

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik permainan untuk meningkatkan kepercayaan diri di SMP Negeri 7 Kota Cirebon, ditemukan bahwa profil umum kepercayaan diri peserta didik berada dalam kategori sedang. Selain itu, terdapat gambaran kepercayaan diri berdasarkan aspek yang rendah, di mana terdapat tiga aspek yang dipengaruhi. Pertama, aspek optimis dipengaruhi oleh keraguan peserta didik dalam mengembangkan kemampuannya. Kedua, aspek obyektif dipengaruhi oleh kecenderungan peserta didik untuk mengikuti apa yang dilakukan teman-temannya. Kemudian, aspek rasional dipengaruhi oleh perasaan kecewa peserta didik ketika pendapatnya tidak disetujui oleh teman-temannya.

Rencana program bimbingan kelompok dengan teknik permainan mencakup beberapa langkah. Langkah awal meliputi memulai dengan menyampaikan tujuan, menjelaskan langkah-langkah kegiatan, dan mengarahkan kegiatan (konsolidasi). Langkah selanjutnya adalah tahap peralihan yang ditandai dengan pembentukan dan penormaan kelompok. Kemudian, langkah kerja melibatkan pelaksanaan kegiatan dengan teknik permainan, serta berbagi perasaan dan pengalaman yang dialami selama bimbingan (refleksi). Selanjutnya, langkah pengakhiran mencakup penutupan kegiatan dan langkah-langkah tindak lanjut.

Secara praktis, terbukti bahwa menggunakan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 7 Kota Cirebon. Ini terbukti melalui perhitungan yang menunjukkan peningkatan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest*. Selain itu, keunggulan teknik permainan dalam bimbingan kelompok juga memberikan kontribusi besar terhadap kesuksesan program secara keseluruhan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan

merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 7 Kota Cirebon.

## **B. Saran**

Berdasarkan temuan dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik permainan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 7 Kota Cirebon, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut :

### **1. Bagi Peserta Didik**

Sebaiknya peserta didik untuk mengenali keunikan yang ada pada dirinya, mengeksplorasi dan mengembangkan kemampuannya dengan rasa percaya diri, mengungkapkan pendapatnya dengan berani, ikut aktif berpartisipasi saat belajar atau saat berdiskusi, karena keberhasilan seseorang seringkali bergantung pada tingkat kepercayaan diri yang dimilikinya. Dalam artian sikap kepercayaan diri memiliki peran yang sangat penting, agar dapat mendorong prestasi belajar baik akademik maupun non akademik.

### **2. Bagi Guru BK**

Untuk mempertimbangkan efektivitas bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, disarankan untuk mempertimbangkan pemanfaatan media permainan sebagai strategi tambahan dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Temuan dari penelitian ini dapat menjadi landasan untuk penelitian lebih lanjut, serta pengembangan berbagai jenis media permainan, baik yang bersifat modern maupun tradisional, untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan.