

Upaya Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Media *Truth Or Dare* dalam Layanan Bimbingan Klasikal Siswa Kelas X-6 SMA Negeri 14 Semarang

Nur Safitri^{1*}, Dini Rakhmawati², Mustianah³

¹Pendidikan Profesi Guru, Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Kota Semarang, 50232

²Pendidikan Profesi Guru, Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Kota Semarang, 50232

³SMA Negeri 14 Semarang, Kota Semarang, 50177

ppg.nursafitri11@program.belajar.id

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK). Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri pada siswa dengan tindakan layanan bimbingan klasikal menggunakan media permainan *truth or dare*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 14 Semarang kota Semarang dengan subyek penelitian kelas X-6 yang terdiri dari 35 siswa. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan kelas X-6 hanya 9 siswa dengan presentase 26% yang memiliki percaya diri yang tinggi. Dalam hal ini peneliti memberikan tindakan melalui layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan media permainan *truth or dare* yang terdiri dari 2 siklus. Hasil dari siklus I percaya diri mengalami peningkatan pada kategori tinggi memperoleh presentase 31% dengan 11 siswa, kemudian pada siklus II mengalami peningkatan yang sangat signifikan yaitu 69% dengan 24 siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan media permainan *truth or dare* efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X-6 SMA Negeri 14 Semarang.

Kata kunci: Bimbingan klasikal, *Truth or dare*, Percaya diri

ABSTRACT

This research is Counseling Guidance Action Research (PTBK). The aim to be achieved in this research is to increase students' self-confidence through classical guidance services using the game media truth or dare. This research was conducted at SMA Negeri 14 Semarang, Semarang City with research subjects in class X-6 consisting of 35 students. Based on the results of data analysis carried out in class X-6, only 9 students with a percentage of 26% had high self-confidence. In this case, the researcher provides action through classical guidance services using the truth or dare game media which consists of 2 cycles. The results from cycle I experienced an increase in self-confidence in the high category, gaining a percentage of 31% with 11 students, then in cycle II there was a very significant increase, namely 69% with 24 students. Based on the results of the research that has been carried out, it can be concluded that classical guidance services using the truth or dare game media are effective in increasing the self-confidence of class X-6 students at SMA Negeri 14 Semarang.

Keywords: Classical Guidance, *Truth or Dare*, Confidence

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi, terjadi pada usia 15-20 tahun. Remaja mengalami beberapa peristiwa seperti pencarian jati diri, senang bereksplorasi, mengalami tekanan sosial dan perubahan-perubahan dalam bentuk fisik maupun psikis. Perubahan yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari berbagai macam pengaruh dari lingkungan sekitar rumah, keluarga, sekolah, dan teman-teman sebaya, serta aktivitas yang dilakukan remaja dalam kehidupan sehari-hari. Remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orangtua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa (Agustin, 2009).

Tugas perkembangan remaja antara lain mampu mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, baik dengan pria maupun wanita (Elizabeth & Hurlo, 1999). Untuk mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya, remaja diharapkan mampu memiliki kepercayaan diri. Dalam usia remaja, individu berperan sebagai siswa yang juga penting untuk

memiliki sikap percaya diri. Walgito (2000) menyatakan kepercayaan diri sebagai salah satu aspek kepribadian yang penting dalam perkembangan remaja.

Kepercayaan diri pada dasarnya merupakan keyakinan yang dimiliki oleh setiap individu. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2017) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu faktor penting dalam hidup anak. Pentingnya membangun kepercayaan diri siswa merupakan bagian dari persiapan untuk kehidupan mandiri dan sukses di masa depan. Siswa yang percaya diri cenderung lebih fleksibel dalam bergaul, memiliki sikap positif, tidak takut, dan mampu menunjukkan keyakinan diri secara konsisten.

Dalam teori tentang belajar sosial, Albert bandura mengemukakan bahwa individu dengan kepercayaan diri akan mampu menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Individu ini juga memiliki efikasi diri yang tinggi sehingga mudah dalam menghadapi tantangan karena memiliki kepercayaan penuh akan kemampuan dirinya (Hidayat, 2011).

Hasil penelitian Suhardita (2011) yang mengungkapkan bahwa, kepercayaan diri remaja di SMA Laboratorium juga berada pada kategori sedang dan hasil penelitian Tohir (2005) kepada 63 orang siswa di MTS Al-badiyah Bandung Barat yang mengungkapkan tingkat kepercayaan diri remaja sebesar 69,84 % berada pada kategori sedang. Dari beberapa hasil penelitian tersebut diketahui kepercayaan diri remaja belum optimal dan perlunya usaha untuk meningkatkan kepercayaan diri pada remaja.

Hasil penelitian tersebut relevan dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada siswa kelas X-6 SMA Negeri 14 Semarang. Studi pendahuluan dilakukan melalui observasi serta dari hasil asesmen melalui Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD). Hasil studi pendahuluan dan asesmen menunjukkan bahwa siswa kelas X-6 kurang memiliki kepercayaan diri yang ditunjukkan antara lain siswa takut bertanya dan menjawab, malu jika disuruh maju kedepan, memiliki rasa kekhawatiran dan cenderung pesimis. Masalah kepercayaan diri remaja sebagai seorang siswa dapat menimbulkan hambatan besar pada bidang kehidupan sosial, belajar serta karir. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah (susah menyesuaikan diri) dalam kehidupan pribadinya diliputi dengan keraguan untuk menentukan suatu tindakan atau sering cemas dan suka menyendiri dan menjauh dengan lingkungan.

Dampak negatif kurangnya kepercayaan diri pada siswa akan mengakibatkan siswa mudah putus asa, menghindari tanggungjawab, bereaksi negatif, menjauhi pergaulan dengan orang banyak, menyendiri, tidak berani mengemukakan pendapat, serta tidak berani bertanya kepada guru saat mengalami kesulitan. Maka dari itu kepercayaan diri pada siswa perlu ditingkatkan untuk menghindari kegagalan dalam proses belajar dan penyesuaian sosial.

Dengan demikian perlu adanya upaya dari pihak sekolah untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Untuk mendukung upaya tersebut maka diperlukan peran kerjasama dari berbagai pihak sekolah termasuk guru Bimbingan dan Konseling (Wardiani et al., 2022). Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa yaitu melalui layanan bimbingan dan konseling yaitu bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal merupakan merupakan kegiatan layanan yang diberikan kepada peserta didik/konseli dalam satu kelompok belajar dan dilaksanakan di dalam kelas secara tatap muka antara guru pembimbing/konselor dan peserta didik/konseli.

Penggunaan media dianggap dapat membantu siswa dalam memahamkan suatu materi yang dapat dilakukan dalam layanan apapun yang bisa digunakan untuk mengoptimalkan potensi peserta didik sehingga dapat berkembang sesuai dengan apa yang telah dimiliki peserta didik tersebut dalam bentuk format layanan pribadi, kelompok, maupun klasikal (Kusmanto, 2013).

Salah satu media yang dapat digunakan dalam bimbingan klasikal adalah media permainan *Truth Or Dare* (TOD). Media ini dapat digunakan dalam bimbingan klasikal untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dalam penelitian Aji & Setyaputri (2021) menyebutkan bahwa media permainan *Truth Or Dare* (TOD) membantu siswa dalam meningkatkan rasa percaya diri dalam pemilihan karir.

Metode layanan melalui permainan (*Game Education*) dinilai sangat menarik dan memudahkan para siswa untuk mengingat serta mengerti isi pembelajaran dalam permainan

tersebut, pembelajaran dengan cara lama yaitu guru menjelaskan dan murid mendengarkan seringkali membuat para murid bosan dan kurang dapat diingat dan dipahami oleh para murid sehingga dinilai kurang efektif lagi, demi membangun susana belajar yang menyenangkan variasi dalam cara mengajar belajar sangat diperlukan, dalam rangka membangun susana belajar yang menyenangkan demi meningkatkan keefektifan proses belajar mengajar (Aji & Setyaputri, 2021).

Fungsi media permainan ini dapat menjadi media untuk berlatih berbicara, berani tampil didepan, serta menumbuhkan semangat belajar karena memungkinkan siswa berpartisipasi aktif didalam permainan *Truth Or Dare* (TOD). Permainan *Truth Or Dare* (TOD) menjadi salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan berbahasa, berfikir serta bergaul dengan lingkungan.

Dengan demikian, berdasarkan pada permasalahan dan penelitian terdahulu. Maka, penelitian ini berusaha mengembangkan alternatif media permainan edukasi dengan nama yaitu media *Truth Or Dare* (TOD). Diharapkan melalui media permaianan ini dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Menurut Arikunto (2019) penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang memaparkan terjadinya sebab akibat dari perlakuan, sekaligus memaparkan apa saja yang terjadi ketika perlakuan diberikan, dan memaparkan seluruh proses sejak awal pemberian perlakuan sampai dengan dampai dari perlakuan tersebut.

Dalam penelitian ini, penelitian tindakan kelas yang dilakukan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) merupakan metode penelitian yang digunakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh sekelompok siswa. Metode ini melibatkan serangkaian tindakan berulang yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas layanan Bimbingan dan Konseling.

Subjek pada penelitian tindakan ini dilaksanakan pada siswa kelas X-6 SMA Negeri 14 Semarang tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 35 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Angket dalam penelitian ini menggunakan instrument percaya diri yang dikembangkan melalui aspek-aspek percaya diri oleh Lauster (2003) yang memiliki lima aspek antara lain yakin, optimisme, objektif, bertanggung jawab dan rasional/realistik. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan terhadap 35 item pernyataan.

Skala percaya diri yang terdiri dari 35 item pernyataan telah diuji cobakan kepada 36 responden. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan aplikasi *Statistical product and Service Solutions (SPSS) Version 26* dengan taraf signifikansi 5% sehingga diperoleh nilai r tabel yaitu 0,329. Berdasarkan uji validitas dan analisis yang dilakukan terdapat 28 item pernyataan yang dinyatakan valid dan 7 item dinyatakan tidak valid. Berdasarkan hasil uji validitas tersebut maka jumlah item pernyataan yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 28 item skala percaya diri.

Uji reliabilitas dilakukan pada skala percaya diri yang berjumlah 28 item 19 pernyataan berdasarkan hasil validitas instrument. Uji reliabilitas skala resiliensi dilakukan menggunakan rumus *Alpha Cornbach* pada aplikasi *Statistical product and Service Solutions (SPSS) Version 26*, diketahui bahwa nilai Alpha Cornbach skala percaya diri adalah 902. Nilai tersebut sudah melebihi 0,7 dan dapat dimaknai bahwa nilai koefisien alpha tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa item pada skala percaya diri sudah reliabel.

Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017) penelitian deskriptif kuantitatif adalah mendeskripsikan, meneliti, dan menjelaskan sesuatu yang dipelajari apa adanya dan menarik kesimpulan dari fenomena yang dapat diamati dengan menggunakan angka-angka. Dalam penelitian ini menggunakan pengujian jenis *paired sample t-test*. Menurut Widiyanto (2013) *paired sample t-test*

merupakan sebuah pengujian yang digunakan untuk mengkaji keefektifan perlakuan yang ditandai dengan adanya sebuah perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata sesudah diberikan perlakuan.

Penelitian ini dilaksanakan pada 2 siklus, masing-masing siklusnya terdiri dari 1 kali pertemuan. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan siklus. Pada tiap siklusnya terdiri dari perencanaan kegiatan, pelaksanaan tindakan, observasi dan evaluasi serta refleksi.

Sebelum memasuki siklus I dan II, terlebih dahulu dilakukan studi pendahuluan atau pra-siklus untuk mengetahui bagaimana kondisi percaya diri siswa di lapangan.

Pada siklus I dalam penelitian ini melakukan beberapa tahap kegiatan antara lain menyiapkan rancangan pelayanan bimbingan klasikal siklus I, melakukan tahap analisis data setelah kegiatan layanan siklus I dan melakukan refleksi setelah kegiatan layanan siklus I. Sedangkan pada siklus II menyiapkan rancangan pelayanan bimbingan klasikal siklus II, melakukan layanan bimbingan klasikal siklus II, melakukan tahap analisis data setelah kegiatan layanan siklus II dan terakhir melakukan refleksi setelah kegiatan layanan siklus II.

Indikator keberhasilan dalam Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) ini adalah adanya peningkatan kriteria dan perubahan setelah diberikan perlakuan yaitu 65% untuk kategori tinggi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Tingkat Keberhasilan Siswa Pra-Siklus

Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
62-80	Rendah	14	40 %
81-99	Sedang	12	34 %
100-119	Tinggi	9	26%
Jumlah		35	100%

Kondisi awal persentase percaya diri siswa dapat dikatakan rendah dan jauh dari kriteria keberhasilan yang ditetapkan yaitu 65% untuk kategori tinggi karena rata-rata persentase kategori tinggi percaya diri siswa pada kondisi awal baru mencapai 26%. Adapun persentase tiap kategori percaya diri siswa pada kondisi awal yaitu rendah 40% sebanyak 14 siswa, sedang 34% dengan 12 siswa dan tinggi 26% dengan 9 siswa.

Dari hasil tersebut ditindak lanjuti dengan pelaksanaan tindakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dilakukan terhadap 35 dengan 2 siklus.

1. Siklus I

Tabel 2. Tingkat Keberhasilan Siswa Siklus I

Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
69-85	Rendah	11	32%
86-102	Sedang	13	37%
103-120	Tinggi	11	31%
Jumlah		35	100%

Pada siklus I terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa namun belum mencapai kriteria keberhasilan karena presentasi percaya diri pada kategori tinggi hanya 31%. Adapun persentase tiap kategori percaya diri siswa pada siklus I yaitu rendah 32% sebanyak 11 siswa, sedang 37% dengan 13 siswa dan tinggi 31% dengan 11 siswa.

2. Siklus II

Tabel 3. Tingkat Keberhasilan Siswa Siklus I

Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
78-90	Rendah	4	11%
91-103	Sedang	7	20%
104-117	Tinggi	24	69%
Jumlah		35	100%

Pada siklus II terjadi peningkatan yang signifikan terhadap kepercayaan diri siswa dan berhasil mencapai kriteria keberhasilan dengan kategori tinggi dengan presentase 65%. Adapun persentase tiap kategori percaya diri siswa pada siklus II yaitu rendah 11% sebanyak 4 siswa, sedang 20% dengan 7 siswa dan tinggi 69% dengan 24 siswa.

Dengan demikian pemberian tindakan baik di siklus I dan siklus II terjadi peningkatan presentase tingkat kepercayaan diri siswa dan berhasil mencapai kriteria keberhasilan pada siklus II dengan presentase percaya diri kategori tinggi 69%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian pada siklus I dan siklus II menunjukkan penerapan layanan bimbingan klasikal dengan media permainan *Truth Or Dare* (TOD) efektif dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas X-6 SMA Negeri 14 Semarang. Dari hasil penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang dilakukan pada siklus I dan siklus II, ditemukan bahwa tingkat percaya diri pada siswa kelas X-6 mengalami peningkatan yang signifikan dan mencapai presentase kategori tinggi sesuai dengan indikator keberhasilan dimana penelitian dikatakan berhasil apabila kategori tinggi mendapat presentase 65%. Dalam penelitian ini kategori tinggi berhasil mendapatkan presentase 69%, dengan demikian penelitian ini berhasil meningkatkan percaya diri siswa.

Pelaksanaan tindakan siklus I, peneliti menerapkan media permainan *Truth Or Dare* (TOD) dalam aktivitas bimbingan klasikal. Dari hasil test skala perilaku percaya diri siswa meningkat dari hasil pra-siklus. Hasil test skala perilaku percaya diri siswa di siklus I dengan kriteria tinggi dan sedang mengalami kenaikan dan terjadi penurunan pada kriteria rendah. Hasil tersebut dinilai tidak terjadi peningkatan yang signifikan. Hal tersebut dikarenakan berbagai faktor dalam pelaksanaan siklus I.

Penggunaan media *Truth Or Dare* (TOD) yang hanya menggunakan tiga jenis kartu dirasa terlalu simple terlebih pelaksanaan layanan siklus I dilaksanakan diwaktu siang dengan durasi yang sedikit yang mengakibatkan menurunnya antusiasme siswa serta kelompok hanya bisa bermain satu kali permainan.

Walaupun demikian siswa terlihat aktif dan responsif dalam bermain walaupun belum sepenuhnya siswa terlibat aktif. Guru belum sepenuhnya baik dalam management kelas dikarenakan waktu pelaksanaan layanan yang dilakukan siang setelah istirahat kedua. Dari segi evaluasi media permainan *Truth Or Dare* (TOD) maka peneliti melakukan penambahan media agar permainan lebih bervariasi dan meningkatkan antusiasme siswa serta pelaksanaan dengan memajukan jam layanan dan penambahan durasi waktu permainan. Dengan demikian dari uraian diatas diperbaiki dan ditingkatkan pada siklus II.

Pada siklus II peneliti menerapkan tindakan dan media yang didasarkan dengan perbaikan sesuai hasil evaluasi pada siklus I yaitu dengan Tindakan layanan bimbingan klasikal dengan penambahan media *Truth Or Dare* (TOD) yaitu menambahkan *round* dan dua kartu permainan yaitu *logic fun* dan *motivation*. Hasil test skala percaya diri siswa pada siklus II mengalami peningkatan yang signifikan dibanding dari hasil siklus I. Pada siklus II terjadi peningkatan pada kategori tinggi yang cukup tinggi dan penurunan pada kategori rendah dan sedang.

Penambahan media layanan dengan menggunakan *round* dan penambahan kartu *logic fun* serta *motivation* menunjukkan respon yang positif dari siswa, permainan ini menjadi lebih

menarik dan membuat siswa lebih antusias dalam bermain terlebih dalam pelaksanaannya dilakukan tidak di siang hari dengan durasi waktu yang diperpanjang. Siswa juga menunjukkan keaktifan dalam kelompok saat bermain, ketika pelaksanaan permainan kelompok juga terlihat lebih percaya diri dalam bermain.

Kepercayaan diri siswa merupakan unsur penting dari kehidupan manusia. Manusia yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung mampu untuk melakukan banyak hal dan tidak takut mengalami kegagalan. Rasa percaya diri anak rendah disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal (dari dalam diri) yang meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik, penampilan fisik, kegagalan, kesuksesan, serta pengalaman hidup. Kemudian faktor eksternal (dari luar diri) juga turut menjadi faktor yang menyebabkan kepercayaan diri rendah yang meliputi pendidikan, lingkungan dan keluarga. Seorang guru harusnya bisa mengkondisikan siswa agar supaya dapat belajar sekaligus bermain sehingga mereka juga tidak merasa jemu saat belajar, hal ini bisa dilakukan guru dengan menginteraksikan permainan ke dalam proses pembelajaran (Hanafia et al., 2021).

Dengan demikian, permasalahan kepercayaan diri pada remaja atau siswa merupakan masalah yang penting dalam konteks Bimbingan dan Konseling. Remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah digambarkan dengan kurang dalam mencintai diri, cenderung mengalami masalah dalam mengambil keputusan, kesulitan dalam mengontrol emosi, merencanakan masa depan, serta dalam menghadapi kegagalan dan rintangan hidup (Lindenfield, 2011).

Penggunaan media dianggap dapat membantu siswa dalam memahamkan suatu materi dan peneliti memanfaatkan media permainan *Truth Or Dare* yang didukung oleh data dari riset terdahulu yang relevan.

Penelitian Dian Dia Conia (2023) menyatakan permainan kartu *Truth Or Dare* (TOD) dalam bimbingan kelompok membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam memilih karir masa depannya, dalam menghadapi *bullying* dan mengendalikan emosi. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media kartu *Truth Or Dare* (TOD) dapat melatih cara berkomunikasi siswa di depan orang, serta bersosialisasi dengan orang lain, juga dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan meyakini bahwa mereka memiliki kemampuan bersosialisasi dengan orang lain (Komara, 2016).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan sikap yang penting untuk dimiliki oleh seorang remaja atau siswa. Dengan demikian, penelitian dapat disimpulkan telah berhasil yang ditunjukkan dari hasil pelaksanaan siklus II dimana terjadi peningkatan percaya diri siswa yang signifikan.

Gambaran peningkatan percaya diri siswa terlihat pada Tabel 1.4 Perbandingan Pra-siklus, Siklus I, Siklus II yang disajikan dibawah ini.

Tabel 4. Perbandingan Pra-siklus, Siklus I, Siklus II

Kategori	Pra-Siklus		Siklus I		Siklus II	
	F	%	F	%	F	%
Rendah	14	40%	11	32%	4	11%
Sedang	12	34%	13	37%	7	20%

Tinggi	9	26%	11	31%	24	69%
--------	---	-----	----	-----	----	-----

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang sudah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal dengan media permainan *Truth Or Dare* (TOD) efektif dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas X-6 SMA Negeri 14 Semarang. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan presentase percaya diri tiap siklusnya dan berhasil mencapai kriteria keberhasilan dengan presentase percaya diri pada kategori tinggi sebesar 69%.

DAFTAR PUSTAKA

- Hendriati Agustin. (2009). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Refika Aditama.
- Agus, Widiyanto (2013), Statistika Terapan :Konsep dan Aplikasi dalam Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Ilmu Sosial Lainnya, PT Alex Media Komputindo, Jakarta.
- Aji, N. D., & Setyaputri, N. Y. (2021). Permainan Truth or Dare (Tod): Sebuah Inovasi Media BK Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Karier Siswa SMK. *Semdikjar*, 909–915.
- Arikunto, S. (2019). Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka cipta.
- Conia, P.D. D., Hilmi, Y., Kusumawati, A., Amanda, Z., & Widadiyah, Z. N. (2023). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Permainan Truth or Dare di SMA Negeri 3 Kota Serang. *Jurnal Pendidikan Tambusia*, 7 (3), 3147_314778.
- Elizabeth. B. Hurloc. (1999). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Ed. 5. Jakarta: Erlangga.
- Hanafia, A., Wirianto, W., Ekawati, R., & Hendratno, H. (2021). Penerapan permainan tradisional congklak untuk meningkatkan hasil belajar. Hendriati Agustina. (2009). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Refika Aditama.
- Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia.(2014). Modul Pelatihan Implementasi Kurikulum 2013, Jakrta: Badan Pengembangan Sumber Daya Manusia Pendidikan dan Kebudayaandan Penjaminan Mutu Pendidikan.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). Membantu Anak Percaya Diri. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 33.
- Kusmanto, A. S. (2013). Penggunaan Media Dalam Pelayanan Bimbingan Dan Konseling. *Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muria Kudus*, 53(9), 1689–1699.
- Lauster, P. (2003). Tes Kepribadian (alih bahasa: D.H. Gulo). Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Lindenfield, G. (2011). Confident Teens: How to Raise a Positive, Confident and Happy Teenager. HarperCollins Publishers.
- Rahmat Hidayat, Dede. (2011).Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian Dalam konseling,Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suhardita, K. (2011). Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Edisi Khusus*, 1(3), 127–138. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.biteb.2021.100642>
- Tohir, D. (2015). *Program bimbingan pribadi sosial untuk peningkatan kepercayaan diri siswa* (Doctoral dissertation, Universitas pendidikan indonesia).
- Walgitto,B. (2000). Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir). Yogyakarta: Andi.
- Wardiani, R. T., Nurmala, M. D., & Handoyo, A. W. (2022). Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling untuk Pencegahan Bullying di SMA. *Jurnal Fokus Konseling*, 8(1), 1–7.