan diri peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Fataiah, I. A. A., Suhendri, & Iffah, L. (2024). Tingkat percaya diri siswa kelas X SMA Negeri 5 Semarang. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 107–111. <https://doi.org/10.26539/teraputik.812747>
- Durrotunnisa, H. R. (2022). Konseling kelompok teknik reinforcement positif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa broken home. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 315–323. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i1.1823>
- Fajriyah, L. (2024). Teknik reinforcement dalam menurunkan perilaku agresif pada anak usia dini. *Ashil: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 95–111. <https://doi.org/10.33367/piaud.v4i1.5228>
- Hamama, S., & Kusumaningratri, R. (2024). Strategi meningkatkan rasa percaya diri bagi pemula: Kunci sukses berkomunikasi. *Jurnal IAINU Kebumen*.
- Ilhamuddin, M. F., Suyanto, K. D., Santoso, O., & Fitriani, D. N. (2024). Tahapan bimbingan kelompok: Landasan teoritis dan praktis dalam fasilitasi pengembangan individu dan kelompok. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(1), 107–115. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i1.5967>
- Istiqomah, S., Nurkholidah, E., & Pranowo, T. A. (2023). Efektivitas bimbingan kelompok teknik role playing untuk peningkatan kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 8(1), 138. <https://doi.org/10.29210/30033125000>
- Januariipin, M., & Munasir. (2024). Kepercayaan diri sebagai prediktor prestasi akademik siswa. *KAMALIYAH: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 114–128. <https://doi.org/10.69698/jpai.v2i1.575>
- Kurniawati, F. N. A. (2022). Meninjau permasalahan rendahnya kualitas pendidikan di Indonesia dan solusi. *Academy of Education Journal*, 13(1), 1–13. <https://doi.org/10.47200/aoej.v13i1.765>
- Macarau, V. V. V., & Stevanus, K. (2022). Peran orangtua dalam upaya menumbuhkan rasa percaya diri anak usia dini. *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership*, 3(2), 153–167. <https://e-journal.stak-pesat.ac.id/index.php/edulead/article/view/113>
- Marlina, L., Fatimah, S., & Siddik, R. R. (2022). Profil siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah di SMA Negeri 4 Cimahi. *FOKUS: Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan*, 5(2), 154–161. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i2.8496>



- Nofembri, A., Fitria, L., & Radyuli, P. (2021). Hubungan self disclosure dengan kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat di depan kelas X SMK Negeri 9 Padang. *Jurnal PTI (Pendidikan Teknologi Informasi)*, 8(1), 64–70. <https://doi.org/10.35134/jpti.v8i1.40>
- Nurhuda, H. (2022). Masalah-masalah pendidikan nasional, faktor-faktor dan solusi yang ditawarkan. *Dirasah: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Dasar Islam*, 5(2), 127–137. <https://ejournal.ibi.ac.id/jurdir/article/view/406>
- Pradana, C. R., & Putri, D. S. (2024). Penerapan teori behavioral dengan menggunakan teknik assertive training untuk membangun kepercayaan diri pada remaja. *Edisi XLV*, 9(4), 277–294. <https://ejournal.poltekbangsby.ac.id/index.php/jurnalpenelitian/article/download/1893/1965>
- Pranoto, H. (2024). Evolusi bimbingan dan konseling kelompok: Dari teori ke praktik modern serta integrasi nilai-nilai Islam. PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Prayitno, Afdal, Ifdil, & Ardi, Z. (2017). Layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok yang berhasil: Dasar dan profil. Ghalia Indonesia.
- Rusmiyati, Astutik, C., Yuliana, A. T., & Candra, P. A. (2021). Pengaruh bimbingan dan konseling belajar terhadap prestasi belajar siswa. *SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 63–78. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4946927>
- Sari, O. L. (2023). Efektivitas layanan konseling kelompok teknik positive reinforcement untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 6(2), 109–115. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v6i2.1592>
- Suncaka, E. (2023). Meninjau permasalahan rendahnya kualitas pendidikan di Indonesia. *UNISAN Jurnal: Jurnal Manajemen dan Pendidikan*, 2(3), 36–49. <https://journal.an-nur.ac.id/index.php/unisanjournal/article/view/1234>
- Sutrisno, T. (2022). Penerapan teknik reinforcement dalam upaya meningkatkan komunikasi efektif pada layanan konseling kelompok. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 15–35. <https://doi.org/10.19105/ec.v3i2.6077>
- Tarumingkeng, R. C. (2025). B.F. Skinner dan teori penguatan (reinforcement theory). *RUDYCT-e-Academic-Series*.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- Wulandari, R., Karneli, Y., & Netrawati. (2024). Peningkatan percaya diri korban kekerasan seksual menggunakan layanan konseling kelompok melalui pendekatan person centered. *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(2), 402–409. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i2.228>