



EFEKTIVITAS BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEKNIK LINGKARAN (*ROUND*) UNTUK MENGURANGI KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS

Yuli Diniawati¹, Agus Wibowo², Mudaim³

^{1,2,3}Jurusan Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Metro

E-Mail: yulidinia110@gmail.com¹, aw23758@gmail.com², mudaim792@gmail.com³.

Abstrak

Tujuan Penelitian dan Pengembangan yang diharapkan dalam penelitian ini adalah untuk “mengetahui efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas peserta didik kelas XI di SMK Muhammadiyah 1 Metro” dan menguji efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) yang peneliti kembangkan. Jenis penelitian ialah Eksperimen yaitu penelitian menggunakan data kuantitatif. Data kuantitatif diperoleh berdasarkan hasil skor penilaian respon peserta didik serta angket kecemasan berbicara di depan kelas yang peneliti berikan kepada peserta didik. Penelitian pengembangan ini dilakukan menggunakan metode penelitian bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) dengan menggunakan media permainan agar peserta didik saat melaksanakan layanan tidak merasa bosan. Hasil penelitian yang dilakukan adalah : 1) Efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas peserta didik kelas XI di SMK Muhammadiyah 1 Metro yang berhasil mendapatkan hasil dengan kategori “tinggi dan sedang” yang dapat dilihat sebagai berikut: a) hasil skor *pretest* yang rata rata mendapatkan skor 77,08 dengan kategori “Tinggi”, b) skor *posttest* yang rata rata mendapatkan skor 63,08 dengan kategori “Rendah”, c) hasil pengujian hipotesis juga menunjukkan bahwa hasil t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} dari signifikan 0,10. dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya pada penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel independen terhadap variabel dependen sehingga terdapat pengaruh penurunan kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik di SMK Muhammadiyah 1 Metro dengan baik.

Kata Kunci: Bimbingan Klasikal, Kecemasan Berbicara di Depan Kelas

Abstrack

The expected research and development objectives in “this study are to reduce the anxiety of speaking in front of the class of class XI learners at SMK Muhammadiyah 1 Metro” and testing the effectiveness of classical guidance services with the circle technique (round) that researchers develop. The type of research is experimentation, which is research using quantitative data. Quantitative data obtained based on the results of the student response assessment score and anxiety questionnaires speaking in front of the class that researchers give to learners. This development research was conducted using classical guidance research method with circle technique (round) using game media so that students When carrying out services do not feel bored. The results of the research conducted are : 1) The effectiveness of classical guidance services with the circle (round) technique to reduce anxiety of speaking in front of a class of learners class XI at SMK Muhammadiyah 1 Metro who managed to get results with the category of “high and medium” which can be seen as follows : a) the average pretest score results get a score of 77,08 with the “high” category, b) the average posttest score gets a score of 63,08 with the “low” category, c) The results of the hypothesis also show that the results of the t_{hitung} large than of significant 0,10 thus H_0 rejected and accepted. This means that in this study there is a significant influence between variables independent of dependent variables so that there is an influence on reducing anxiety of speaking in front of the class on students at SMK Muhammadiyah 1 Metro well.

Keywords: Classical guidance, anxiety speaking in front of the class..



PENDAHULUAN

Sekolah adalah sebuah lembaga untuk pengajaran peserta didik di bawah pengawasan pendidik atau guru. Peserta didik memiliki tanggung jawab penuh dalam proses kurikulum yang diterapkan pemerintah saat ini adalah peserta didik diwajibkan untuk mandiri dan menjadikan guru sebagai perantara dalam proses belajar mengajar.

Berbagai tuntutan yang diterapkan kurikulum baru ini mewajibkan peserta didik berperan aktif pada saat proses pembelajaran di dalam kelas seperti mengemukakan pendapat, ide-ide dan memberikan tanggapan secara lisan di depan guru dan teman-teman. Dengan begitu peserta didik dapat melatih keberanian untuk berbicara di depan kelas, hal ini juga dapat menjadi salah satu bekal peserta didik dalam mempersiapkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Namun tidak jarang pula terdapat peserta didik yang merasa cemas saat berbicara baik pada saat diskusi kelompok, bertanya kepada guru, maupun ketika harus berbicara di depan kelas saat mempresentasikan tugas. Kegiatan tersebut menuntut peserta didik untuk berbicara di depan umum, dan ketika peserta didik merasa cemas saat melakukannya dapat dikatakan peserta didik tersebut mengalami kecemasan dalam berkomunikasi atau berbicara di depan umum maupun di depan kelas.

Menurut Nevid dkk (dalam Mahar 2010) kecemasan merupakan suatu keadaan yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan dan perasaan aprehensif. Maksud dari perasaan aprehensif adalah keadaan khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Misalnya peserta didik merasa khawatir tidak bisa menjawab pertanyaan dengan baik dari teman-teman sekelas setelah selesai menyampaikan hasil tugas di depan kelas.

Menurut Speilberger (dalam Mahar 2010) membedakan jenis-jenis kecemasan menjadi dua bagian yaitu: 1) Kecemasan sebagai suatu sifat (*trait anxiety*), yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya. 2) Kecemasan sebagai suatu keadaan (*state anxiety*), yaitu suatu keadaan atau kondisi emosional sementara pada diri seseorang, yang ditandai dengan perasaan tegang dan kekawatiran yang dihayati secara sadar serta bersifat subyektif, dan meningginya aktivitas sistem saraf otonom.



Faktanya saat ini terdapat peserta didik yang masih merasa malu dan tidak percaya diri untuk tampil di depan kelas. Hal itu juga terjadi pada peserta didik di SMK Muhammadiyah 1 Metro. Berdasarkan hasil pra-survey yang dilakukan secara langsung di sekolah pada tanggal 17 Januari 2022 dapat diperoleh hasil bahwa di SMK Muhammadiyah 1 Metro khususnya kelas XI dari jurusan AKL (Akuntansi Keuangan Lembaga), OTKP (Otomatisasi Tata Kelola Perkantoran), BDP (Bisnis Daring dan Pemasaran), dan PBS (Perbankan Syariah) terdapat peserta didik yang mengalami permasalahan kecemasan berbicara di depan kelas.

Bantuan yang diberikan kepada peserta didik agar lebih efektif hendaknya menggunakan jenis layanan yang sesuai dengan masalah yang dialami peserta didik. Sehingga dengan bantuan yang tepat akan diperoleh perubahan atau hasil yang diharapkan. Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang tepat digunakan dalam upaya memberikan bantuan kepada peserta didik adalah layanan bimbingan klasikal, dikarenakan bimbingan klasikal dapat membantu peserta didik dalam menyesuaikan diri, mengambil keputusan untuk hidupnya sendiri, mampu beradaptasi dalam kelompoknya.

Menurut Nurihsan dkk (2013:34) bimbingan klasikal merupakan layanan dasar bimbingan untuk membantu seluruh peserta didik mengembangkan perilaku efektif dan keterampilan hidupnya yang mengacu kepada tugas perkembangan peserta didik, layanan ini ditunjukkan untuk seluruh peserta didik. Santoso (2011:139) menyatakan bahwa bimbingan kelas (klasikal) adalah program yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik di kelas. Secara terjadwal, konselor memberikan pelayanan bimbingan kepada peserta didik. Kegiatan bimbingan kelas ini bisa berupa diskusi kelas atau *brain storming* (curahan pendapat).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal merupakan layanan dasar yang diberikan konselor atau guru BK terhadap peserta didik, juga untuk membantu konselor berkomunikasi secara langsung saat melaksanakan layanan.

Peneliti menganggap layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) menjadi pilihan dalam pemberian layanan untuk mengurangi kecemasan



berbicara di depan kelas karena mempertimbangkan sifat anak yang mudah menangkap perintah melalui permainan dengan teman sebaya salah satunya pada pelaksanaan teknik lingkaran (*round*) dengan menggunakan media alat musik yang membuat peserta didik tidak merasa tegang.

Sedangkan menurut Miftahul Huda (2014: 141) teknik lingkaran (*round*) merupakan kegiatan belajar yang dibagi dalam beberapa kelompok masing-masing anggota kelompok berkesempatan untuk memberikan kontribusi mereka dan mendengarkan, serta pandangan orang lain.

Berdasarkan hal diatas, maka penulis dalam hal ini mencoba melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Bimbingan Klasikal dengan Teknik Lingkaran (*Round*) Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Peserta Didik Kelas XI di SMK Muhammadiyah 1 Metro”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang bersifat eksperimen. Penelitian ini mendapat perlakuan atau *treatment*, *treatment* yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan klasikal dengan teknik Lingkaran (*Round*). Menurut Sugiyono 2018:107 eksperimen adalah “metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perilaku tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali”.

Peneliti menggunakan desain *pre-eksperimental design* dengan *one grup pre tes post test design*, menurut Suharsimi (dalam Astuti 2017:44) “*one grup pre tes post test design* yaitu suatu eksperimen yang dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding”. Alasan peneliti memilih metode eksperimen karena metode ini dirasa paling cocok untuk mengetahui perubahan peserta didik dari kecemasan berbicara di depan kelas yang semula dengan tingkatan tinggi kemudian di harapkan menjadi rendah pada peserta didik kelas XI SMK 1 Muhammadiyah Metro.



Gambar 1. Pola Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan



Keterangan:

O₁ : Hasil angket sebelum diberikan perlakuan

X : Pemberian perlakuan/bimbingan kelompok

O₂: Hasil angket sesudah diberi perlakuan (Sugiyono, 2019:114)

Penelitian ini ada dua kali tahap yaitu sebelum dan sesudah diberi layanan, langkah pertama yaitu melakukan pengukuran sebelum diberi layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan angket kecemasan berbicara di depan kelas, langkah kedua yaitu memberikan perlakuan dengan menggunakan layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*), kemudian melakukan pengukuran kembali dengan menggunakan angket kecemasan berbicara di depan kelas yang sama. Setelah langkah tersebut sudah dilakukan maka langkah selanjutnya yaitu membandingkan bagaimana hasil dari sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok untuk kemudian diketahui apakah layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) efektif untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas atau tidak.

A. Devinisi Oprasional Variabel

Oprasionalisasi variabel atau mendefinisikan secara oprasional suatu konsep sehingga dapat diukur, dapat dicapai dengan melihat dimensi-dimensi, permukaan ciri yang ditunjukkan oleh konsep itu, serta pengkategorianya ke dalam unsur-unsur yang dapat diobservasi dan dapat diukur (Lerbin Aritonang, 2011).

Sedangkan variabel di definisikan secara operasional dengan tujuan agar peneliti dapat lebih mudah menentukan variabel dan pengukurannya. Berdasarkan pernyataan tersebut maka penulis mendefinisikan operasional variabel sebagai berikut:

1. Efektivitas Bimbingan Klasikal dengan Teknik Lingkaran (*Round*)

Layanan bimbingan klasikal adalah salah satu layanan yang terdapat pada bimbingan dan konseling, dimana bimbingan klasikal bertujuan untuk membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah dengan jumlah satu kelas peserta didik. Layanan bimbingan klasikal adalah variabel bebas yaitu variabel yang menyebabkan atau mempengaruhi hasil yang disebut variabel perlakuan atau prediktor. Untuk melaksanakan layanan bimbingan klasikal yang baik maka seorang pemimpin kelompok (konselor) hendaknya memahami mengenai tahap tahap dalam melaksanakan



bimbingan klasikal. menurut Linda D Webb (dalam Fidhayanti 2019) tahapan pelaksanaan layanan bimbingan klasikal sebagai berikut :

Melakukan pemahaman peserta didik (menentukan kelas layanan dasar, menyiapkan instrument pemahaman peserta didik, pengumpulan data, analisis data, dan perumusan pemahaman).

- a. Menentukan kecenderungan kebutuhan layanan dasar bimbingan klasikal bagi peserta didik/konseli atas dasar hasil pemahaman peserta didik, b) Memilih metode dan teknik yang sesuai untuk pemberian layanan bimbingan klasikal (ceramah-diskusi, atau ceramah-simulasi-diskusi, atau ceramah-tugas-diskusi), c) Persiapan pemberian layanan dasar bimbingan klasikal dapat disiapkan secara tertulis merupakan suatu bukti administrasi kegiatan, dengan demikian materi layanan disajikan secara terencana dengan harapan mencapai hasil yang optimal, sebab disusun atas dasar kebutuhan dan literature yang relevan, d) Memilih sistematika persiapan yang dapat disusun oleh guru bimbingan dan konseling, dengan catatan telah mencerminkan adanya kesiapan layanan bimbingan klasikal dan persiapan diketahui oleh koordinator bimbingan dan konseling dan kepala sekolah., e) Mempersiapkan alat bantu untuk melaksanakan pemberian layanan dasar bimbingan klasikal sesuai dengan kebutuhan layanannya, f) Evaluasi pemberian layanan dasar bimbingan klasikal perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana proses, tepat tidaknya layanan yang diberikan atau perkembangan sikap dan perilaku datau tingkat ketercapaian tugas-tugas perkembangan.

2. Kecemasan Berbicara di Depan Kelas

Kecemasan berbicara di depan kelas adalah situasi dimana individu atau peserta didik merasa tidak nyaman bahkan juga merasa terancam, dimana kecemasan berbicara di depan kelas tersebut sering terjadi pada peserta didik untuk mengungkapkan pendapat, ide serta gagasan yang akan disampaikan di depan teman-teman dan guru saat proses pembelajaran. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas yang akan diamati dan diukur untuk menentukan pengaruh variabel bebas. Adapun indikator kecemasan berbicara di depan kelas yaitu detak jantung sangat cepat, napas terengah-engah, mulut kering dan suka menelan, ketegangan otot dada, tangan leher dan kaki, tangan kaki dan suara bergetar, berbicara sangat cepat dan tidak jelas, tidak sanggup pendengar dan berkonsentrasi lupa atau ingatan hilang.

B. Populasi dan Sample

Berikut ini akan dijabarkan mengenai populasi dan sample.



1. Populasi

Suharsimi Arikunto (dalam Nevid 2015) populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Sedangkan “Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek yang mempunyai dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya” (Sugiyono 2019:126). Berdasarkan penjelasan populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian yang akan dipelajari peneliti kemudian ditarik sebuah kesimpulan.

Berdasarkan pendapat tersebut maka yang menjadi populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X SMA Negeri 5 Metro, yang keseluruhannya terdiri dari 8 kelas dengan jumlah peserta didik 288, perincian sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Penelitian

| SMK Muhammadiyah 1 Metro | Jurusan | Jumlah |
|--------------------------|--|-----------|
| Kelas XI | AKL (Akuntansi Keuangan Lembaga) | 18 |
| | OTKP (Otomatisasi Tata Kelola Perkantoran) | 25 |
| | BDP (Bisnis Daring dan Pemasaran) | 27 |
| | PBS (Perbankan Syariah) | 18 |
| Jumlah | | 88 |

2. Sampel

Suharsimi Arikunto (dalam Nevid 2015) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Pengambilan sampel ini dimaksud untuk memperoleh keterangan mengenai obyek penelitian dan mampu memberi gambaran dari populasi. Selanjutnya Sutrisno (2010) menyatakan teknik sampling dibedakan menjadi dua macam, yaitu teknik random dan non random. Teknik random sampling adalah pembuatan sampel secara random atau tanpa pandang bulu. Random ini dibedakan tiga jenis yaitu cara undian, cara ordinal dan randomisasi dari tabel bilangan random. Sedangkan teknik non random adalah dari tabel bilangan random. Sedangkan teknik non random adalah suatu teknik pembuatan sampel tidak semua individu dalam populasi diberi peluang yang sama untuk ditugaskan menjadi anggota sampel. Teknik non random sampling meliputi *proportional sampling*, *stratified sampling*, *purposive*



sampling, quota sampling, double sampling, area propability sampling, cluster sampling.

Berdasarkan penjelasan di atas teknik sampling merupakan teknik yang dilakukan dalam penelitian dengan melihat kondisi lapangan, teknik sampling memiliki tiga macam teknik random dan non random. Peneliti menggunakan teknik non random yaitu *purpasive sampling* yang biasa di gunakan dalam populasi dengan susunan bertingkat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik non random sampling yaitu *Proposive Sampling*, karena kelas OTKP masih terdapat peserta didik yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas. *Proposive Sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

C. Instrumen Penelitian

Untuk menguji apakah instrumen yang digunakan sudah valid atau belum, maka perlu dilakukannya uji coba instrumen. Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati, (Sugiyono 2018: 148).

1. Jenis Instrumen

Pada dasarnya jenis instrumen ada dua yaitu tes dan nontes. Dalam penelitian ini menggunakan jenis instrumen nontes berupa angket. Pada penelitian ini peneliti akan menggunakan angket tertutup dan bersifat langsung, dimana responden hanya memberikan tanda (√) pada salah satu jawaban yang dianggap sesuai dengan responden. Angket yang disebarkan kepada responden adalah instrumen yang akan digunakan dalam kegiatan penelitian.

D. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Penelitian ini menyajikan tahap-tahap rancangan desain pre-eksperimen dengan menggunakan *one group pretest-posttest design*. Adapun tahapan yang dilakukan sebagai berikut:



Melakukan pretest adalah pebnagian tes sebelum dilakukan treatment yang berupa pemberian angket, kemudian hasil pretest digunakan untuk menentukan sampel.

Melakukan treatment adalah pemberian treatment kepada sampel yang diperoleh dari pretest, selanjutnya dilakukan kesepakatan waktu untuk melaksanakan kegiatan layanan informasi terhadap pemahaman dan peran sosial peserta didik.

Melakuakan posttest tujuannya untuk mengetahui keberhasilan dan treatment terhadap pemahaman penerimaan diri.

Ketiga tahapan yang telah diuraikan, kemudian data angket yang diperoleh analisis.data angket yang telah dianalisis untuk membandingkan antara hasil pretest dan posttest.

Untuk menganalisis hasil *pretest* dan *posttest*, menurut Suharsimi (2013: 125) menggunakan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x_d^2}{N(N-1)}}}$$

Keterangan :

Md : mean dari perbedaan pre-test dengan post-test

Xd : deviasi masing-masing subjek (d-Md)

$\sum x_d^2$: jumlah kuadrat deviasi

N : subjek pada sampel

d.b : N-1.

Kriteria yang digunakan adalah jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan db = n-1 dan pada taraf signifikansi 5%, maka H_a diterima, artinya “Bimbingan kelompok dengan teknik lingkaran (round) efektif untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas” Sebaliknya jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_a ditolak, artinya “layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (round) tidak efektif untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik tingkat SMK di SMK Muhammadiyah 1 Metro.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *pretest posttest* yang telah di lakukan oleh peneliti, untuk melihat suatu perbedaan pada layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran



(*round*). Layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) berpengaruh untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik dengan perolehan nilai yang signifikan pada uji hipotesis $p < 0,10$. Penelitian ini sejalan dengan nilai signifikan pada uji hipotesis $p < 0,10$. Setelah melakukan analisis data yang terkumpul tentang variable layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas peserta didik kelas XI SMK Muhammadiyah 1 Metro, maka diperoleh hasil penelitian yaitu secara rata-rata pada *pretest* berada pada kategori tinggi dengan rentang skor 61 – 79,4 sejumlah 25 orang dengan persentase 100%. Kemudian pada *posttest* berada pada kategori tinggi dengan rentang skor 61 – 79,4 sejumlah 21 peserta didik dengan persentase 84% , dan pada kategori sedang dengan rentang skor 42,5 - 60,9 sejumlah 4 peserta didik dengan persentase 16%. Hal ini jelas menunjukkan bahwa terdapat penurunan dari hasil *pretest* dan *posttest* pada layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas.

Berdasarkan hasil *pretest* yang dilakukan oleh peneliti memperoleh data bahwa kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik dalam kategori tinggi, hal ini dibuktikan dengan rata-rata nilai sebesar 77,08 setelah melakukan *pretest* dan memberikan layanan untuk mengetahui suatu perubahan pada peserta didik setelah pelaksanaan layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik lingkaran (*round*) terhadap kecemasan berbicara di depan kelas yang masih sedang maka di lakukan *posttest* yang mengalami penurunan yaitu mendapatkan skor rata-rata sebesar 63,08.

Efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) terhadap kecemasan berbicara peserta didik. Berdasarkan analisis dari hasil uji hipotesis diketahui bahwa adanya efektivitas layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik kelas XI. Efektivitas layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik dalam penelitian kriteria H_0 tolak jika $t_{hitung} > t_{hitung}$. Hasil uji beda di peroleh $t_{hitung} = -588 > 1,71$ dan derajat keabsahan ($df = n-2 = 25-2 = 23$) dengan taraf berarti ada sesuatu kepercayaan 0,10, demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ini berarti ada suatu hubungan



pada penggunaan layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik kelas XI rendah sehingga menjadi efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) terhadap kecemasan berbicara peserta didik kelas XI SMK Muhammadiyah 1 Metro .

Layanan bimbingan klasikal memberikan materi-materi kepada peserta akan di bahas bersama-sama dengan anggota kelompok yang saling mengungkapkan gagasan terkait materi yang di bahas, selain itu juga bisa membahas topik bebas seputar informasi terbaru yang dipilih oleh anggota kelompok dengan kesepakatan bersama. Sejalan dengan pengertian bimbingan klasikal, Menurut Nurihsan (dalam Pertiwi 2017) bimbingan klasikal merupakan pemberian bantuan kepada individu yang dilaksanakan dalam jumlah yang besar.

Lingkaran (*round*) adalah setiap anggota kelompok mendapat kesempatan untuk memberika kontribusi dalam pelaksanaan layanan dimana pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk duduk membentuk lingkaran agar dapat berkomunikasi dengan mudah satu sama lain dan terdapat peraturan-peraturan yang diberikan kepada pemimpin kelompok serta anggota kelompok. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang diungkapkan Menurut Kurniasih (2015:110) adapun yang harus diperhatikan selama proses pembelajaran teknik lingkaran (*round*) ini adalah, bahwa setiap kelompok mendapat kesempatan untuk memberikan kontribusi mereka, dan ketika suatu kelompok mempersentasikan hasil deskripsinya maka kelompok lain lebih bertanya dari hasil deskripsi materinya. Cara ini ditempuh karena lebih murah dan dapat menjangkau klien dalam jumlah yang lebih besar. Konselor sekolah yang mengetahui banyak peserta didik yang keterampilannya mencari informasi kurang, konselor dapat mengembangkan satu rekaman yang dapat digunakan oleh banyak peserta didik tersebut. Peserta didik yang mendapatkan layanan dengan teknik lingkaran cenderung antusias dalam proses layanan. Dengan teknik lingkaran (*round*) dengan menggunakan media.

Pemahaman peserta didik dalam mengikuti layanan bimbingan dengan lingkaran sangat baik, terbukti saat pemberian tindakan peserta didik duduk dengan tenang meski



awalnya sulit untuk diatur dalam kelas. Mereka tertarik dengan media yang digunakan saat layanan agar peserta didik tidak merasa bosan dan tidak lagi merasa insecure atau malu untuk tampil berbicara di depan teman-temannya. Berdasarkan bahasan di atas, maka jelas bahwa penggunaan teknik lingkaran (*round*) dalam bimbingan klasikal untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas peserta didik kelas XI SMK Muhammadiyah 1 Metro.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil perhitungan pada analisis penelitian mengenai layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan teknik lingkaran (*round*) untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas pada peserta didik kelas XI di SMK Muhammadiyah 1 Metro menunjukkan hasil skor yang mengalami peningkatan dari skor *pretest* yang rata-rata mendapatkan skor 77,08 menurun pada skor *posttest* yaitu 63,08. dapat dilihat dari hasil tersebut bahwa terdapat penurunan dengan selisih perbedaan -11,76. Dari hasil pengujian hipotesis juga menunjukkan bahwa hasil t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} dari signifikan 0,10. dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya pada penelitian ini terdapat penurunan yang signifikan antara variabel independen terhadap variabel dependen.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, maka saran yang peneliti sampaikan Bagi Peserta Didik agar peserta didik yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas dapat meningkatkan kepercayaan dirinya untuk tampil di depan teman-teman serta gurunya. B

agi Sekolah diharapkan semua pihak sekolah dapat mendukung berkembangnya layanan Bimbingan dan Konseling agar layanan layanan Bimbingan dan Konseling dapat berjalan secara efektif.

Bagi Guru Bimbingan dan Konseling agar bisa lebih mengembangkan program Layanan BK khususnya bimbingan klasikal dengan teknik lingkaran (*round*) untuk mencapai hasil layanan yang baik..



Bagi Peneliti dapat lebih mengembangkan wawasan dan keaktifan sebagai bekal yang harus diterapkan ketika sudah menjadi seorang guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, K.D. 2017. *Keefektivan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas Pada Siswa Kelas VII G MTS Negeri 2 Banjarnegara Tahun Ajaran 2016/2017*. Semarang: Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang.
- Djoko, B.S. 2011. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Malang: tanpa penerbit.
- Fidhayanti, A. 2019. *Penggunaan Layanan Dasar Bimbingan Klasikal Dalam Upaya Mengurangi Cinta Passionet Yang Bersifat Dating Violence Pada Remaja Kelas IX Di SMP N 2 Lebaksiu Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2019/2020*. Tegal: Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pancasakti Tegal.
- Huda, Miftahul. 2014. *Model-model pengajaran dan pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Khairunisa. (2019). Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas Pada peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Tugas Bangsa*, 6(2).
- Lerbin, Aritonang., R., 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Modul Pelatihan Metodologi Penelitian Universitas Islam "45".
- Mahar, T.E. 2010. *Deskripsi Tingkat Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas Siswa Kelas x & Kelas XI SMA Fransiskus Bandar Lampung Tahun Ajaran 2009/2010*. Program Sudi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Nevid, Jeffrey S., dkk. (2015). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kulitatif dan R&D*. Alfabeta : Bandung
- _____. 2019. *Metode Penelitian Kuantitaif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta : Bandung.
- Sutrisno Hadi. 2010. *Metodologi Research*. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.



Pertiwi, E.W. 2017. *Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Pendekatan Experiential Learning Menggunakan Media Gambar Untuk Meningkatkan Konsep Diri*. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.