



PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PROBLEM SOLVING UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 1 BAWOLATO

Leo Sou Calvin Gulo¹, Justin Foera-Era Lase²,

Hosianna Rodearni Damanik³, Famahato Lase⁴

Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Nias, Indonesia

e-mail: kalvingulo2005@gmail.com, justinfoeraeralase@unias.ac.id,

hosiannar.damanik@unias.ac.id, famahatolase@unias.ac.id

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

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kepercayaan diri peserta didik yang ditunjukkan melalui keengganan bertanya, kepasifan dalam diskusi, rasa minder, dan kecemasan ketika tampil di depan kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap peningkatan kepercayaan diri peserta didik di SMP Negeri 1 Bawolato. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* tipe *one-group pretest-posttest*. Sampel penelitian terdiri atas 30 peserta didik kelas VIII-C yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui angket dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji prasyarat, *paired sample t-test*, serta regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kepercayaan diri meningkat dari 59,13 pada *pretest* menjadi 72,47 pada *posttest*. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai $t = -9,793$ dengan signifikansi $p < 0,001$. Analisis regresi menghasilkan $F = 48,263$ dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,620. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri setelah pemberian layanan serta hubungan yang signifikan antara variabel penelitian. Bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat menjadi alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk mendukung pengembangan kepercayaan diri peserta didik.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Problem Solving, Kepercayaan Diri

ABSTRACT

This study was motivated by students' low self-confidence, as reflected in their reluctance to ask questions, passive participation in discussions, feelings of inferiority, and anxiety when speaking in front of the class. This study aimed to examine the effect of group guidance using the *problem-solving* technique on improving students' self-confidence at SMP Negeri 1 Bawolato. A quantitative approach was employed using a *pre-experimental* one-group *pretest-posttest* design. The sample consisted of 30 eighth-grade students from class VIII-C, selected through *purposive sampling*. Data were collected using a questionnaire and analyzed through descriptive statistics, assumption tests, a *paired-samples t-test*, and simple linear regression. The results showed that the mean self-confidence score increased from 59.13 on the *pretest* to 72.47 on the *posttest*. The *paired-samples t-test* yielded $t = -9.793$, with $p < .001$. Regression analysis produced $F = 48.263$ and a coefficient of determination (R^2) of 0.620. These findings indicate an increase in self-confidence following the intervention and a statistically significant relationship between the study variables. Group guidance using the *problem-solving* technique may serve as an alternative counseling service to support the development of students' self-confidence.

Keywords: Group Guidance, Problem-Solving Technique, Self Confidence



PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada perkembangan pribadi dan sosial peserta didik secara menyeluruh. Salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan selama proses pendidikan adalah kepercayaan diri, karena berkaitan dengan keberanian mengemukakan pendapat, mengambil keputusan, berinteraksi dengan orang lain, dan mengoptimalkan potensi diri. Aisa dan Aziz (2025) menekankan pentingnya pendidikan yang mengembangkan keterampilan dan potensi peserta didik untuk menghadapi berbagai tantangan. Dalam konteks sekolah, kepercayaan diri menjadi modal penting agar peserta didik mampu berpartisipasi aktif dalam pembelajaran dan menjalani hubungan sosial secara positif. Oleh karena itu, pengembangan kepercayaan diri perlu menjadi bagian dari perhatian guru, khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK), melalui layanan yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik.

Namun, kondisi ideal tersebut belum selalu terwujud dalam praktik pendidikan. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung merasa ragu terhadap kemampuannya, takut melakukan kesalahan, enggan menyampaikan pendapat, dan kurang berani berinteraksi dengan teman sebaya. Srijayarni et al. (2024) mengidentifikasi rendahnya kepercayaan diri sebagai persoalan yang dapat memengaruhi keterlibatan peserta didik dalam lingkungan sekolah. Asni dan Asqia (2024) juga menjelaskan bahwa kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat perkembangan sosial anak. Selain itu, Sunardi (2023) menunjukkan pentingnya layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani secara tepat, peserta didik berpotensi mengalami hambatan dalam mengembangkan kemampuan akademik, kemandirian, dan keterampilan sosialnya.

Permasalahan tersebut juga ditemukan berdasarkan observasi awal di SMP Negeri 1 Bawolato. Sebagian peserta didik menunjukkan gejala kepercayaan diri rendah, yang terlihat dari kurangnya keberanian bertanya dan menjawab pertanyaan, rendahnya partisipasi dalam diskusi, kecenderungan merasa minder terhadap kemampuan sendiri, serta kecemasan ketika diminta tampil atau melakukan presentasi di depan kelas. Gejala tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kemampuan yang seharusnya dikembangkan dengan perilaku yang ditampilkan dalam kegiatan pembelajaran. Kondisi ini memerlukan penanganan melalui layanan Bimbingan dan Konseling yang tidak hanya memberikan pemahaman mengenai pentingnya kepercayaan diri, tetapi juga melatih peserta didik menghadapi masalah dan mengambil tindakan secara mandiri. Dengan demikian, diperlukan teknik layanan yang memungkinkan peserta didik belajar melalui pengalaman, interaksi, dan pemecahan masalah secara terarah.

Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah bimbingan kelompok. Layanan ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berinteraksi, bertukar pengalaman, menyampaikan pendapat, serta memperoleh dukungan dari anggota kelompok lainnya. Syarqawi et al. (2022) membahas pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai layanan yang dapat mendukung perkembangan peserta didik melalui proses interaksi kelompok. Suryani dan Kurniawan (2023) juga mengkaji efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Sementara itu, Melinda et al. (2025) menelaah efektivitas layanan konseling kelompok dalam penelitian terkini. Temuan-temuan tersebut menunjukkan relevansi layanan berbasis kelompok dalam mendukung perkembangan peserta didik. Melalui suasana kelompok yang kondusif, peserta



didik berkesempatan melatih komunikasi, mengurangi keraguan ketika berbicara, dan membangun keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi berbagai situasi sosial.

Agar pelaksanaan bimbingan kelompok lebih terarah, diperlukan teknik yang tidak hanya mendorong interaksi, tetapi juga melatih peserta didik mengenali dan menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan kepercayaan diri. Teknik *problem solving* relevan digunakan karena melibatkan proses identifikasi masalah, pengumpulan informasi, penyusunan alternatif solusi, pemilihan tindakan, pelaksanaan rencana, dan evaluasi hasil. Melalui tahapan tersebut, peserta didik diarahkan untuk memahami penyebab kesulitan yang dihadapi dan menentukan langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasinya. Kamilah dan Asni (2024) mengkaji penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan *adversity quotient* pada peserta didik SMP. Ardana et al. (2026) juga meneliti penggunaan teknik tersebut dalam meningkatkan kesadaran diri peserta didik. Meskipun berfokus pada aspek psikologis yang berbeda, penelitian tersebut memberikan landasan bahwa teknik *problem solving* dapat diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok untuk mendukung pengembangan kemampuan personal peserta didik.

Sejumlah penelitian terdahulu secara langsung menunjukkan relevansi teknik *problem solving* terhadap pengembangan kepercayaan diri. Sari et al. (2025) melaporkan peningkatan skor kepercayaan diri siswa kelas X SMK Bina Putra setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Ridho et al. (2026) juga menemukan peningkatan kepercayaan diri siswa SMP setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik yang sama. Selain itu, Benu (2025) membahas penerapan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah menengah kejuruan. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pemecahan masalah dalam suasana kelompok berpotensi membantu peserta didik mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan diri. Penelitian Hananto et al. (2020), yang mengkaji bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dan manajemen diri untuk meningkatkan efikasi diri, turut memberikan dukungan terhadap penggunaan pendekatan pemecahan masalah dalam layanan bimbingan dan konseling. Adapun Hakim et al. (2022) meneliti pembentukan efikasi diri karier melalui bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuannya melakukan tindakan tertentu, sehingga relevan sebagai landasan untuk memahami pengembangan kepercayaan diri, meskipun keduanya bukan konsep yang sepenuhnya sama.

Meskipun penelitian terdahulu telah memberikan bukti awal, masih terdapat ruang untuk memperluas kajian mengenai penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Penelitian Sari et al. (2025) berfokus pada siswa sekolah menengah kejuruan, sedangkan Ridho et al. (2026) melibatkan enam peserta didik SMP. Perbedaan karakteristik subjek dan konteks sekolah membuka peluang untuk menguji penerapan teknik tersebut pada kelompok peserta didik yang lebih besar. Selain itu, penerapan tahapan pemecahan masalah secara terstruktur dalam layanan bimbingan kelompok perlu dijelaskan sebagai proses intervensi yang dapat digunakan untuk membantu peserta didik mengatasi hambatan kepercayaan diri. Dalam konteks ini, penelitian di SMP Negeri 1 Bawolato menjadi penting untuk memberikan bukti empiris pada lingkungan sekolah tersebut. Penelitian ini tidak mengasumsikan bahwa konteks wilayah kepulauan belum pernah diteliti secara luas, tetapi berfokus pada pengujian intervensi dalam konteks lokal yang menjadi lokasi penelitian.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* kepada 30 peserta didik kelas VIII-C SMP Negeri 1 Bawolato yang dipilih



berdasarkan indikasi kepercayaan diri rendah. Pelaksanaan intervensi diarahkan melalui lima tahapan, yaitu identifikasi masalah, pengumpulan informasi, pemilihan alternatif solusi, pelaksanaan rencana tindakan, dan refleksi hasil. Rangkaian tersebut memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengenali hambatan yang dialami, mendiskusikan alternatif penyelesaian, serta mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan. Perubahan kepercayaan diri diukur dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi melalui desain *one-group pretest-posttest*. Dengan pendekatan tersebut, penelitian ini diharapkan memberikan bukti empiris mengenai perubahan kepercayaan diri setelah layanan diberikan sekaligus memperkaya penerapan teknik *problem solving* dalam layanan Bimbingan dan Konseling pada jenjang SMP.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap peningkatan kepercayaan diri peserta didik di SMP Negeri 1 Bawolato. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru BK dalam merancang layanan yang sistematis, sesuai dengan kebutuhan peserta didik, dan berorientasi pada pengembangan kepercayaan diri. Penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang menguji teknik serupa dengan desain yang lebih kuat, kelompok pembanding, dan cakupan subjek yang lebih luas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* tipe *one-group pretest-posttest*. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 1 Bawolato, Kabupaten Nias, Sumatera Utara, pada Maret–Mei 2026. Desain penelitian ini digunakan untuk mengukur perubahan kepercayaan diri peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*.

Populasi penelitian berjumlah 537 peserta didik yang tersebar dalam 18 kelas pada tingkat VII, VIII, dan IX. Sampel penelitian berjumlah 30 peserta didik kelas VIII-C yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel terdiri atas 17 peserta didik laki-laki dan 13 peserta didik perempuan. Pemilihan sampel didasarkan pada kriteria kepercayaan diri peserta didik yang menjadi sasaran layanan bimbingan kelompok.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Likert yang terdiri atas 40 butir pernyataan, yaitu 20 butir mengenai layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dan 20 butir mengenai kepercayaan diri peserta didik. Aspek kepercayaan diri yang diukur meliputi keyakinan terhadap kemampuan diri, kemandirian dalam mengambil keputusan, keberanian mengemukakan pendapat, tanggung jawab, dan optimisme. Pengumpulan data juga didukung oleh observasi dan dokumentasi.

Pelaksanaan penelitian diawali dengan pemberian *pretest* untuk memperoleh skor awal kepercayaan diri peserta didik. Selanjutnya, peserta didik diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* melalui tahapan identifikasi masalah, pengumpulan informasi, pemilihan alternatif penyelesaian, pelaksanaan tindakan, dan refleksi. Setelah layanan diberikan, peserta didik mengikuti *posttest* untuk memperoleh skor kepercayaan diri setelah perlakuan.

Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*, sedangkan uji reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS versi 26. Uji normalitas menggunakan *Shapiro–Wilk*, sedangkan hasil uji homogenitas dilaporkan berdasarkan pengolahan data penelitian. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *paired-samples t-test*. Analisis regresi linear sederhana juga digunakan untuk menguji hubungan antara variabel layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*



dan kepercayaan diri peserta didik. Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk menunjukkan proporsi variasi variabel terikat yang dapat dijelaskan oleh model regresi. Pengujian statistik menggunakan taraf signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Umum Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Bawolato, Kabupaten Nias, Sumatera Utara, pada Maret–Mei 2026. Subjek penelitian berjumlah 30 peserta didik kelas VIII-C yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pemilihan subjek disesuaikan dengan tujuan penelitian, yaitu mengetahui perubahan kepercayaan diri peserta didik setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*.

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum digunakan untuk menganalisis data penelitian, instrumen diuji untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*, sedangkan reliabilitas instrumen diperiksa menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai korelasi butir instrumen berada pada rentang 0,466–0,880, dengan nilai (r) tabel sebesar 0,361.

Tabel 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Komponen	Hasil
Rentang nilai korelasi butir	0,466–0,880
Nilai (r) tabel	0,361
<i>Cronbach's Alpha</i> variabel X	0,919
<i>Cronbach's Alpha</i> variabel Y	0,959

Sumber: Data penelitian, diolah menggunakan SPSS versi 26.

Berdasarkan Tabel 1, seluruh nilai korelasi butir yang dilaporkan berada di atas nilai (r) tabel sebesar 0,361. Nilai *Cronbach's Alpha* variabel X sebesar 0,919 dan variabel Y sebesar 0,959. Hasil tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang tinggi berdasarkan nilai reliabilitas yang diperoleh.

Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi data sebelum analisis lanjutan. Pengujian menggunakan metode *Shapiro–Wilk* karena jumlah subjek penelitian sebanyak 30 peserta didik. Hasil pengujian normalitas disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi (<i>Shapiro–Wilk</i>)	Keterangan
Variabel X	0,719	Normal
Variabel Y	0,224	Normal

Sumber: Data penelitian, diolah menggunakan SPSS versi 26.

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel X sebesar 0,719 dan variabel Y sebesar 0,224. Kedua nilai tersebut lebih besar daripada 0,05. Dengan demikian, berdasarkan hasil pengujian yang dilaporkan, kedua variabel memenuhi kriteria normalitas.

Hasil Analisis Deskriptif Kepercayaan Diri Peserta Didik

Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan perubahan skor kepercayaan diri peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Pengukuran dilakukan terhadap 30 peserta didik menggunakan angket kepercayaan diri. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 3.



Tabel 3. Statistik Deskriptif Kepercayaan Diri Peserta Didik

Statistik	Pretest	Posttest
N	30	30
Minimum	30	48
Maksimum	83	90
Rata-rata	59,13	72,47
Standar deviasi	11,863	11,518

Sumber: Data penelitian, diolah menggunakan SPSS versi 26.

Berdasarkan Tabel 3, rata-rata skor kepercayaan diri peserta didik meningkat dari 59,13 pada *pretest* menjadi 72,47 pada *posttest*. Selisih rata-rata kedua pengukuran tersebut adalah 13,34 poin. Nilai minimum meningkat dari 30 menjadi 48, sedangkan nilai maksimum meningkat dari 83 menjadi 90. Standar deviasi juga berubah dari 11,863 menjadi 11,518. Secara deskriptif, data menunjukkan peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri setelah pemberian layanan.

Hasil Analisis Deskriptif Variabel Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving*

Selain skor kepercayaan diri, naskah penelitian juga melaporkan statistik deskriptif variabel X, yaitu layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Data tersebut disajikan untuk memperlihatkan nilai yang tercatat pada pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan.

Tabel 4. Statistik Deskriptif Variabel X

Statistik	Pengukuran Awal	Pengukuran Akhir
N	30	30
Minimum	40	62
Maksimum	79	94
Rentang	39	32
Rata-rata	58,40	78,10
Standar deviasi	9,069	7,796

Sumber: Data penelitian, diolah menggunakan SPSS versi 26.

Tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata skor variabel X meningkat dari 58,40 menjadi 78,10, dengan selisih 19,70 poin. Nilai minimum meningkat dari 40 menjadi 62 dan nilai maksimum meningkat dari 79 menjadi 94. Standar deviasi menurun dari 9,069 menjadi 7,796. Hasil ini menggambarkan perubahan skor variabel X berdasarkan data yang dilaporkan. Interpretasi lebih lanjut perlu mengacu pada definisi operasional variabel X dan cara pengukurannya dalam instrumen penelitian.

Distribusi Kategori Kepercayaan Diri pada *Posttest*

Untuk melengkapi analisis berdasarkan nilai rata-rata, skor *posttest* juga dikelompokkan ke dalam kategori tingkat kepercayaan diri. Pengelompokan ini memberikan gambaran mengenai sebaran peserta didik setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Distribusi kategori yang tersedia dalam naskah disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Kategori Kepercayaan Diri Peserta Didik pada *Posttest*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat tinggi	10	33,33%
Tinggi	16	53,33%
Sedang	4	13,33%
Rendah	0	0,00%
Total	30	100,00%

Sumber: Data penelitian.



Berdasarkan Tabel 5, sebanyak 16 peserta didik (53,33%) berada pada kategori kepercayaan diri tinggi dan 10 peserta didik (33,33%) berada pada kategori sangat tinggi. Sementara itu, 4 peserta didik (13,33%) berada pada kategori sedang dan tidak terdapat peserta didik dalam kategori rendah. Dengan demikian, distribusi *posttest* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik berada pada kategori kepercayaan diri tinggi dan sangat tinggi setelah perlakuan. Data kategori *pretest* tidak disajikan pada tabel ini karena distribusi awal berdasarkan kategori belum tercantum dalam data yang tersedia.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan. Naskah melaporkan hasil uji *paired-samples t-test* dengan nilai ($t=-9,793$) dan signifikansi 0,000. Hasil pengujian tersebut disajikan pada Tabel 6 sesuai angka yang tercantum dalam naskah.

Tabel 6. Hasil Uji *Paired-Samples t-Test*

Komponen	Hasil
Nilai (t)	-9,793
Signifikansi	0,000
Taraf signifikansi	0,05

Sumber: Data penelitian, diolah menggunakan SPSS versi 26.

Nilai signifikansi yang tercantum sebesar 0,000 dituliskan sebagai ($p<0,001$), bukan sebagai probabilitas yang benar-benar bernilai nol. Berdasarkan angka uji yang dilaporkan, hasilnya menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik pada pasangan skor yang diuji. Namun, penetapan bahwa hasil tersebut secara khusus menunjukkan perbedaan skor kepercayaan diri perlu mengikuti variabel yang benar-benar dimasukkan dalam pengujian.

Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana dilaporkan untuk menguji hubungan statistik antara variabel X dan variabel Y. Hasil analisis mencakup koefisien regresi, koefisien korelasi, koefisien determinasi, dan nilai uji F. Ringkasan hasil yang tercantum dalam naskah disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Komponen	Hasil
Konstanta	49,830
Koefisien regresi variabel X	0,435
Koefisien korelasi (R)	0,787
Koefisien determinasi (R^2)	0,620
<i>Adjusted R Square</i>	0,607
Nilai F	48,263
Signifikansi	0,000

Sumber: Data penelitian, diolah menggunakan SPSS versi 26.

Berdasarkan Tabel 7, model regresi memiliki koefisien regresi sebesar 0,435 dan koefisien determinasi sebesar 0,620. Nilai tersebut menunjukkan bahwa model dapat menjelaskan 62,0% variasi pada variabel terikat yang digunakan dalam analisis, sedangkan 38,0% sisanya tidak dijelaskan oleh model. Nilai F sebesar 48,263 dengan signifikansi 0,000 menunjukkan bahwa model regresi signifikan secara statistik pada taraf 0,05. Interpretasi hasil ini dibatasi pada hubungan statistik antarvariabel yang dianalisis dan tidak dengan sendirinya membuktikan hubungan sebab-akibat.



Secara keseluruhan, analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor kepercayaan diri meningkat dari 59,13 pada *pretest* menjadi 72,47 pada *posttest*. Distribusi kategori *posttest* juga memperlihatkan bahwa mayoritas peserta didik berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Hasil uji inferensial dan regresi dilaporkan signifikan dalam naskah, dengan interpretasi yang harus tetap mengacu pada variabel dan skor yang benar-benar dianalisis.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri peserta didik setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Rata-rata skor meningkat dari 59,13 pada *pretest* menjadi 72,47 pada *posttest*, dengan selisih 13,34 poin. Perubahan ini menunjukkan bahwa setelah mengikuti layanan, peserta didik memperoleh skor kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan sebelum perlakuan. Temuan tersebut sejalan dengan Srijayarni et al. (2024) dan Suryani dan Kurniawan (2023), yang membahas peran layanan bimbingan dalam mendukung perkembangan peserta didik. Dalam konteks penelitian ini, peningkatan skor memberikan indikasi bahwa layanan yang diberikan berpotensi mendukung perkembangan kepercayaan diri, meskipun desain tanpa kelompok kontrol belum dapat memastikan bahwa perubahan tersebut sepenuhnya disebabkan oleh perlakuan.

Perubahan skor rata-rata tersebut diperkuat oleh distribusi kategori *posttest*. Sebanyak 53,33% peserta didik berada pada kategori tinggi dan 33,33% berada pada kategori sangat tinggi. Sementara itu, 13,33% berada pada kategori sedang dan tidak ada peserta didik yang berada pada kategori rendah. Distribusi ini memperlihatkan bahwa pada akhir penelitian sebagian besar peserta didik memiliki skor kepercayaan diri dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. Temuan tersebut relevan dengan pembahasan Sunardi (2023) mengenai upaya meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Namun, karena data distribusi kategori *pretest* tidak tersedia dalam hasil yang disajikan, perubahan jumlah peserta didik pada setiap kategori belum dapat dibandingkan secara langsung.

Secara konseptual, bimbingan kelompok menyediakan ruang bagi peserta didik untuk berinteraksi, menyampaikan pendapat, mendengarkan pengalaman teman, dan belajar menghadapi persoalan bersama. Dalam pelaksanaannya, teknik *problem solving* mengarahkan peserta didik untuk mengenali masalah, mengumpulkan informasi, mempertimbangkan alternatif penyelesaian, menentukan tindakan, dan melakukan refleksi. Rangkaian kegiatan tersebut memberi kesempatan kepada peserta didik untuk berlatih mengemukakan gagasan serta mengambil keputusan secara lebih terarah. Kegiatan kelompok juga dapat menjadi konteks latihan sosial bagi peserta didik yang masih ragu menyampaikan pendapat. Penjelasan ini selaras dengan pembahasan Syarqawi et al. (2022) tentang pelaksanaan bimbingan kelompok dan dengan Aisa dan Aziz (2025) serta Asni dan Asqia (2024) yang tercantum dalam daftar pustaka terkait layanan bimbingan dan perkembangan peserta didik.

Hasil pengujian statistik dalam naskah menunjukkan nilai signifikansi di bawah 0,05. Hasil regresi juga melaporkan koefisien determinasi sebesar 0,620, yang berarti model menjelaskan 62,0% variasi pada variabel terikat yang dianalisis. Angka tersebut menunjukkan daya jelas model secara statistik, tetapi tidak dapat langsung ditafsirkan sebagai bukti bahwa teknik *problem solving* menyebabkan 62,0% peningkatan kepercayaan diri. Interpretasi ini perlu memperhatikan desain penelitian yang hanya melibatkan satu kelompok serta kesesuaian skor dan variabel yang dimasukkan dalam pengujian. Oleh karena itu, hasil statistik sebaiknya dipahami sebagai temuan yang mendukung adanya perubahan skor dan hubungan statistik dalam data penelitian, bukan sebagai bukti kausalitas yang mutlak.



Secara praktis, temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif layanan untuk membantu peserta didik berlatih mengungkapkan pendapat, menyelesaikan masalah, dan mengambil keputusan. Guru bimbingan dan konseling dapat mengarahkan kegiatan kelompok pada masalah yang dekat dengan pengalaman peserta didik agar mereka memperoleh kesempatan berpartisipasi secara aktif. Meski demikian, evaluasi layanan perlu dilakukan secara berkelanjutan, terutama untuk mengetahui apakah perubahan skor dapat dipertahankan dan tercermin dalam perilaku sehari-hari di sekolah. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan kelompok pembanding dan pengukuran lanjutan agar perubahan kepercayaan diri dapat dianalisis dengan dasar yang lebih kuat.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* diikuti oleh peningkatan kepercayaan diri peserta didik SMP Negeri 1 Bawolato. Setelah mengikuti layanan, sebagian besar peserta didik berada pada kategori kepercayaan diri tinggi dan sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* berpotensi membantu peserta didik mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan diri, keberanian mengemukakan pendapat, kemandirian dalam mengambil keputusan, dan sikap optimis.

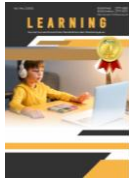
Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat dijadikan salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk mendukung pengembangan kepercayaan diri peserta didik. Namun, karena penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol, peningkatan yang ditemukan belum dapat dipastikan sepenuhnya sebagai akibat dari perlakuan. Penelitian selanjutnya perlu menggunakan kelompok pembanding untuk memperoleh bukti yang lebih kuat mengenai pengaruh layanan terhadap kepercayaan diri peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisa, A., & Aziz, M. T. (2025). Transformasi pendidikan holistik upaya mengembangkan keterampilan abad 21 untuk menghadapi tantangan era digital. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Pendidikan*, 4(1), 423–435. <https://doi.org/10.55606/jurripen.v4i1.4738>
- Ardana, C., Setyowati, A., Wahyudi, A., & Naini, R. (2026). Efektivitas bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk meningkatkan self-awareness pada siswa MTs Muhammadiyah Karangajen. *10(1)*, 94–102. <https://doi.org/10.30653/001.2026101.650>
- Asni, A., & Asqia, N. (2024). Analisis penyebab perilaku kurang percaya diri terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *Kumaracitta: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 48–60. <https://doi.org/10.63577/kum.v2i01.89>
- Benu, M. M. (2025). Penerapan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan percaya diri siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling: Kajian dan Aplikasi*. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jbk/article/view/5286>
- Hakim, A. A., Supriyanto, A., Suprihatin, B., & Hendiani, N. (2022). Establishment of career self-efficacy capabilities through group guidance with problem-solving techniques. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 8(2), 185–193. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v8i2.6757>



- Hananto, I., Wibowo, M. E., & Wagimin. (2020). The effectiveness of group guidance with problem solving and self-management techniques to improve self-efficacy. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 85–90. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/1644809>
- Hasibuan, T. S., Deliati, D., & Harahap, M. F. (2025). Penerapan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan problem solving melalui media kantong misteri untuk meningkatkan keterampilan berbicara siswa kelas X TKJ di SMK Negeri 4 Medan. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(2), 1–11. <https://doi.org/10.56832/edu.v5i2.983>
- Kamilah, S., & Asni. (2024). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan adversity quotient pada siswa sekolah menengah pertama (SMP). 8(2), 1233–1242. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5015>
- Kartika, Y. D., & Siregar, A. (2023). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik brainstorming untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas X SMA di Kota Kisaran. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(2), 348–358. <https://doi.org/10.37329/cetta.v6i2.2510>
- Lusiana, M., Lisa, C., & Wati, S. (2024). Bunda Hati Kudus Grogol Jakarta Barat. 22(1), 28–39. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v22i1.5568>
- Melinda, E. Y., Arisyah, Z. T., Elya, R. A., Sari, I. P., Pernando, N. T., & Dewi, R. S. (2025). Efektivitas layanan konseling kelompok dalam penelitian terkini (2020–2025). *SOSIAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS*, 3(2), 11–45. <https://doi.org/10.62383/sosial.v3i2.719>
- Monika, I., Suhaemi, K., & Kosasih, I. (2025). Layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siswa MTs Negeri 1 Kota Serang. *Indonesian Journal of Educational Counseling*. <https://doi.org/10.30653/001.202591.472>
- Putri, J. J. A. (2024). Efektivitas bimbingan kelompok teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy karir siswa kelas XII-SCI SMAN 1 Krian. 14, 113–117. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/63231>
- Ridho, A., Rahmawati, W. K., & Fauziah, N. (2026). Efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan percaya diri siswa. *Educatio*, 21(1), 190–196. <https://doi.org/10.29408/edc.v21i1.32166>
- Sari, S. A., Suherman, M. M., & Pahlevi, R. (2025). Bimbingan kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMK Bina Putra. 8(3), 396–402. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/23617>
- Srijayarni, E., Pandang, A., & Latif, S. (2024). Problematik kepercayaan diri rendah siswa dan penanganan: Studi kasus pada siswa di sekolah menengah atas di Kabupaten Pangkep. *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 4(2), 162–176. <https://journal.unm.ac.id/index.php/PJAHSS/article/view/1537>
- Sunardi, D. (2023). Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII-C SMP Negeri 1 Gregeg Kabupaten Cirebon tahun pelajaran 2023/2024. *Edulead: Journal of Education Management*, 5(2), 22–30. <https://doi.org/10.47453/edulead.v5i2.1620>
- Suryani, A. D., & Kurniawan, D. E. (2023). Efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. 7(1), 122–130. <https://doi.org/10.30653/001.202371.258>



- Syarqawi, A., Abdillah, C. A., Rambe, F. H., Harahap, J. S., & Nasution, K. R. (2022). Pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di Desa Stabat Lama. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4, 1349–1358. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/5722>