

## **PENERAPAN TEKNIK BERMAIN PERAN DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SEKOLAH DASAR**

**Febri Pabenjanan**

Program Studi Bimbingan dan Konseling Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja,  
Indonesia

Correspondensi author email: [febripabenjanan2005@gmail.com](mailto:febripabenjanan2005@gmail.com)

**Tesalonika**

Program Studi Bimbingan dan Konseling Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja,  
Indonesia

[tesalonika.loni07@gmail.com](mailto:tesalonika.loni07@gmail.com)

### ***Abstract***

*This study aims to analyze the effectiveness of using role-playing techniques in group guidance services to increase the self-confidence of elementary school students. The background of this research is based on the low level of self-confidence in students, which is evident in shyness, a lack of courage in expressing opinions, and minimal involvement in the learning process. Therefore, a creative, engaging, and enjoyable method is needed to enable students to develop their full potential. This study used a literature review method by collecting and reviewing various relevant literature sources, such as books, scientific journals, and previous research related to group guidance, role-playing techniques, and elementary school students' self-confidence. Data were analyzed using qualitative content analysis techniques through the stages of data reduction, grouping, and interpretation. The results of the study indicate that the application of role-playing techniques in group guidance has a significant impact on increasing student self-confidence. Through role-playing activities, students become more confident in expressing themselves, their communication skills improve, their cooperation among students develops, and their independence is enhanced. Furthermore, this approach also creates an active, participatory, and enjoyable learning environment. Thus, it can be concluded that role-playing techniques in group guidance are an effective strategy for increasing elementary school students' self-confidence. This research is expected to contribute to the development of guidance and counseling practices and learning innovations in elementary school settings.*

**Keywords:** *Role Playing Techniques, Group Guidance, Self-Confidence, elementary school students*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis seberapa efektif penggunaan teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok guna meningkatkan rasa percaya diri siswa sekolah dasar. Latar belakang penelitian ini didasari oleh masih rendahnya tingkat kepercayaan diri pada siswa, yang terlihat dari sikap malu, kurang berani dalam menyampaikan pendapat, serta minimnya keterlibatan dalam proses pembelajaran. Oleh sebab itu, diperlukan suatu metode yang kreatif, menarik, dan menyenangkan agar siswa mampu mengembangkan potensi dirinya secara maksimal. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka dengan cara mengumpulkan serta menelaah berbagai sumber literatur yang relevan, seperti buku, jurnal ilmiah, dan hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan bimbingan kelompok, teknik bermain peran, serta kepercayaan diri siswa sekolah dasar. Data dianalisis menggunakan teknik analisis isi secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, pengelompokan, dan penafsiran. Hasil kajian menunjukkan bahwa penerapan teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok

memiliki pengaruh yang cukup signifikan dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Melalui kegiatan bermain peran, siswa menjadi lebih berani untuk mengekspresikan diri, kemampuan komunikasinya meningkat, kerja sama antarsiswa berkembang, serta kemandirian mereka lebih terlatih. Selain itu, pendekatan ini juga mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, partisipatif, dan menyenangkan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa sekolah dasar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan praktik bimbingan dan konseling serta inovasi pembelajaran di lingkungan sekolah dasar.

**Kata Kunci** : Teknik Bermain peran; Bimbingan Kelompok; Kepercayaan Diri, siswa sekolah dasar

## PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan nasional, termasuk pada jenjang sekolah dasar, adalah menciptakan suasana belajar yang kondusif agar peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi yang dimilikinya. Melalui proses pendidikan tersebut, diharapkan siswa mampu memiliki kekuatan spiritual, kemampuan dalam mengendalikan diri, kepribadian yang baik, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang berguna bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sosial di sekitarnya. Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam pembentukan karakter sejak usia dini. Proses pembelajaran tidak hanya berlangsung di lembaga pendidikan formal seperti sekolah, tetapi juga dapat dilakukan melalui jalur nonformal, misalnya organisasi, sanggar seni, kursus, dan berbagai kegiatan ekstrakurikuler. Pembelajaran di luar lingkungan sekolah formal ini umumnya lebih fleksibel, sehingga mampu mendukung upaya pelestarian seni dan budaya secara lebih efektif. Oleh karena itu, pengembangan potensi siswa tidak cukup jika hanya berfokus pada kegiatan yang berlangsung di dalam kelas saja. Oleh sebab itu, keberadaan kegiatan ekstrakurikuler menjadi sangat penting, salah satunya untuk meningkatkan rasa percaya diri. Kepercayaan diri merupakan aspek krusial karena individu yang memilikinya umumnya lebih mampu menghadapi berbagai tantangan. Sebaliknya, rendahnya rasa percaya diri dapat menjadi hambatan dalam mencapai keberhasilan.

Pada kenyataannya, masih banyak anak di Indonesia yang mengalami rendahnya kepercayaan diri, meskipun mereka memiliki potensi yang besar. Hal ini berdampak pada kurangnya motivasi untuk berprestasi. Berdasarkan hasil pengamatan, banyak anak usia sekolah dasar hingga remaja yang masih menunjukkan sikap pemalu, kurang mampu bersosialisasi, belum mandiri, serta cenderung menghindari interaksi dengan lingkungan sekitar. Walaupun berbagai upaya telah dilakukan oleh pendidik dan orang tua, hasil yang dicapai belum sepenuhnya optimal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan atau media pembelajaran yang lebih menarik dan inovatif agar anak tidak mudah merasa jenuh (Maulana Syafi'i, Dkk 2022).

Membangun rasa percaya diri termasuk dalam komponen kecerdasan intrapersonal, yang meliputi memiliki kemauan yang kuat, kemampuan untuk bekerja dan belajar secara mandiri dengan baik, rasa percaya diri yang tinggi, serta partisipasi aktif dalam berbagai kegiatan. Dalam perkembangan emosi misalnya, ketika anak dapat bekerja secara kreatif dan mandiri melalui bermain peran, serta berhasil membuat perubahan sesuai dengan pandangannya sendiri, hal itu menunjukkan adanya rasa percaya diri dan konsep diri yang

positif. Rasa percaya diri juga mampu mendorong anak untuk berani mengemukakan pendapat, bersikap sopan, dan fokus dalam menjalankan aktivitas bermain peran maupun tugasnya.

Bimbingan kelompok memiliki hubungan erat dengan upaya pencegahan masalah, sehingga tentunya akan ada materi yang ingin disampaikan oleh pemimpin kelompok (konselor) agar dapat dipahami oleh setiap anggota kelompok (klien). Winkel dan Hastuti menyatakan bahwa “bimbingan merupakan proses yang bertujuan membantu setiap orang untuk mengenali diri sendiri dan lingkungan sekitarnya”, kemudian mereka juga menjelaskan bahwa “kelompok adalah sekumpulan yang terdiri dari dua orang atau lebih. Gibson dan Mitchell juga mengemukakan bahwa bimbingan kelompok mengacu pada serangkaian aktivitas kelompok yang berfokus pada pemberian informasi atau pengalaman melalui kegiatan kelompok yang dirancang dan diatur dengan baik.

Secara keseluruhan, bimbingan kelompok adalah upaya memberikan bantuan kepada setiap individu melalui wadah kelompok, dengan memanfaatkan dinamika yang ada dalam kelompok untuk memperoleh informasi yang bermanfaat. Tujuannya adalah agar setiap peserta mampu menyusun rencana dan mengambil keputusan yang tepat, serta dapat memahami diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Hal ini bertujuan untuk mendukung terbentuknya perilaku yang efektif, perubahan sikap yang positif dalam kehidupan, serta pengembangan diri secara maksimal. Bermain peran seringkali dikaitkan dengan aktivitas anak-anak yang dilakukan secara alami dan penuh kesenangan. Melalui teknik bermain peran secara berkelompok, anak usia dini akan dapat lebih tertarik untuk ikut tampil sendiri dan lebih percaya diri, hal ini dapat membantu membentuk konsep diri yang positif, kemampuan mengelola emosi dengan baik, rasa empati yang tinggi, kontrol diri yang kuat, serta kesadaran akan tanggung jawab yang besar sejak usia dini. Blatner menyatakan bahwa “bermain peran (sosiodrama) adalah metode yang digunakan untuk mengangkat dan mengembangkan berbagai isu yang terjadi dalam masyarakat sosial yang kompleks”. Ia juga menjelaskan bahwa bermain peran dapat membantu peserta untuk lebih tertarik dan terlibat aktif, bukan hanya sekedar mempelajari materi tetapi juga mengintegrasikan pengetahuan yang diperoleh ke dalam tindakan nyata, seperti cara menghadapi masalah, mengembangkan berbagai alternatif solusi, serta menemukan jawaban baru yang kreatif”. Artinya, bermain peran adalah kegiatan yang bersifat sosial yang memungkinkan pesertanya untuk mengidentifikasi dan mengembangkan berbagai keterampilan sosial melalui permainan imajinatif yang dilakukan dalam kelompok. Menurut Erford, bermain peran berlangsung pada saat yang terjadi (tidak di masa depan), dan teknik ini biasanya dimulai dengan adegan-adegan yang lebih sederhana untuk diperankan, kemudian secara bertahap ditingkatkan ke tingkat adegan yang lebih kompleks. Bermain peran dianggap sebagai cara yang efektif untuk mengembangkan keterampilan inisiatif, komunikasi, pemecahan masalah, serta melatih kerja sama dalam kelompok. Melalui aktivitas ini, anak akan lebih siap untuk menghadapi berbagai tantangan yang ada di era saat ini (Farida Herna Astuti dan Ichwanul Mustakim 2021).

Peneliti akan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik bermain peran sebagai pendekatan dalam menangani permasalahan terkait rendahnya kepercayaan diri siswa sekolah dasar. George Shaftel dalam Uno, menjelaskan bahwa bermain peran dapat mendorong peserta didik untuk mengekspresikan perasaan serta meningkatkan kesadaran

melalui keterlibatan spontan yang diimbangi dengan analisis terhadap situasi permasalahan dalam kehidupan nyata. Selain itu, teknik ini juga sering digunakan untuk mengembangkan interaksi dan keterampilan komunikasi siswa di berbagai bidang studi serta dengan peserta didik dari latar belakang yang berbeda.

Riset sebelumnya yang dilakukan oleh (Riiza Nomy Yunifia dan Junita Dwi Wardhani, 2023) mengenai “Efektivitas Bermain Peran terhadap Kepercayaan Diri Anak Usia Dini”, menjadi dasar bagi peneliti untuk mengembangkan kajian lebih lanjut. Dalam penelitian ini, peneliti mencoba hal baru dengan menerapkan teknik bermain peran untuk meningkatkan kepercayaan diri anak sekolah dasar.

Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan, maka peneliti mempunyai keterkaitan menjalankan riset berjudul “Penerapan Teknik Bermain peran dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri anak sekolah dasar”, peneliti mencoba untuk menggunakan ranah bimbingan kelompok dalam analisis yang dilakukannya. Tujuan guna untuk memahami dampak dari bermain peran pada anak sekolah dasar jika dilakukan dalam ranah bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri anak sekolah dasar.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan studi pustaka yang bertujuan untuk mengumpulkan, mengkaji, menganalisis, dan menyusun informasi dari berbagai sumber pustaka terkait dengan topik pembangunan rasa percaya diri anak sekolah dasar melalui bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran. Metode ini digunakan untuk memperoleh dasar teoritis yang kuat, mengidentifikasi konsep kunci, melihat temuan penelitian sebelumnya, serta mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan yang dapat menjadi dasar untuk pengembangan kajian lebih lanjut atau aplikasi praktis di lapangan. Data penelitian dikumpulkan dari berbagai sumber pustaka yang relevan. Sumber primer meliputi buku teks, makalah ilmiah, jurnal penelitian, dan karya tulis ilmiah yang membahas secara langsung tentang teori rasa percaya diri, bimbingan kelompok, serta teknik bermain peran pada anak sekolah dasar. Sumber sekunder mencakup ulasan literatur, laporan penelitian, pedoman kebijakan pendidikan seperti Permendiknas Nomor 58, serta artikel ilmiah yang mengkaji penerapan atau hasil dari pendekatan terkait. Selain itu, juga digunakan sumber elektronik dari database jurnal ilmiah, situs web resmi lembaga pendidikan, serta repositori akademik yang menyediakan akses ke karya tulis dan penelitian terkait.

Sumber yang dipilih memenuhi kriteria tertentu yaitu relevan dengan topik penelitian, diterbitkan atau dipublikasikan pada periode 2010–2025 untuk memastikan kebaruan informasi, dihasilkan oleh peneliti atau ahli yang memiliki kredibilitas dalam bidang pendidikan sekolah dasar, konseling, atau psikologi perkembangan, serta berasal dari sumber resmi dan terpercaya seperti jurnal terindeks, penerbit akademik, atau lembaga pemerintah dan organisasi profesional. Prosedur penelitian dimulai dengan tahap perencanaan di mana fokus kajian ditentukan sebagai hubungan antara bimbingan kelompok, teknik bermain peran, dan perkembangan rasa percaya diri anak sekolah dasar. Selanjutnya dilakukan identifikasi kata kunci pencarian seperti sekolah dasar, rasa percaya diri, bimbingan kelompok, bermain peran, kecerdasan intrapersonal, dan perkembangan anak sekolah dasar, serta menyusun rencana pencarian sumber pustaka yang akan digunakan.

Tahap pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pencarian sumber melalui perpustakaan fisik dan digital, mengumpulkan serta mengklasifikasikan sumber berdasarkan jenis dan topik yang dibahas, kemudian membaca dan mencatat informasi penting dari setiap sumber termasuk konsep teoritis, temuan penelitian, serta argumen utama yang relevan. Setelah data terkumpul dilakukan tahap analisis data dengan melakukan analisis isi terhadap setiap sumber untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul, mengkaji hubungan antar konsep dan mengintegrasikan informasi dari berbagai sumber menjadi satu kerangka yang koheren, serta mengidentifikasi kesamaan, perbedaan, dan kesenjangan dalam kajian yang telah dilakukan sebelumnya. Tahap terakhir adalah penyusunan hasil dengan menyusun temuan kajian pustaka secara terstruktur berdasarkan alur logis, menyajikan kesimpulan yang merangkum poin-poin penting dan memberikan gambaran menyeluruh tentang topik yang diteliti, serta menyebutkan referensi dengan benar sesuai dengan gaya penulisan ilmiah yang berlaku. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis konten kualitatif yang meliputi reduksi data dengan menyaring informasi yang tidak relevan dan menyoroti poin-poin penting yang mendukung tujuan penelitian, penajaman data dengan mengklasifikasikan informasi ke dalam kategori-kategori tertentu seperti teori rasa percaya diri, konsep bimbingan kelompok, dan penerapan bermain peran, serta interpretasi data dengan menghubungkan antar kategori untuk melihat pola hubungan, mengidentifikasi kesimpulan yang dapat ditarik, dan merumuskan implikasi dari hasil kajian. Penulisan hasil studi pustaka mengikuti standar penulisan ilmiah dengan menggunakan gaya sitasi yang konsisten dan semua sumber yang dikutip atau dirujuk dicantumkan secara lengkap dalam daftar pustaka di akhir tulisan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Kajian Teori**

Masa kanak-kanak merupakan masa emas yang krusial, di mana pengalaman yang diterima menjadi dasar perkembangan di masa mendatang. Beberapa teori menjadi landasan penelitian ini.

1. Menurut teori Jean Piaget, pada tahap operasional konkret, siswa sekolah dasar telah mampu berpikir logis mengenai benda-benda nyata dan memahami hubungan sebab-akibat, meskipun pemikiran mereka masih berfokus pada hal-hal yang bersifat nyata. Menurut Erik Erikson, dalam fase *industry vs inferiority*, kepercayaan diri anak berkembang ketika mereka berhasil menyelesaikan tugas, mendapatkan dukungan, dan pengakuan atas usaha yang dilakukan. Hal ini selaras dengan Permendiknas No. 58 Tahun 2009 yang menekankan pentingnya pembelajaran yang aktif, kontekstual, dan memperhatikan karakteristik setiap individu. Dalam kerangka ini, rasa percaya diri merupakan bagian dari kecerdasan intrapersonal yang tercermin dari keberanian bertindak, kemandirian, dan keaktifan siswa dalam berbagai aktivitas sekolah.
2. Menurut Rogers, rasa percaya diri terbentuk ketika anak merasa diterima penuh dan diberi kesempatan mengembangkan potensi, sedangkan rendahnya percaya diri ditandai dengan keraguan, penghindaran tantangan, dan perasaan tidak mampu.
3. Teori bimbingan kelompok yang dikemukakan Winkel dan Hastuti mendefinisikannya sebagai layanan untuk membantu individu mengenali diri, orang lain, dan lingkungan. Gibson dan Mitchell menambahkan bahwa layanan ini menggunakan dinamika kelompok

melalui kegiatan yang dirancang untuk memberikan informasi dan pengalaman bermanfaat.

4. Teori bermain peran juga dijelaskan Blatner, mengatakan bahwa teknik ini mengangkat isu sosial melalui permainan imajinatif, membantu peserta mengintegrasikan pengetahuan ke dalam tindakan.
5. Erford menyatakan bahwa bermain peran berkembang dari adegan sederhana ke kompleks, sementara George Shaftel menegaskan bahwa teknik ini mendorong ekspresi perasaan dan meningkatkan kesadaran terhadap situasi nyata, serta efektif untuk mengembangkan keterampilan komunikasi, kerja sama, dan pemecahan masalah sebagaimana dikemukakan McIlvried et al.

Dalam penelitian (Setiawan & Bahtiar, 2023) menunjukkan bahwa bermain peran mampu mendorong anak mengekspresikan perasaan, meningkatkan kesadaran terhadap permasalahan nyata, serta meningkatkan kemampuan berinteraksi dan berkomunikasi antar individu. McIlvried et al. juga mengungkapkan bahwa bermain peran efektif untuk mengembangkan keterampilan inisiatif, komunikasi, pemecahan masalah, dan kerja sama kelompok, di mana anak yang terlibat menunjukkan peningkatan kemampuan menghadapi tantangan dan berinteraksi. Selain itu, penelitian terkait bimbingan kelompok pada anak sekolah dasar menunjukkan bahwa layanan ini berperan penting dalam pencegahan masalah perkembangan dan pengembangan diri, melalui dinamika kelompok anak belajar dari teman sebaya, meningkatkan keberanian berpartisipasi, dan membangun rasa percaya diri dalam berinteraksi sosial.

Secara keseluruhan, tinjauan teori dan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa meskipun pendidikan sekolah dasar seharusnya berbasis aktivitas yang mendukung perkembangan rasa percaya diri, kenyataan di lapangan masih banyak menggunakan pendekatan berpusat pada guru yang menghambat ekspresi diri dan kemandirian siswa. Bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran menawarkan solusi yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar, karena menggabungkan manfaat interaksi sosial dan aktivitas belajar yang menyenangkan serta mendorong partisipasi aktif. Penelitian ini mengasumsikan bahwa layanan tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri anak sekolah dasar, yang terlihat dari peningkatan kemampuan mengekspresikan diri, kemandirian, dan keberanian berpartisipasi dalam kegiatan kelompok maupun individu. Hal ini menjadi landasan utama pelaksanaan penelitian untuk mengembangkan dan menguji efektivitas model intervensi serta memberikan kontribusi bagi praktik pendidikan dan bimbingan di sekolah dasar.

### **Analisis**

Berdasarkan kajian pustaka yang dilakukan, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara pendekatan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran terhadap perkembangan rasa percaya diri anak sekolah dasar. Berbagai temuan dari sumber pustaka yang dikaji menunjukkan bahwa, pertama, masa sekolah dasar sebagai periode penting dalam perkembangan individu memerlukan pendekatan pembelajaran yang berfokus pada kebutuhan dan karakteristik siswa. Bermain peran sebagai salah satu aktivitas yang

menarik dan menyenangkan terbukti mampu menjadi sarana efektif untuk membantu siswa mengekspresikan diri secara lebih bebas dan percaya diri.

Kedua, berbagai karya ilmiah menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar yang terlibat dalam bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran mengalami peningkatan dalam berbagai aspek kepercayaan diri. Siswa menjadi lebih berani tampil di depan kelas, mengemukakan ide dan gagasan, serta mampu bekerja secara mandiri tanpa selalu bergantung pada arahan guru. Selain itu, siswa yang mengikuti kegiatan bermain peran secara berkelompok juga menunjukkan perkembangan dalam aspek emosional, seperti kemampuan mengelola perasaan, memiliki empati, serta mampu bekerja sama dengan teman sebaya dalam kelompok.

Ketiga, kajian juga mengungkapkan bahwa pembelajaran yang masih berpusat pada guru sering menjadi faktor penghambat dalam pengembangan rasa percaya diri siswa sekolah dasar. Siswa yang kurang diberi kesempatan untuk berpartisipasi aktif cenderung menunjukkan sikap ragu-ragu, kurang percaya diri, menghindari interaksi sosial, serta kesulitan dalam mengekspresikan diri. Hal ini menunjukkan pentingnya penerapan pendekatan pembelajaran yang lebih partisipatif dan berpusat pada siswa.

Keempat, hasil kajian menunjukkan bahwa penerapan teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok perlu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar. Proses bermain peran sebaiknya dimulai dari situasi atau skenario yang sederhana, kemudian secara bertahap dikembangkan menjadi lebih kompleks, sehingga siswa dapat beradaptasi dan mengembangkan keterampilan sosial, emosional, serta komunikasi secara optimal.

Implikasi dari hasil kajian ini menunjukkan bahwa pendekatan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa sekolah dasar. Guru dan praktisi pendidikan di sekolah dasar perlu memahami dan mampu menerapkan teknik ini secara tepat agar tercipta suasana pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan mendukung perkembangan siswa secara optimal. Selain itu, dukungan dari orang tua juga memiliki peran penting dalam memperkuat perkembangan kepercayaan diri siswa baik di lingkungan sekolah maupun di rumah.

### **Konsep Bimbingan kelompok**

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling di sekolah yang bertujuan membantu peserta didik melalui pembahasan berbagai topik atau permasalahan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk berinteraksi, bertukar pengalaman, serta memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap diri dan lingkungannya. Bimbingan kelompok juga termasuk dalam salah satu teknik layanan bimbingan konseling yang tergolong dalam program “17 plus”. Layanan ini dirancang untuk membantu siswa atau remaja melalui kegiatan kelompok yang dipandu oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor. Kegiatan tersebut berfokus pada upaya pencegahan agar permasalahan yang dihadapi siswa tidak berkembang lebih lanjut. Menurut Gazda bimbingan kelompok adalah kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok siswa yang bertujuan untuk membantu mereka dalam merancang rencana yang tepat bagi masa depan. Melalui kegiatan ini, guru pembimbing

sebagai pemimpin kelompok memberikan informasi yang kemudian didiskusikan secara bersama oleh anggota kelompok sehingga mereka mampu menyusun perencanaan yang bermanfaat. Selanjutnya, Romlah menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik dalam layanan bimbingan yang bertujuan membantu individu mencapai perkembangan optimal sesuai dengan potensi, minat, bakat, serta nilai-nilai yang dimiliki. Pelaksanaan layanan ini dilakukan dalam suasana kelompok dan lebih berorientasi pada upaya pencegahan masalah serta pengembangan potensi peserta didik.

Dengan demikian, bimbingan kelompok tidak sekadar menjadi wadah berkumpul bagi siswa, melainkan juga berfungsi sebagai sarana bagi konseli untuk saling berbagi informasi, pengalaman, dan dukungan. Melalui kerja sama antaranggota dalam dinamika kelompok, setiap individu dapat mengembangkan potensi diri serta mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam pelaksanaan layanan tersebut (Pranoto & Wibowo, 2017).

### ***Teknik bermain peran***

Bermain peran merupakan salah satu model pembelajaran yang dilakukan melalui kegiatan pemeranan situasi tertentu dalam kehidupan manusia tanpa melalui tahap latihan terlebih dahulu. Kegiatan ini bertujuan untuk mencapai tujuan bersama, khususnya dalam menemukan solusi atas berbagai permasalahan yang kerap dihadapi siswa dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, bermain peran juga berfungsi sebagai sarana untuk memahami karakter individu, media pembelajaran, serta metode pelatihan dalam mengembangkan keterampilan tertentu. Menurut Sastrowadoyo bermain peran memiliki berbagai manfaat penting bagi siswa. Pertama, kegiatan ini mampu menumbuhkan kerja sama yang baik dalam interaksi sosial antar siswa. Kedua, memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan kreativitasnya secara bebas. Ketiga, berperan dalam mengembangkan emosi yang sehat pada anak. Selain itu, bermain peran juga dapat membantu mengurangi rasa malu dan gugup, meningkatkan apresiasi serta sikap positif, menumbuhkan sikap saling menghargai terhadap pendapat orang lain, serta memperkuat rasa percaya diri.

Lebih lanjut, metode ini juga berpotensi dalam mengurangi perilaku menyimpang dan kenakalan pada anak. Sementara itu, Nursalim menjelaskan bahwa penerapan teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama, pembimbing menyampaikan sebuah cerita atau peristiwa yang menarik dan mampu membangkitkan emosi peserta, sehingga mereka dapat mengidentifikasi diri dengan tokoh-tokoh dalam cerita tersebut. Permasalahan yang diangkat harus jelas agar peserta terdorong untuk terlibat dalam proses penyelesaian masalah. Tahap kedua, pembimbing menentukan individu yang akan memerankan tokoh-tokoh tertentu dalam cerita. Menurut Yuliani Nuraini dan Bambang Sujiono, kegiatan ini memungkinkan anak untuk terlibat langsung dalam situasi tertentu dengan memainkan peran yang telah ditentukan. Melalui pendekatan sosiodrama, anak tidak hanya berperan sebagai pelaku, tetapi juga belajar memahami berbagai situasi sosial yang disimulasikan dalam kegiatan tersebut. Sejalan dengan itu, Moeslichatoen menjelaskan bahwa bermain peran merupakan aktivitas yang memanfaatkan daya imajinasi anak, baik melalui penggunaan bahasa maupun perilaku simbolik. Anak dapat berpura-pura menjadi individu, benda, atau makhluk tertentu, bahkan dalam situasi yang tidak dijumpai dalam

kehidupan nyata. Hal ini menunjukkan bahwa bermain peran memiliki peran penting dalam mengembangkan kreativitas serta kemampuan ekspresif anak (Wicaksono, A. 2019).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa bermain peran dalam pembelajaran adalah suatu kegiatan yang melibatkan anak dalam memerankan tokoh atau objek tertentu dalam konteks situasi sosial yang mengandung permasalahan. Melalui kegiatan ini, peserta didik diharapkan mampu mengembangkan kemampuan berpikir, memahami peran sosial, serta menemukan solusi terhadap masalah yang dihadapi.

### ***Kekurangan dan kelebihan teknik bermain peran***

Adapun kelebihan dari metode bermain peran antara lain memberikan kesempatan yang luas kepada peserta didik untuk berpartisipasi aktif sehingga mereka merasa memiliki proses pembelajaran tersebut. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya motivasi belajar peserta didik. Selain itu, metode ini mampu menciptakan suasana pembelajaran yang demokratis, di mana terjadi interaksi berupa dialog dan diskusi antar peserta didik. Bermain peran juga berkontribusi dalam memperluas wawasan dan pengetahuan, karena pengalaman yang dibagikan oleh peserta didik dapat menjadi sumber belajar baru bagi yang lain. Lebih lanjut, metode ini melatih kemampuan kognitif peserta didik, khususnya dalam mengingat dan memahami peran yang dimainkan. Kreativitas dan inisiatif peserta didik juga berkembang melalui aktivitas ini. Tidak hanya itu, bermain peran dapat menumbuhkan kerja sama antarpeserta didik, sekaligus membantu mengembangkan potensi atau bakat yang sebelumnya belum terlihat, termasuk dalam bidang seni. Peserta didik juga dilatih untuk bertanggung jawab, baik secara individu maupun kelompok. Dari sisi bahasa, metode ini efektif dalam meningkatkan kosakata serta kemampuan berkomunikasi peserta didik. Namun demikian, metode bermain peran juga memiliki beberapa kelemahan. Salah satunya adalah adanya kecenderungan peserta didik yang tidak terlibat langsung menjadi kurang aktif. Selain itu, metode ini membutuhkan waktu yang relatif lama, baik dalam tahap persiapan maupun pelaksanaan. Keterbatasan ruang juga dapat menjadi kendala, karena aktivitas bermain peran memerlukan area yang cukup luas dan berpotensi mengganggu kelas lain.

Untuk mengatasi kelemahan tersebut, guru perlu menerapkan beberapa strategi. Guru harus memberikan pemahaman kepada peserta didik mengenai tujuan penggunaan metode bermain peran, khususnya dalam meningkatkan keterampilan berbahasa. Selain itu, guru perlu memilih topik atau masalah yang menarik dan relevan agar dapat meningkatkan minat peserta didik. Dalam pelaksanaannya, guru juga perlu mengarahkan jalannya adegan agar peserta didik dapat memahami peristiwa yang diperankan. Pengelolaan waktu yang efektif juga menjadi faktor penting agar materi pembelajaran dapat tersampaikan dengan optimal (Aan Zandika 2019).

### ***Upaya Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak sekolah dasar***

1. Tahap Persiapan
  - a. Menentukan tujuan dan tema: Menetapkan tujuan yang jelas, misalnya meningkatkan keberanian berbicara, berinteraksi, atau mengungkapkan pendapat. Tema dipilih sesuai

dengan kebutuhan dan pengalaman anak, seperti "Memperkenalkan Diri", "Berbicara di Depan Kelas", atau "Menolong Teman".

- b. Menyusun skenario: Membuat skenario yang sederhana, menarik, dan sesuai dengan usia anak. Skenario harus memuat situasi yang nyata dan relevan dengan kehidupan sehari-hari, sehingga anak mudah memahami dan menghayati perannya.
  - c. Mempersiapkan alat dan bahan: Menyiapkan properti yang dibutuhkan, seperti kostum, alat peraga, atau gambar, untuk membuat kegiatan lebih hidup dan menarik.
  - d. Membentuk kelompok: Membagi anak menjadi kelompok-kelompok kecil agar setiap anak memiliki kesempatan untuk berpartisipasi aktif.
  - e. Memberikan penjelasan: Menjelaskan aturan main, tujuan kegiatan, dan peran masing-masing anak dengan bahasa yang mudah dipahami.
2. Tahap Pelaksanaan
- a. Memilih peran: Memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih peran yang mereka sukai atau sesuai dengan kemampuan mereka. Guru atau konselor dapat membantu anak yang ragu untuk memilih peran.
  - b. Melakukan pemeranan: Meminta anak untuk memerankan peran sesuai dengan skenario yang telah disusun. Guru atau konselor membimbing dan mengawasi kegiatan agar berjalan lancar dan sesuai dengan tujuan.
  - c. Memberikan dukungan dan dorongan: Memberikan pujian, dukungan, dan dorongan kepada anak selama melakukan pemeranan, terutama bagi anak yang kurang percaya diri. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi anak.
  - d. Mengamati dan mencatat: Mengamati perilaku dan perkembangan anak selama melakukan pemeranan, serta mencatat hal-hal yang perlu diperbaiki atau dikembangkan.
3. Tahap Refleksi dan Evaluasi
- a. Mereviu pemeranan: Mengajak anak untuk mereviu kembali kegiatan yang telah dilakukan, seperti apa yang telah mereka lakukan, bagaimana perasaan mereka, dan apa yang mereka pelajari.
  - b. Mendiskusikan hasil: Mendiskusikan hasil pemeranan bersama anak, menanyakan pendapat mereka tentang kegiatan tersebut, dan memberikan umpan balik yang konstruktif.
  - c. Melakukan evaluasi: Mengevaluasi keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan kepercayaan diri anak, baik melalui pengamatan langsung, wawancara, atau menggunakan instrumen penilaian yang sesuai.

Merencanakan tindak lanjut: Berdasarkan hasil evaluasi, merencanakan tindak lanjut yang perlu dilakukan, seperti mengulangi kegiatan dengan tema yang berbeda, memberikan latihan tambahan, atau memberikan bimbingan individual bagi anak yang masih membutuhkan bantuan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kajian teori, penelitian terdahulu, serta pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri anak sekolah dasar. Teknik

ini mampu memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri, berani berbicara, menyampaikan pendapat, serta aktif berinteraksi dengan teman sebaya dalam suasana yang menyenangkan dan tidak menegangkan. Melalui kegiatan bermain peran, siswa tidak hanya belajar memahami peran sosial dan situasi kehidupan sehari-hari, tetapi juga mengembangkan kemampuan komunikasi, kerja sama, empati, pengendalian emosi, serta kemandirian. Hal tersebut berdampak positif pada peningkatan rasa percaya diri, yang terlihat dari keberanian siswa tampil di depan kelas, berpartisipasi dalam diskusi, dan lebih yakin terhadap kemampuan dirinya. Layanan bimbingan kelompok menjadi media yang tepat karena memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sarana belajar sosial, sehingga siswa dapat saling mendukung, berbagi pengalaman, dan belajar dari teman sebaya. Proses penerapan teknik bermain peran yang dilakukan melalui tahap persiapan, pelaksanaan, serta refleksi dan evaluasi terbukti membantu siswa berkembang secara optimal sesuai karakteristik perkembangan anak sekolah dasar. Dengan demikian, teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai salah satu strategi inovatif dalam pembelajaran dan layanan bimbingan konseling di sekolah dasar, khususnya untuk mengatasi rendahnya rasa percaya diri siswa. Penelitian ini juga memberikan kontribusi bagi guru, konselor, dan orang tua dalam menciptakan lingkungan belajar yang aktif, partisipatif, dan mendukung perkembangan potensi anak secara menyeluruh.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Elfania Damayanti. Pengaruh Pelaksanaan Kegiatan Bermain Peran terhadap Rasa Percaya Diri Anak Usia Dini di RA Kartini Pakisrejo. Tulungagung: *Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung*, 2023, hlm. 45-47.
- Eka Aisyi Fiqriyah, Evi Afianti, Putri Dian Dionia. "Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling Tentang Bermain Peran Makro untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Anak Usia Dini." *Jurnal Ilmiah Sosial Teknik*, vol. 3, no. 2, Juli 2025, hlm. 43-46.
- Nurul Hidayah, Choirul Huda. "Meningkatkan Rasa Tanggung Jawab Anak Melalui Metode Ber cerita dan Role Playing di TK Muslimat NU 5 Sholeh Yusuf Kidal Tumpang." *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, vol. 6, no. 3, Juli 2025, hlm. 2305-2307.
- Rosha Istiqomah, Elan Elan, Nuraly Ma'sum Aprily. "Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak dengan Metode Bermain Peran Makro." *Jurnal PAUD Agapedia*, 2025, hlm. 63945-63947.
- Rindi Andika, Rahman Tanjung, Abdul Fatah. "Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Kelompok B-1 Melalui Bermain Peran di Paud Assobur Nihayatul Amal." *Jurnal Plamboyan Edu*, 2025, hlm. 3-5.
- Sri Wahyuni, Siti Nurhaliza. Bimbingan Kelompok untuk Anak Usia Dini: *Teori dan Praktek*. Jakarta: Grasindo, 2024, hlm. 89-92.
- Maria Goretti, S.Pd., M.Pd. "Penerapan Metode Bermain Peran dalam Meningkatkan Kemandirian dan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan Anak Indonesia*, vol. 8, no. 1, Maret 2025, hlm. 12-15.
- Lilik Nurhayati, et al. "Kolaborasi dalam Bermain Peran Sebagai Upaya Meningkatkan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini." *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Anak, Surabaya*, 2024, hlm. 78-81.
- Harianja, A. L., Siregar, R., & Lubis, J. N. (2023). Upaya meningkatkan perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui bermain peran. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4871-4880.

- Ansya, Y. A., Ardhita, A. A., Rahma, F. M., Sari, K., & Khairunnisa. (2024). Analisis faktor penyebab rendahnya kemampuan literasi baca tulis siswa sekolah dasar. *Jurnal Guru Kita PGSD*, 8(3), 598–606.
- Astuti, F. H., & Mustakim, I. (2021). Keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk)*, 6(2).
- Zandika, A. (2019). Penerapan Metode Bermain Peran dalam Mengembangkan Sosial Emosional Anak di RA Perwanida 1 Bandar Lampung. Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Wicaksono, G. (2013). Penerapan Teknik Bermain Peran dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 1(1), 61-78.
- Wahyuni, S., Daeng, K., & Fitri, S. (2024). Penerapan Metode Bermain Peran (Role Playing) dalam Pembelajaran Berbicara Bahasa Makassar Siswa Kelas V UPT SDN 167 Inpres Malewang. *Journal of Applied Linguistics and Literature*, 1(3), 283-295.
- Astuti, F. H., & Mustakim, I. (2021). Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 1391.
- Jurnal Psikologi Teori dan Terapan 2016, Vol.7, No. 1, 43-49, ISSN: 2087-1708 Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri “X” Iffa Dian Pratiwi, dan Hermien Laksmiwati
- Fatimah, D. (2015). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1).
- Aprilia, Z., Suryati, & Fitri, H. U. (2023). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Didik Pemasarakatan. *Journal Society of Counseling*, 1(1).
- Wiyanto. (2002). Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yusuf, S. (2011). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: Remaja Rosdakarya.