



## EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK DI KABUPATEN JOMBANG

Asfiah Febriani<sup>1</sup>, Wikan Galuh Widyarto<sup>2</sup>

Universitas Islam Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

[Asfiahfebriani1@gmail.com](mailto:Asfiahfebriani1@gmail.com), [wikan.galuh@uinsatu.ac.id](mailto:wikan.galuh@uinsatu.ac.id)

**Abstract:** *This study aims to determine the level of self-confidence and to find out how effective the group's homeroom guidance technique is to increase children's self-confidence in Karobeli village, Mojoagung sub-district, Jombang district. In this study using quantitative methods with a one group pretest post-test research design by comparing the values of the self-confidence questionnaire pre-test before being given treatment with the post-test values of the self-confidence questionnaire after receiving treatment. The sample in this study was determined by purposive sampling technique, namely considering the criteria. The population in this study were children in Karoembel village, Jombang district, aged 10-11 years, namely 30 children, with a sample of 7 children. The data analysis technique used is validity test, reliability test, normality test and hypothesis test. The research results show that: 1) The results of hypothesis testing using the Paired T test have a value of Sig (2-tailed) 0.000 < 0.05 so that it shows that there are differences in the initial and final variables. 2) the application of the homeroom technique can increase the self-confidence of children aged 10-11 years in Karoembel village, Jombang district, seen from the results of the pre-test and post-test questionnaires. 3) the criteria for increasing self-confidence are included in the high category so that the homeroom technique is effectively used to increase selfconfidence. 4) the level of self confidence of children aged 10-11 years, which was originally in the low categor, rose to the high category. This is based on the posttest results which have increased.*

**Keywords:** *Homeroom Techniques, self-confidence, children*

### Abstrak:

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri dan mengetahui seberapa efektifitasnya bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan kepercayaan diri anak di desa Karobelah kecamatan Mojoagung kabupaten Jombang. Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *one group pre-test post-test* dengan membandingkan nilai angket *pre-test* kepercayaan diri sebelum diberikan *tratment* dengan nilai

*post-test* angket kepercayaan diri setelah mendapatkan treatment. Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu mempertimbangkan kriteria tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah anak di desa Karobelah kabupaten Jombang yang berusia 10-11 tahun yaitu berjumlah 30 anak, sampel berjumlah 7 anak. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas dan uji hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1). Hasil uji hipotesis menggunakan uji *paired T test* bernilai Sig (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  sehingga menunjukkan terdapat perbedaan variabel awal dan variabel akhir. 2) penerapan teknik *homeroom* dapat meningkatkan kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun di desa Karobelah kabupaten Jombang, dilihat dari hasil angket *pre-test* dan *post-test*. 3) kriteria peningkatan kepercayaan diri termasuk pada kategori tinggi sehingga teknik *homeroom* efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri. 4) tingkat kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun yang semula pada kategori rendah, naik menjadi kategori tinggi. Hal ini berdasarkan pada nilai posttest yang mengalami peningkatan.

Kata kunci : *Teknik Homeroom, kepercayaan diri, anak*

## **A. Pendahuluan**

Pendidikan sebagai suatu usaha yang dilakukan oleh pemerintah dengan melalui kegiatan bimbingan, pengajaran dan suatu pelatihan dalam bentuk pendidikan formal maupun nonformal<sup>1</sup>. Tujuan dari adanya pendidikan yaitu untuk mempersiapkan diri sehingga mampu hidup berdampingan dalam masyarakat, mengembangkan dan meningkatkan kualitas hidup. Dalam kehidupan, manusia merupakan makhluk sosial, yang artinya saling berpengaruh dan membutuhkan satu dengan lainnya. Sehingga perlu adanya interaksi yang baik antar setiap individu. Dalam interaksi sosial tentunya memerlukan adanya kepercayaan diri yang tinggi dari setiap individu.

Kepercayaan diri merupakan sikap yang percaya dengan kekuatan yang dimilikinya untuk mencapai suatu keberhasilan. Sehingga akan tidak mudah terpengaruh dengan orang lain dan bisa bertindak dengan optimis dan penuh keberanian. Kepercayaan diri adalah keyakinan dari kemampuan, keterampilan dan kekuatan dirinya dalam mencapai suatu kesuksesan. Menurut Kadek Suhardita<sup>2</sup>, Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam diri berupa emosi, rohani dan tingkah laku yang berasal dalam nurani individu sebagai pemenuhan kebutuhan hidup

---

<sup>1</sup> Asmaun Sahla, *Mewujudkan Budaya Religius Di Sekolah* (Malang: UIN Maliki Press, 2010), p. 35.

<sup>2</sup> Kadek Suhardita, 'Efektivitas Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa', *Jurnal ABMAS*, Vol.1 (2011), 11.

sehingga akan lebih bermakna. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan cenderung penilaian positif terhadap diri sendiri, lingkungan dan kondisi yang dialaminya.

Dilansir dari liputan 6.com menyatakan tingkat kepercayaan diri di Indonesia tergolong rendah. Hal ini didasarkan pada kajian yang dipaparkan oleh Kementerian Perbedayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA), 56% anak di Indonesia yang didominasi anak perempuan sedang mengalami krisis kepercayaan diri. Sekolah dasar merupakan tingkat untuk dididik dari pada masa sebelum dan sesudahnya<sup>3</sup>. Kurangnya pendidikan yang dimulai dari usia 7 sampai 12 tahun. Masa sekolah dasar merupakan masa keserasian bersekolah. Dimana masa ini anak-anak cenderung lebih mudah kepercayaan diri pada anak sekolah dasar akan menimbulkan kesulitan dalam bersosialisasi. Maka sangat penting untuk mengajarkan pentingnya kepercayaan diri sejak kecil. Sehingga anak mampu menerapkannya dalam kegiatan sekolah maupun dalam lingkungan masyarakat.

Fenomena yang terjadi disebagian anak di desa Karobelah ini yaitu kondisi kepercayaan diri setiap anak dalam tingkat yang berbeda. Hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 25 Agustus 2022, gejala yang ada di desa Karobelah diantaranya anak merasa canggung saat berinteraksi dengan orang baru. Selain itu anak juga cenderung hanya berinteraksi dengan kelompok atau orang yang dirasa memiliki kesamaan. Banyak anak yang lebih memilih untuk diam dan tidak bergabung saat teman lainnya bermain. Anak juga cenderung masih ragu-ragu ketika akan melakukan sesuatu yang diinginkan. Hasil observasi ini diketahui beberapa aspek dalam kepercayaan diri belum dimiliki oleh anak-anak yaitu sikap keyakinan terhadap kemampuan dalam dirinya dan kurang memiliki sikap optimis. Sehingga berdampak pada sikap dan perilaku anak yang menjadi canggung dan kurang bisa berbaur dengan orang lain.

Kepercayaan diri merupakan suatu hal yang penting dalam kegiatan bersosial. Oleh sebab itu dengan menghilangkan perasaan cemas dan takut akibat kepercayaan diri rendah akan menumbuhkan keberhagaan diri. Individu juga akan lebih merasa bisa karena ia dapat menegnetukan keputusan dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Sehingga

---

<sup>3</sup> Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja Cetakan 7* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2006), p. 4.

dengan kepercayaan diri yang baik, dapat lebih cenderung mampu bersosial sehingga ia akan lebih banyak memiliki teman yang akan membuat individu lebih termotivasi dan memiliki pemikiran yang lebih positif yang akan berdampak pada kemajuan dan perkembangan individu.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan di desa Karobelah pada tanggal 25 Agustus 2022 yang diikuti oleh 10 anak dan dilaksanakan di rumah peneliti, ditemui banyak anak merasa canggung saat berinteraksi, cenderung hanya berinteraksi dengan kelompok atau orang yang dirasa memiliki kesamaan, lebih memilih untuk diam saat teman lainnya bermain dan cenderung masih ragu-ragu ketika akan melakukan sesuatu yang diinginkan. Padahal dalam bersosial kepercayaan diri sangat diperlukan yang akan berdampak pada potensi dan pengambilan keputusan. Dari penjelasan di atas, maka peneliti menilai bahwa teknik *homeroom* cocok digunakan sebagai *treatment* untuk meningkatkan kepercayaan diri anak di desa Karobelah.

Hal yang menjadi alasan peneliti memilih teknik *homeroom* yaitu dimana teknik *homeroom* menciptakan suasana kekeluargaan yang menyenangkan sehingga akan lebih memudahkan responden dalam mengungkapkan pendapat maupun permasalahannya. Maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa efektivitasnya teknik *homeroom* dalam meningkatkan kepercayaan diri anak di desa Karobelah. Manfaat yang diinginkan dalam penelitian ini yaitu anak mampu meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu juga bermanfaat untuk para peneliti, konselor maupun pembimbing sebagai bahan evaluasi dan acuan ketika akan melakukan kegiatan di masa mendatang.

Penelitian ini pernah dilakukan oleh beberapa peneliti lain sebelumnya. Namun yang menjadi perbedaan dalam penelitian ini merupakan responden yang masih pada tingkat sekolah dasar. Sedangkan peneliti sebelumnya cenderung meneliti pada responden tingkat SMP maupun SMA. Hal ini menjadikan peneliti semakin tertarik untuk mengambil judul ini sehingga akan bermanfaat bagi peneliti, para guru dan anak-anak sekolah dasar yang bisa digunakan untuk mempersiapkan diri menuju ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Selain itu penelitian ini juga berfokus bagaimana anak mampu mengemukakan pendapat dan berani berbicara di depan ataupun tempat umum.

## **B. Konseptual / Teori**

Menurut Lauster, kepercayaan diri seorang individu dapat diperoleh dari kejadian masa lalu dalam hidupnya, dimana di dalamnya terdapat aspek kepribadian yang berbentuk keyakinan dalam kemampuan diri individu sehingga cenderung kurang mudah terpengaruh oleh orang lain<sup>4</sup>. Selain itu individu dapat berbuat atas kehendaknya, serta optimis dan bertanggung jawab atas keputusannya. Kepercayaan diri bukan suatu sifat yang diturunkan (bawaan), sehingga kepercayaan diri dapat dilatih dan bisa berubah sewaktu-waktu. Menurut Pearce menyatakan bahwa kepercayaan diri berasal dari suatu tindakan, kegiatan dan usaha yang dilakukan oleh manusia<sup>5</sup>. Hal ini juga di perkuat dengan pendapat dari Hakim bahwa kepercayaan diri adalah bentuk keyakinan terhadap kelebihan yang dimiliki dan mampu mencapai tujuan hidup dengan melalui usaha<sup>6</sup>. Sehingga dalam hal ini maka kepercayaan diri bukan suatu sifat yang dapat diturunkan. Kepercayaan diri sendiri bisa didapatkan melalui usaha yang dilakukan individu. Beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap meyakini kemampuan yang dimiliki dengan optimis dan bertanggung jawab.

Menurut Lauser dalam Sungkar dan Partini<sup>7</sup> menyatakan bahwa ada beberapa aspek seseorang dikatakan memiliki kepercayaan diri yang positif diantaranya yaitu: (a) Keyakinan akan kemampuan yang ada dalam dirinya, dimana seseorang memahami dengan baik tentang apa yang dilakukannya. Keyakinan akan kemampuan dalam diri terdapat dua sisi positif yaitu setiap perubahan mampu dihadapi dengan tenang dan mampu mengambil peluang dengan penuh rasa percaya diri<sup>8</sup>. (b) Optimis, dimana individu yang memiliki pandangan yang baik ketika menghadapi segala sesuatu baik tentang dirinya, harapan dan kemampuan. Dimana orang yang selalu berfikir positif, tidak gegabah dalam mengambil keputusan ataupun kesimpulan. Karena individu tersebut akan mengambil kesimpulan dengan terlebih dahulu memahami dan mempertimbangkannya<sup>11</sup>. (c) Objektif, dimana individu yang memiliki kepercayaan diri akan memandang suatu hal atau permasalahan dengan fakta bukan menurut pribadinya. Dimana individu mampu mengandalkan

---

<sup>4</sup> Muhammad nur dan Riswati Ghufroon, *Teori-Teori Psikologi* (Jakarta: Ar-Ruzz Media Grafindo, 2011), p. 36.

<sup>5</sup> Aprianti Yofita Rahayu, *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita* (Jakarta: PT Indeks, 2013), p. 63.

<sup>6</sup> Rahayu, p. 64.

<sup>7</sup> Kurnia Yasmin Nisa, '*Hubungan Kecerdasan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasantri Mabna Ummu Salamah*' (UIN Malang, 2017), p. 55.

<sup>8</sup> Nisa, p. 56.

diri sendiri tanpa menggantungkan diri pada orang lain<sup>9</sup>.(d) Bertanggung jawab, dimana individu bisa menerima segala konsekuensi dari segala yang dilakukannya. Individu yang memiliki rasa tanggung jawab kepada orang lain, maka akan terjalin hubungan yang tampil, maju dan mampu memberikan kesejahteraan bagi dirinya maupun orang disekitarnya<sup>10</sup>. (e) Rasional dan realistis, dimana individu mampu menganalisis suatu kejadian, permasalahan dan apa yang dihadapinya dengan pemikiran yang bisa diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan yang ada. Dimana rasa percaya diri harus diselaraskan dengan kenyataan sehingga tidak memunculkan sikap negatif yang bisa merugikan dirinya<sup>11</sup>.

Faktor yang berpotensi mempengaruhi kepercayaan diri menurut Lauser dalam Partini<sup>12</sup> diantaranya yaitu : 1) Konsep Diri, Konsep diri dapat berkembang melalui pergaulan dalam suatu kelompok. Konsep diri adalah suatu gagasan tentang apa yang ada dalam dirinya sendiri. Menurut Martalina<sup>13</sup>, konsep diri yaitu sesuatu yang ada dalam manusia dan berpengaruh besar kepada perilaku yang dimiliki oleh manusia. Individu yang memiliki konsep diri rendah, berpotensi merasa rendah diri, sedangkan seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan cenderung memiliki konsep diri yang positif. 2) Harga Diri, harga diri merupakan penilaian terhadap diri sendiri. Individu ketika memiliki harga diri tinggi cenderung menilai dirinya dengan benar dan rasional sehingga ia akan lebih mudah berhubungan dengan individu lainnya. 3) Pengalaman, pengalaman hidup yang kurang mengenakan atau mengecewakan sering kali membuat munculnya perasaan rendah diri dalam individu. Selain itu rasa kurang aman, perhatian dan kurang kasih sayang menjadi salah satu indikator kekecewaan dalam hidup seseorang<sup>14</sup>. 4) Pendidikan, Menurut Anthony menyatakan bahwa pendidikan merupakan salah satu yang mempengaruhi kepercayaan diri dalam individu<sup>15</sup>. Dimana tingkat pendidikan rendah akan berpotensi menjadikan individu merasa terbawah dari orang lain yang memiliki tingkat pendidikan tinggi. Sebaliknya jika individu memiliki pendidikan tinggi akan cenderung lebih

---

<sup>9</sup> W Widarsono, *Sukses Membangun Rasa Percaya Diri* (Jakarta: Grasindo, 2005), p. 6.

<sup>10</sup> Muhammad Najati, *Psikologi Dalam Tinjauan Hadist Nabi* (Jakarta: Mustaqim, 2000), p. 372.

<sup>11</sup> D Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005), p. 108.

<sup>12</sup> Siti Partini, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta, 2015), p. 94.

<sup>13</sup> Partini, p. 96.

<sup>14</sup> Moh Ridwan, 'Terapi Menulis Dalam Meningkatkan Self Confidence Seorang Mahasiswi' (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018).

<sup>15</sup> Anthony, *Membangun Kepercayaan Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 1992), p. 95.

mandiri, tidak bergantung dan memenuhi kebutuhan hidup dengan penuh percaya diri dan memperhatikan situasi yang ada.

Bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk memberikan informasi, pengetahuan yang bersifat pencegahan. Dalam bimbingan kelompok terdapat beberapa teknik diantaranya yaitu teknik *homeroom*. *Homeroom* merupakan suatu teknik untuk mengadakan pertemuan oleh suatu kelompok dalam suasana kekeluargaan<sup>16</sup>. Menurut Nana Sukmadinata dalam romlah menjelaskan bahwa teknik *homeroom* adalah suatu bimbingan dengan cara menciptakan situasi yang bersifat kekeluargaan yang akan membangun kenyamanan dari peserta<sup>17</sup>. Sedangkan menurut Nursalim *homeroom* adalah aktivitas dalam bimbingan kelompok yang dilaksanakan di suatu ruang atau luar ruangan untuk membicarakan beberapa hal atau suatu masalah<sup>18</sup>. Jadi dapat disimpulkan, teknik *homeroom* merupakan suatu teknik dengan menciptakan suasa kekeluargaan yang akan membuat para peserta lebih nyaman dan aman dalam mengutarakan atau melakukan tindakan. Pelaksanaan teknik ini bisa dilakukan di dalam ruangan maupun di luar ruangan.

Dalam teknik *homeroom* ini ada beberapa yang menjadi ciri khas diantaranya yaitu: (1) bersifat kekeluargaan (2) bersifat terbuka (3) bebas dan menyenangkan (4) dilakukan dengan suatu kelompok<sup>19</sup>. Dari beberapa ciri khas tersebut maka dalam teknik *homeroom* ini bertujuan untuk kelompok atau peserta menjadi nyaman sehingga ia akan mampu memahami apa yang dibicarakan sehingga peserta akan mampu berpartisipasi dan mengembangkan sikap yang lebih positif. Menurut Nursalim<sup>20</sup> dalam pelaksanaannya teknik *homeroom*, melalui beberapa cara yaitu: (1) Konselor/guru menyiapkan tempat yang diperlukan dengan dilengkapi sarana dan prasarana (2) Mengumpulkan peserta dengan jumlah yang sudah ditentukan (3) Konselor/guru menjelaskan tujuan dari dilaksanakannya teknik *homeroom* ini (4)Melakukan dialog terbuka dengan peserta (5) Menyimpulkan hasil kegiatan

---

<sup>16</sup> Tatik Romlah, *Teori & Praktek Bimbingan Kelompok* (Malang: UIN Malang, 2006), p. 78.

<sup>17</sup> Romlah, p. 80.

<sup>18</sup> Nursalim, *Layanan Bimbingan Dan Konseling* (Surabaya: Unesa University Press, 2002).

<sup>19</sup> Dara Garinda Sastama, 'Keefektifan Homeroom Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri', *Jurnal Consilium*, Vol.5 (2017), 15.

<sup>20</sup> Nursalim.

### C. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di desa karobelah kabupaten Jombang. Subjek dalam penelitian ini merupakan anak usia 10-11 tahun di desa Karobelah kabupaten Jombang yang memiliki kepercayaan diri rendah. Peneliti ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dimana berawal dari kerangka teori, gagasan para ahli dan pemahaman dimana permasalahan yang diteliti diukur dengan menggunakan angka. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif menganalisa dengan data numerik, kemudian dianalisis dengan metode statistik yang disesuaikan<sup>21</sup>. Penelitian kuantitatif untuk meneliti seberapa besar pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen. Jenis penelitian yang dipakai peneliti adalah penelitian kuantitatif *Pre Eksperiment* dan desain penelitiannya yaitu *One Group Pretest Posttes Design*. Pada desain ini, hasil *treatment* dapat dilihat lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum perlakuan<sup>22</sup>. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket kepercayaan dan buku pedoman yang sudah dibuat oleh peneliti. Sedangkan sumber data dala penelitian ini berasal dari hasil angket yang diperoleh yang didukung dengan dokumentasi kegiatan selama penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji Ngain Score untuk mengetahui tingkat keefektivan dai suatu penelitian.

### D. Hasil dan Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil perhitungan data angket kepercayaan diri, penelitian ini menggunakan rumus skor hipotetik dalam menentukan tingkatan skor dalam masing-masing responden. Rumus skor hipotetik sebagai berikut :

**Tabel. 1 Rumus Skor Hipotetik**

Keterangan	Rumus
Skor minimum	Skor item terendah x jumlah item
Skor maksimum	Skor item tertinggi x jumlah item
Mean	$\frac{\text{Skor maksimum} + \text{skor minimum}}{2}$
Standar Deviasi	$\frac{\text{Skor maksimum} - \text{skor minimum}}{6}$

<sup>21</sup> Hardani, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif* (Yogyakarta: CV Pustaka, 2020), p. 236.

<sup>22</sup> Hardani, p. 248.



Pernyataan yang dinyatakan valid sebanyak 46 item, maka dapat dihasilkan skor minimum yaitu  $1 \times 46 = 46$ , skor maksimum  $4 \times 46 = 184$ , mean yaitu  $\frac{184+46}{2} = 115$ , standar deviasi yaitu  $\frac{184-46}{6} = 23$ . Dalam penelitian ini menggunakan 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah atau sangat rendah. Maka dari proses penelitian dihasilkan data kategori dengan rumus deviasi standar berdasarkan pada distribusi kurva normal sebagai berikut:

**Tabel 2 Rumus Deviasi Standar dan Kategorisasi**

Kategorisasi	Rumus	Skor	Frekuensi
Sangat rendah	$X < M - 1,5 SD$	$X < 81$	0
Rendah	$X - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	$81 < X \leq 104$	7
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	$104 < X \leq 127$	7
Tinggi	$M + 0,5 < X \leq M + 1,5 SD$	$127 < X \leq 150$	11
Sangat tinggi	$M + 1,5 SD < X$	$X > 150$	5

Dari tabel 2, dihasilkan data tabulasi angket *pre test*, dihasilkan data mean sebesar 115. Sedangkan nilai standar deviasi dari data tabulasi angket *pre test* yaitu 23. Setelah menemukan nilai mean dan standar deviasi maka, menggunakan rumus kategorisasi untuk mengetahui mengetahui kategori dari setiap responden dihasilkan anak yang berada pada tingkat sangat rendah yaitu 0, kategori rendah sebanyak 7 anak, kategori sedang sebanyak 7 anak, kategori tinggi sebanyak 11 anak dan kategori sangat tinggi sebanyak 5 anak. Sehingga peneliti mengambil sampel anak yang termasuk pada kategori rendah, yaitu sebanyak 7 anak yang diberikan perlakuan.

*Treatment* ini menggunakan teknik *homeroom* yang dilaksanakan selama 6 kali pertemuan. Diawali dengan pengenalan dan pemberian angket *pre test* secara offline pada tanggal 4 Januari 2023. kemudian dilanjutkan dengan pemberian *treatment* yang setiap pertemuan memiliki beberapa tahap yaitu pembukaan dan pengalihan yang dilakukan oleh peneliti, tahap kegiatan atau pelaksanaan yang dilakukan oleh peneliti dan responden, penutupan sebagai tanda bahwa berakhirnya sesi teknik *homeroom*. *Treatment* ini dilakukan secara langsung / offline.

Setelah diberikan treatment, dihasilkan data pretest dan posttest yang kemudian di lakukan uji normalitas untuk mengetahui kenormalitasan dari kedua tada tersebut. Berikut hasil uji normalitas :

**Tabel 3** tabel Hasil Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	.141	7	.200*	.962	7	.837
Posttest	.158	7	.200*	.956	7	.782

Dari tabel 3 diketahui bahwa hasil uji normalitas *shapiro wilk* dapat diketahui bahwa nilai Sig. *Pretest* 0,837 > 0,05 dan Sig. *Posstest* 0,782 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data yang didapat berdistribusi normal. Alasan peneliti menggunakan *shapiro wilk* karena mempermudah pengujian dan jumlah sampel peneliti berjumlah 7 subjek yang dapat dikategorikan kecil. Dimana *shapiro wilk* digunakan pada sampel yang kecil.

Data diatas menunjukkan bahwa berdistribusi normal. Sehingga menggunakan termasuk pada data parametrik. Berawal dari latar belakang dan kajian teori maka peneliti membuat Hipotesis Alternatif (Ha) dengan pernyataan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dapat meningkatkan rasa percaya diri anak usia 10-11 tahun di dusun Pulo desa Karobelah Jombang. Sehingga pada penelitian ini menggunakan uji *paired Sample T Test* untuk mengetahui apakah adanya perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan, dengan hasil berikut ini :

**Tabel 4** hasil Uji *Paired Sample T test*

Paired Samples Test						
	Paired Differences			t	Df	Sig. (2-tailed)
	Std. Dev.	95% Confidence Interval of the Difference	Err			
P pretest - a posttest	Mean	Dev or iatio Me	an	Lower	Upper	
	-	-	-	-	-	-

6	.000	6.68	2.52	74.57	80.74	-68.394	29.53
r		0	5				
1		1		9		7	

Berdasarkan hasil dari tabel di atas, menyatakan bahwa uji *paired sample T Test* bernilai Sig (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  sehingga menunjukkan terdapat perbedaan variabel awal dan variabel akhir. Perbedaan hasil yang didapatkan sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* sebagai berikut:

**Tabel 5 Tingkat Kepercayaan diri**

Subjek	Pre-test Skor	Kategori	Post-test Skor	Kategori	Keterangan
MD	84	Rendah	165	sangat tinggi	Berhasil
MH	88	Rendah	157	sangat tinggi	Berhasil
MF	81	Rendah	162	sangat tinggi	Berhasil
AS	87	Rendah	150	Tinggi	Berhasil
S	82	Rendah	155	sangat tinggi	Berhasil
FR	85	Rendah	163	sangat tinggi	Berhasil
UM	83	Rendah	160	sangat tinggi	Berhasil
Mean	84		159		

Berdasarkan tabel 5 diatas, menyatakan bahwa adanya pengaruh pada perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel. Hal ini dilihat dari nilai mean yang mengalami peningkatan setelah diberikan *treatment*. Skor mean *pre-test* menunjukkan rata-rata sebesar 84, sedangkan skor mean pada *post-test* menunjukkan angka 159. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *homeroom* dapat meningkatkan kepercayaan diri anak di desa Karobelah kabupaten Jombang.

Untuk mengetahui tingkat keefektifan teknik *homeroom* dalam meningkatkan kepercayaan diri anak, maka dilakukan uji Ngain Score dengan melihat hasil perhitungan data

dengan rumus diatas maka keefektifan dari teknik *homeroom* dapat dihitung dengan hasil sebagai berikut :

**Tabel 6 uji *Ngain* setiap responden**

no	pre	post	post-pre	skor ideal (184- pre)	Ngain	Ngain score (%)
1	84	165	81	100	0.81	81
2	88	157	69	96	0.72	72
3	81	162	81	103	0.79	79
4	87	150	63	97	0.65	65
5	82	155	73	102	0.72	72
6	85	163	78	99	0.79	79
7	83	160	77	101	0.76	76
mean	84	159	75	100	1	75
					Tinggi	Efektif

Hasil dari perhitungan di atas diketahui jika nilai *Ngain* secara rata-rata sebesar 1. Ketika dilihat di dari tabel kriteria nilai *Ngain* maka  $1 \geq 0.7$ . Sehingga termasuk pada kategori tinggi. Selain itu, hasil mean dari nilai *Ngain* score persen sebesar 75, artinya dalam kategori efektif. Dapat disimpulkan bahwa teknik *homeroom* efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri.

## E. Pembahasan

### 1. Tingkat Kepercayaan Diri Anak Di Dalam Desa Karobelah

Penelitian kali ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas teknik *homeroom* dalam meningkatkan kepercayaan diri anak di desa karobelah kabupaten Jombang. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *pre eksperimen*, dengan desain penelitian yaitu *one group pretest posttes design*. Ada beberapa prosedur yang harus dilewati sebelum melakukan penelitian, yang pertama meminta izin kepada kepala desa dan menjelaskan tujuan dari adanya penelitian ini. Setelah melakukan diskusi dengan kepala desa akhirnya penelitian dapat dilakukan diluar jam sekolah anak, sehingga tidak akan mengganggu proses belajar dari anak-anak. Sebelum penelitian dimulai, peneliti menyerahkan surat ijin penelitian dari kampus UIN SATU kepada kepala desa.

Dari hasil *pre-test* yang disebarakan kepada 30 anak yang berusia 10-11 tahun di desa Karobelah, menunjukkan bahwa terdapat 7 anak yang memiliki kepercayaan diri rendah dan 7 anak pada kategori sedang, 11 anak pada kategori tinggi dan 5 anak dikategorikan sangat tinggi. Dari hasil *pretest*, diberikan *treatment* dengan bimbingan kelompok menggunakan teknik *homeroom*. Pelaksanaan riset ini dimulai pada tanggal 4 Januari 2023 hingga 6 Februari 2023. Dalam pemberian *treatment* kepada kelas eksperimen dilaksanakan di rumah peneliti yang berada di dusun karobelah 2 desa Karobelah kecamatan Mojoagung Kabupaten Jombang, dengan memberikan teknik *homeroom* yang sesuai dengan buku pedoman yang telah disusun sebelumnya oleh peneliti. Pertemuan dilakukan setelah jam belajar, dikarenakan agar tidak mengganggu proses belajar dari anak-anak.

Lauster menyakan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung akan minder, cemas, gugup dan menutu diri<sup>23</sup>. Kepercayaan diri pada riset ini peneliti menemukan bahwa anak yang memiliki kriteria rendah cenderung kurang percaya diri, diantaranya canggung saat berinteraksi dengan orang lain, cenderung hanya berinteraksi dengan kelompok atau orang yang dirasa memiliki kesamaan, lebih memilih untuk diam saat teman lainnya bermain dan masih ragu-ragu saat akan melakukan suatu tindakan atau melakukan sesuatu yang diinginkan. Selain itu cenderung menghindar saat bertemu dengan masyarakat dan kurang mau berkegiatan bersama-sama.

Lauster menyatakan seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan cenderung tidak memintingkan diri sendiri, mudah berinteraksi dan mampu memahami kemampuan dirinya. Hasil penelitian ini, anak dengan kriteria tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi, diantaranya yaitu anak mudah berinteraksi dengan orang baru, suka menyapa lebih dulu saat bertemu tetangga dan suka mengikuti kegiatan bersama-sama di desa seperti diba'an dan acara-acara lomba yang diadakan setiap tahunnya.

Ayu Fitriani menyebutkan bahwa suatu individu ketika memiliki kepercayaan diri, dapat memperoleh dari pengalaman hidup, didalamnya memiliki aspek kepribadian, yang dapat berupa

---

<sup>23</sup> Peter Lauster, *Tes Kepribadian, Diterjemahkan Oleh D.H Gulo Buku Asi Personality* (Jakarta: Gaya Media Pratama, 2002), p. 44.

keyakinan akan kemampuan diri individu sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, dan individu dapat bertindak sesuai kehendaknya, serta optimis dan bertanggung jawab<sup>24</sup>. Menurut Lauster menggambarkan bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan yakin atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan bertanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri<sup>25</sup>.

Kepercayaan diri sangat penting bagi setiap orang. Karena kepercayaan diri merupakan kunci utama pada diri seseorang dalam hidup bermasyarakat. Karena dengan kepercayaan diri, seseorang akan mampu mengaktualisasikan segala potensinya<sup>26</sup>. Rasa percaya diri adalah sikap yakin atas kemampuan dirinya, sehingga akan yakin atas setiap tindakan yang dilakukannya dengan penuh tanggung jawab serta memiliki pikiran yang optimis dan objektif sehingga mampu menganalisis masalah menggunakan logika dan sesuai kenyataan yang ada. Rasa percaya diri juga dapat membantu untuk memandang dirinya dengan positif sehingga mampu bersosial dengan baik.

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* untuk meningkatkan kepercayaan diri anak di desa karobelah kabupaten Jombang. Teknik *homeroom* sendiri dengan menciptakan suasana seperti di dalam keluarga yang membuat anak-anak memiliki kenyamanan dalam bertindak maupun mengutarakan pendapat. Sehingga diharapkan anak dapat lebih terbuka, santai dan bebas menyampaikan informasi sebagai bahan untuk bertukar pendapat dengan teman lainnya dan sebagai bahan masukan untuk semua anggota. Selain itu dengan adanya permainan maupun *ice breaking* membuat anak-anak menjadi lebih semangat. Adanya pertanyaan akan melatih anak-anak percaya diri dengan apa yang dipahami dan ditulisnya.

---

<sup>24</sup> Ayu Setia Fatmawati, 'Hubungan Antara Konsp Diri Dan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA' (Universitas Semarang, 2019).

<sup>25</sup> Fatmawati.

<sup>26</sup> Syaipul Amri, 'Pengaruh Kepercayaan Diri Berbasis Ekstrakuikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMAN 6 Kota Bengkulu', *Jurnal Pendidikan Matematika Reflesia*, vol.3 (2018), 10 (p. 10).

## 2. Efektifitas bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kepercayaan diri anak di desa karobelah.

Berdasarkan pada perubahan yang terjadi pada anak-anak, dilihat dari keefektivan teknik *homeroom* melalui uji T Test dan Ngain Score dari nilai *pre test* dan *post test*. Beberapa pengujian ini melalui bantuan SPSS versi 21 menunjukkan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) 0.000 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah diberikan *treatment* dengan teknik *homeroom*. Kemudian hasil dari uji Ngain score yang bernilai 1 yang menunjukkan hasil terdapat peningkatan kepercayaan diri dengan kriteria tinggi. Sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok teknik *homeroom* yang diberikan pada anak-anak berusia 10-11 tahun didesa Karobelah dinyatakan efektif dan berhasil.

Dari hasil yang didapatkan, diketahui bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dapat meningkatkan kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun di desa Karobelah kabupaten Jombang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* memberikan perubahan yaitu semakin meningkatnya kepercayaan diri setelah diberikan *treatment*, dengan melihat hasil *post test* yang sudah diberikan kepada anak-anak.

Selain itu penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hanif widiia Lupi<sup>27</sup> teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri. Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara hasil tes kepercayaan diri sebelum dan setelah diberikan *treatment* dengan menerapkan teknik *homeroom*. Nilai dari t hitung yaitu Sig (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  sehingga menunjukkan terdapat perbedaan variabel awal dan variabel akhir.

Maslow menyatakan, kepercayaan diri merupakan modal mendasar dalam mengembangkan aktualisasi diri, karena ketika individu mengalami rendah diri, maka individu akan kesulitan dalam mengetahui kemampuan dalam dirinya<sup>28</sup>. Ketika masalah ini berlanjut maka akan berdampak negatif dan merugikan individu tersebut. Dampak negatif dari kurang adanya rasa percaya diri yaitu canggung saat berinteraksi dengan orang lain, cenderung hanya

---

<sup>27</sup> Hanif Widiya Lupi, 'Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Dari Perilaku Membawa Miras Di SMAN 1 Kampak' (UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, 2020).

<sup>28</sup> Kartono Kartini, *Psikologi Anak : Psikologi Perkembangan* (Bandung: CV. Mandar Maju, 2002), p. 202.

berinteraksi dengan kelompok atau orang yang dirasa memiliki kesamaan, lebih memilih untuk diam saat teman lainnya bermain dan masih ragu-ragu saat akan melakukan suatu tindakan atau melakukan sesuatu yang diinginkan. Selain itu cenderung menghindar saat bertemu dengan masyarakat dan kurang mau berkegiatan bersama-sama. Berdasarkan dampak-dampak tersebut maka peneliti menggunakan teknik *homeroom*, dimana anak akan lebih merasakan kenyamanan dan tidak canggung seperti berada di rumah ataupun keluarganya masing-masing dengan suasana yang menyenangkan. Oleh karena itu, teknik *homeroom* dalam bimbingan kelompok dipercaya dapat meningkatkan interaksi sehingga akan melatih anak lebih percaya diri dalam perkataan maupun tindakannya.

Keberhasilan penelitian ini juga dipengaruhi oleh anak-anak sendiri. Dimana ia mulai menyadari pentingnya kepercayaan diri yang tinggi, artinya anak-anak faham bahwa kepercayaan diri yang rendah akan menyulitkan diri sendiri dalam mengaktualisasikan diri. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan percaya pada kemampuannya sendiri dalam mengevaluasi dan mengatasi permasalahan yang terjadi. Dengan bantuan teknik *homeroom* anak akan lebih mudah terbuka dan merasa nyaman saat berpendapat. Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh peneliti dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun di desa Karobelah, kabupaten Jombang.

## **E. Kesimpulan**

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap meyakini kemampuan yang dimiliki dengan optimis dan penuh tanggung jawab. Karakteristik kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun yang termasuk kategori rendah, cenderung menghindar saat bertemu dengan masyarakat dan kurang mau berkegiatan bersama-sama. Dalam mengatasi hal ini maka, layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dilakukan dengan tujuan untuk menciptakan suasana yang nyaman seperti dalam suasana kekeluargaan sehingga anak-anak akan lebih mudah dan berani mengungkapkan pendapat.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebagaimana dijelaskan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun di desa Karobelah, kabupaten Jombang pada kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* tergolong rendah



dilihat dari hasil *pre test* angket kepercayaan diri. Setelah diberikan *treatment* menggunakan bimbingan kelompok teknik *homeroom*, kepercayaan diri anak kelompok eksperimen mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample Test* pada skor *pre test* dan *post test* kepercayaan diri ada perubahan yaitu nilai signifikansi (2-tailed)  $0.000 < 0,05$  yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah diberikan *treatment* dengan teknik *homeroom*. Kemudian hasil dari uji *Ngain score* yang bernilai  $1 > 0,7$  yang menunjukkan hasil terdapat peningkatan kepercayaan diri dengan kriteria tinggi. Berdasarkan hasil hitung *Uji Paired Sample Test* maka dapat disimpulkan  $H_a$  diterima yaitu bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dapat meningkatkan kepercayaan diri anak usia 10-11 tahun di desa Karobelah.

### Daftar Pustaka

- Amri, Syaipul, 'Pengaruh Kepercayaan Diri Berbasis Ekstrakuikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMAN 6 Kota Bengkulu', *Jurnal Pendidikan Matematika Reflesia*, vol.3 (2018), 10
- Anthony, *Membangun Kepercayaan Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 1992)
- Fatmawati, Ayu Setia, 'Hubungan Antara Konsp Diri Dan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA' (Universitas Semarang, 2019)
- Ghufron, Muhammad nur dan Riswati, *Teori-Teori Psikologi* (Jakarta: Ar-Ruzz Media Grafindo, 2011)
- Goleman, D, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005)
- Hardani, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif* (Yogyakarta: CV Pustaka, 2020)
- Kartini, Kartono, *Psikologi Anak : Psikologi Perkembangan* (Bandung: CV. Mandar Maju, 2002)
- Lauster, Peter, *Tes Kepribadian, Diterjemahkan Oleh D.H Gulo Buku Asi Personality* (Jakarta: Gaya Media Pratama, 2002)
- Lupi, Hanif Widiya, 'Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Dari Perilaku Membawa Miras Di SMAN 1 Kampak' (UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, 2020)
- Najati, Muhammmad, *Psikologi Dalam Tinjauan Hadist Nabi* (Jakarta: Mustaqim, 2000)
- Nisa, Kurnia Yasmin, 'Hubungan Kecerdasan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasantri Mabna Ummu Salamah' (UIN Malang, 2017)
- Nursalim, *Layanan Bimbingan Dan Konseling* (Surabaya: Unesa University Press, 2002)

- Partini, Siti, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta, 2015)
- Rahayu, Aprianti Yofita, *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita* (Jakarta: PT Indeks, 2013)
- Ridwan, Moh, 'Terapi Menulis Dalam Meningkatkan Self Confidence Seorang Mahasiswi' (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018)
- Romlah, Tatik, *Teori & Praktek Bimbingan Kelompok* (Malang: UIN Malang, 2006)
- Sahla, Asmaun, *Mewujudkan Budaya Religius Di Sekolah* (Malang: UIN Maliki Press, 2010)
- Sastama, Dara Garinda, 'Keefektifan Homeroom Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri', *Jurnal Consilium*, Vol.5 (2017), 15
- Suhardita, Kadek, 'Efektivitas Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa', *Jurnal ABMAS*, Vol.1 (2011), 11
- Widarsono, W, *Sukses Membangun Rasa Percaya Diri* (Jakarta: Grasindo, 2005)
- Yusuf, Syamsu, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja Cetakan 7* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2006)