

**UPAYA MENGURANGI KECEMASAN BERBICARA SISWA DI DEPAN
KELAS DENGAN TEKNIK FUN GAME MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK KELAS VIII DI SMP HARAPAN
MEKAR MEDAN TAHUN AJARAN 2017 / 2018**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling*

Oleh :

KHAIRANA MARINI
NPM. 1402080148



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2018**

ABSTRAK

Khairana Marini, 1402080148, Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa Di Depan Kelas Dengan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Kelas VIII Di SMP Harapan Mekar Medan Tahun Ajaran 2017/2018, Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Permasalahan selalu ada pada dalam kehidupan, siswa yang kurang mampu memahami, berargumentasi atau menyampaikan pendapat dengan baik, terutama dalam proses belajar mengajar, kurang mampu tanggap pertanyaan-pertanyaan dikelas, takut untuk mengemukakan pendapat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dan untuk mengetahui bentuk-bentuk kecemasan berbicara yang terjadi pada siswa di kelas VIII SMP Harapan Mekar Medan Tahun Ajaran 2017/2018. Subjek dalam penelitian ini adalah kelas VIII yang berjumlah sebanyak 87 siswa dan objeknya sebanyak 10 siswa. Adapun instrumen yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi sesuai dengan upaya mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dengan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah reduksi data dan penyajian data. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa upaya mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dengan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok sudah diterapkan seiring pembiasaan siswa dalam proses belajar di kelas. Dengan adanya layanan tersebut, masalah anak yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas sudah mulai mampu untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas tanpa adanya kecemasan berbicara.

Kata Kunci : Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara, Bimbingan Kelompok, Teknik Fun Game.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, segala puji bagi Allah yang telah memberikan nikmat dan karunia Nya serta memberikan manusia akal dan pikiran yang berbeda dari makhluk yang lainnya. Tak lupa Shalawat dan salam kita ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarganya, sahabat- sahabat dan para pengikutnya. Semoga kita mendapat safaatnya kelak.

Alhamdulillah, penulis sangat bersyukur akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar dan jarang menemui hambatan. Selama menulis skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang utama dan pertama kepada **Ayahanda Junaidi dan Ibunda Sri Hayati** yang telah melahirkan saya kedunia ini, membesarkan saya setulus hati dan menjadi Ayah dan Ibu yang tiada lelah memberikan kasih sayangnya, dukungan, dan nasihat- nasihat yang memotivasi saya agar menjadi manusia yang berguna untuk makhluk Allah SWT. Tak lupa saya ucapkan terima kasih kepada keluarga besar orang tua saya yang telah memberikan do'a, dukungan, dan semangatnya buat saya.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan banyak- banyak terima kasih kepada pihak- pihak yang telah berperan dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya kepada :

1. **Bapak Dr. Agussani, M.Ap** selaku Rektor Universitas

Muhammadiyah Sumatera Utara.

2. **Bapak Dr. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. **Ibunda Dra. Hj. Syamsyurnita, M.Pd** selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. **Bapak Marah Dolly Nasution, S.Pd, M.Si** selaku Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. **Ibunda Dra. Jamila, M.Pd** selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. **Ayahanda Drs. Zaharuddin Nur, M.M** selaku Sekertaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. **Ibunda Dra. Khairtati Purnama Nst, S.Psi, M.Psi** sebagai Dosen Pembimbing saya yang telah banyak memberikan ilmu dan wawasannya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. **Bapak Abdul Rasyd Lubis S.Pd** selaku Kepala Sekolah SMP HARAPAN MEKAR MEDAN yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian sehingga penulis dapat

menyelesaikan skripsi ini.

9. **Bapak Kusnadi, S.PdI** selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN yang telah banyak memberikan masukan kepada penulis.
10. Tak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada Siswa/siswi kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR Medan yang telah membantu penulis dalam penelitian ini.
11. Terima Kasih kepada Keluarga Besar saya yang telah memberikan do'a dan dukungan terhadap penulis.
12. Terima kasih kepada teman seperjuangan saya Annisyah Fitri, Ariyanti, Uke Lovia Anggraini, Rina Indriyani, Widya Furi, Imelda Sari Harhap, dan Putri Febriani yang telah memberikan dukungan dan berbagi ilmu kepada penulis.
14. Seluruh teman- teman Bimbingan dan Konseling stambuk 2014, terkhusus Kelas B Sore. Semoga persaudaraan kita selalu terjalin sampai akhir.

Medan, April 2018
Penulis

Khairana Marini
NPM. 1402080148

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	9
A. Kerangka Teoritis.....	9
1. Kecemasan Berbicara.....	9
1.1 Pengertian Kecemasan Berbicara.....	9
1.2 Penyebab Kecemasan Berbicara di Depan Umum	10
1.3 Ciri-ciri Kecemasan Berbicara di Depan Umum	12
1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara	13
2. Bimbingan Kelompok	15
2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok	15
2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok.....	16

2.3 Manfaat Bimbingan Kelompok.....	16
2.4 Asas-asas Bimbingan Kelompok	17
2.5 Tahapan-tahapan Bimbingan Kelompok.....	18
3. Game	20
3.1 Pengertian Game	20
3.2 Fungsi Bermain	21
3.3 Manfaat Bermain.....	22
B. Kerangka Konseptual	23
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	25
1. Lokasi Penelitian.....	25
2. Waktu Penelitian	25
B. Subjek dan Objek Penelitian	26
1. Subjek.....	26
2. Objek Penelitian	26
C. Definisi Operasional Variabel.....	27
D. Bentuk Penelitian	28
E. Instrumen Penelitian.....	28
1. Observasi.....	28
2. Wawancara	30
3. Dokumentasi	32
F. Teknik Analisis Data.....	33
1. Reduksi Data	33

2. Penyajian Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	35
1. Profil SMP HARAPAN MEKAR MEDAN	35
2. Visi dan Misi SMP HARAPAN MEKAR MEDAN	35
1) Visi Sekolah.....	35
2) Misi Sekolah.....	35
3. Struktur Organisasi	36
4. Sarana dan Prasarana Sekolah di SMP Harapan Mekar Medan	37
5. Data Siswa / Siswi di SMP Harapan Mekar Medan	38
6. Data Keadaan Guru dan Pegawai.....	39
B. Deskripsi Hasil Penelitian	41
1. Deskripsi Kecemasan Berbicara	43
2. Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa	43
3. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	45
a. Tahap Pembukaan	45
b. Tahap Peralihan.....	46
c. Tahap Kegiatan	46
d. Tahap Pengakhiran.....	47
C. Observasi Setelah Layanan	48
D. Refleksi Hasil Penelitian	49
E. Pembahasan dan Hasil Penelitian.....	49
F. Keterbatasan Penelitian	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rencana Penelitian	25
Tabel 3.2 Subjek Penelitian.....	26
Tabel 3.3 Objek Penelitian.....	27
Tabel 3.4 Pedoman Observasi di SMP Harapan Mekar Medan.....	29
Tabel 3.5 Pedoman Wawancara Dengan Siswa.....	31
Tabel 3.6 Pedoman Wawancara Dengan Wali Kelas.....	31
Tabel 3.7 Pedoman Wawancara Dengan Guru BK.....	32
Tabel 4.1 Struktur Organisasi di SMP Harapan Mekar Medan	37
Tabel 4.2 Sarana dan Prasarana di SMP Harapan Mekar Medan	37
Tabel 4.3 Data Siswa/siswi	38
Tabel 4.4 Daftar Tenaga Kerja di SMP Harapan Mekar Medan.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Pedoman Observasi

Lampiran Wawancara dengan Siswa

Lampiran Wawancara dengan Wali Kelas

Lampiran Wawancara dengan Guru BK

Lampiran RPL

Lampiran Materi

Lampiran Dokumentasi

Lampiran K1

Lampiran K2

Lampiran K3

Lampiran Berita Acara Bimbingan Proposal

Lampiran Berita Acara Seminar Proposal

Lampiran Pengesahan Seminar Proposal

Lampiran Perubahan Judul

Lampiran Surat Pernyataan Tidak Plagiat

Lampiran Bebas Pustaka

Lampiran Permohonan Riset

Lampiran Surat Balasan Riset

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang, baik dalam keluarga, masyarakat, dan bangsa. Kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh tingkat keberhasilan pendidikan. Keberhasilan pendidikan akan dicapai suatu bangsa apabila ada usaha untuk meningkatkan mutu pendidikan bangsa itu sendiri. Pendidikan adalah usaha sadar untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia, dengan pendidikan manusia bisa berbudaya.

Pendidikan dalam perspektif kebijakan, kita telah memiliki rumusan formal dan operasional, sebagaimana dalam UU No.20 Tahun 2003 tentang SIKNAS yaitu : pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki keputusan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Salah satu tujuan pendidikan adalah untuk membentuk manusia yang baik dan berbudi pekerti yang luhur menurut cita-cita dan nilai-nilai dari masyarakat, serta salah satu tujuan pendidikan adalah untuk mencerdaskan bangsa salah satu yang dapat digunakan dalam rangka mensukseskan tujuan pendidikan adalah melakukan proses belajar dan mengajar, dan dalam

merumuskan proses belajar mengajar itu dibutuhkan pendidikan dalam hal ini adalah pendidikan formal.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Diadakannya layanan bimbingan dan konseling di sekolah bukan karena adanya landasan hukum, namun yang lebih penting adalah adanya kesadaran atau komitmen untuk memfasilitasi siswa agar mampu mengembangkan potensi dirinya.

Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari pendidikan di Indonesia. Sebagai sebuah layanan profesional, kegiatan layanan konseling tidak bisa dilakukan secara sembarangan. Berbagai kesalah pahaman yang terjadi dalam layanan bimbingan dan konseling selama ini, adanya anggapan konseling sebagai “polisi sekolah”, atau berbagai persepsi lainnya yang keliru tentang layanan bimbingan dan konseling.

Setiap sekolah harus membuat perencanaan program yang merupakan acuan dasar untuk pelaksanaan kegiatan satuan layanan bimbingan dan konseling. Perencanaan tersebut berisi bidang-bidang layanan, jenis layanan yang dialokasikan menurut waktu, pembagian tugas para pelaksana dan sarana/prasarana untuk mendukung kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling.

Berbagai jenis layanan dan kegiatan perlu dilakukan sebagai wujud penyelenggaraan pelayanan bimbingan terhadap sasaran layanan, yaitu peserta didik. Pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik ada

bermacam-macam jenis layanan, yaitu layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi, mediasi dan advokasi.

Secara singkat layanan bimbingan kelompok dapat diartikan pemberian bantuan yang diberikan kepada guru BK kepada beberapa siswa yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas masalah yang ada di dalam kelompok tersebut.

Salah satu tugas dalam bimbingan kelompok adalah untuk membahas permasalahan yang sama yang ada di dalam kelompok tersebut agar siswa dapat membahas menghilangkan kecemasan berbicara di depan kelas. Sehingga siswa dapat mengemukakan pendapatnya di depan umum.

Kecemasan saat berbicara di depan umum adalah keberadaan orang lain, yang mana anggapan salah mengenai khalayak menjadi “hantu” yang menakutkan dalam pikiran. Kecemasan saat berbicara di depan umum adalah sebuah keadaan yang sangat wajar terjadi, bahkan dikatakan sebagai bagian dari pengalaman berbicara di depan publik, namun ketika kecemasan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap performa anda barulah hal ini menjadi suatu masalah. Karena ketika performa anda terganggu hal tersebut menunjukkan ketidak mampuan diri menghadapi situasi.

Berbicara di depan umum dapat menimbulkan kecemasan karena setiap kegiatan yang dilakukan oleh manusia memiliki kecenderungan terjadinya

kecemasan. Kecemasan biasanya direfleksikan lewat kata-kata berupa keluhan dan menunjukkan sikap pesimis.

Kecemasan berbicara di depan publik tergolong kepada kriteria fobia sosial maupun gangguan kecemasan sosial. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dalam menunjukkan performansi maupun situasi interaksionalnya dengan orang lain. Kondisi tersebut berimplikasi terhadap kualitas kehidupan individu, mempengaruhi fungsi sosial dan relasi dengan komunitasnya.

Jika dilihat dari kenyataannya, perasaan cemas atau grogi saat mulai berbicara di depan umum adalah hal yang hampir pasti dialami oleh semua orang. Bahkan seseorang yang telah berpengalaman berbicara di depan umum pun tidak terlepas dari perasaan ini.

Gejala kecemasan saat berbicara di depan publik dapat dirasakan secara fisiologis dan juga psikologis, untuk fisiologis dapat berupa keluarnya keringat pada tubuh dan juga telapak tangan, kemudian detak jantung yang semakin cepat, ketegangan otot, serta gemetarannya tubuh terutama pada kaki, dan suara yang bergetar. Sedangkan untuk keadaan psikologis sendiri di dalam pikiran muncul ketakutan yang irasional, tidak mampu untuk berkonsentrasi dan rasa tidak tenang.

Peneliti mendapatkan informasi dari beberapa guru bidang studi yang masuk di kelas VIII di SMP Harapan Mekar Medan ada beberapa siswa yang mengalami kecemasan saat berbicara di depan kelas. Siswa yang mengalami masalah kecemasan berbicara di depan kelas seperti berkeringat dingin saat

tampil di depan kelas, anggota tubuh bergemetar dan tidak berani mengeluarkan pendapat.

Setelah peneliti mengobservasi di SMP Harapan Mekar Medan, terdapat siswa yang mengalami kecemasan berbicara. Baik faktor yang mempengaruhi kecemasan berbicara yang disebabkan faktor dari dalam diri maupun dari luar diri siswa. Terdapat siswa yang mengalami masalah kecemasan berbicara seperti gugup saat ingin tampil di depan kelas atau di podium, tidak berani mengungkapkan pendapatnya saat di depan kelas, gelisah saat tampil, sering lupa, tidak dapat diam, mengalihkan pembicaraan, pandangan kosong, terutama pada saat diberikan pertanyaan oleh guru atau di suruh maju ke depan kelas.

Peneliti menganggap model bimbingan kelompok dengan teknik *fun game* menjadi pilihan dalam pemberian layanan untuk mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas karena mempertimbangkan latar belakang sifat anak yang mudah menangkap perintah melalui permainan dengan teman sebayanya. Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *fun game*, anggota saling melakukan permainan menyenangkan secara tidak langsung mempunyai tujuan yang dapat mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas siswa.

Berawal dari latar belakang di atas penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut melalui skripsi yang berjudul **“Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas dengan Teknik Fun Game Melalui**

**Layanan Bimbingan Kelompok Di Kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR
MEDAN Tahun Ajaran 2017 / 2018”**

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang dikemukakan diatas, diketahui bahwa faktor permasalahannya adalah :

1. Masih banyak siswa yang mengalami kecemasan berbicara di dalam kelas.
2. Kurang aktifnya siswa dalam berbicara di dalam kelas.
3. Adanya hal yang menjadi penyebab siswa mengalami kecemasan berbicara.
4. Pelaksanaan bimbingan kelompok oleh guru bimbingan konseling masih kurang.

C. Batasan Masalah

Dari beberapa uraian identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi masalah dengan menggunakan **“Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas dengan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR MEDAN Tahun Ajaran 2017 / 2018”**.

D. Rumusan Masalah

Bedasarkan pada batasan masalah yang telah dikemukakan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah **“Apakah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Fun Game Dapat Mengurangi**

Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas di Kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR MEDAN”.

E. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah disebutkan diatas, ada beberapa tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dengan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Harapan Mekar Tahun Ajaran 2017/2018
2. Untuk mengetahui bentuk-bentuk kecemasan berbicara yang terjadi pada siswa kelas VIII di SMP Harapan Mekar Tahun Ajaran 2017/2018

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Untuk memberikan pengetahuan yang positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya berkaitan dengan bimbingan kelompok, sebagai bahan penelitian selanjutnya mengenai kecemasan berbicara di depan kelas, yaitu ditemukan hasil penelitian baru tentang bimbingan dan konseling di sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan siswa dapat meningkatkan berbicara siswa di depan kelas melalui bimbingan kelompok.

b. Bagi Konselor

Konselor dapat menerapkan bimbingan kelompok untuk membantu meningkatkan berbicara siswa di depan kelas dan membantu memecahkan masalah yang dihadapi siswa.

c. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan bagi sekolah dalam mengambil kebijakan yang berhubungan dengan program layanan bimbingan kelompok.

d. Bagi peneliti

Sebagai bahan kajian dan kemajuan untuk keahlian dalam bimbingan dan konseling dan keahlian memberikan layanan kepada klien bahkan untuk mengetahui bagaimana meningkatkan berbicara siswa di depan kelas.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Kecemasan Berbicara

1.1 Pengertian Kecemasan Berbicara

Menurut Dadang (2001:18)

“Kecemasan (ansietas / *anxiety*) adalah gangguan alam perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability* / RTA, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian / *splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal”.

Sedangkan menurut Chaplin (2002:244) mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan campuran berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Sullivan (Carolyn Chambers Clark 2006:12) mengatakan bahwa “kecemasan adalah reaksi normal terhadap kebutuhan yang tak terpenuhi dan stres seperti penolakan. Kecemasan juga dapat dilihat sebagai suatu mekanisme perlindungan yang membuat seseorang tetap aman dari situasi yang diyakini mengancam”.

Nevid, dkk (2005:163) menjelaskan bahwa “kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi”.

Menurut Dayakisni dan Hudaniyah (2009:12)

“Menyatakan bahwa pada umumnya kecemasan berwujud ketakutan kognitif, keterbangkitan syaraf fisiologis dan suatu pengalaman subjektif dari ketegangan atau kegugupan. Beberapa individu juga mengalami perasaan tidak nyaman dengan hadirnya orang lain, biasanya disertai dengan perasaan malu yang ditandai dengan kekakuan, hambatan dan kecenderungan untuk menghadiri interaksi sosial. Keadaan individu yang seperti ini dianggap mengalami kecemasan sosial”.

Dari pendapat diatas dapat dipahami bahwa kecemasan berbicara adalah kecemasan berwujud gangguan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang dapat mengalami ketegangan atau kegugupan pada saat berbicara di depan orang banyak.

1.2 Penyebab Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Helena Olli (2010:31) menjelaskan penyebab timbulnya kecemasan berbicara di depan umum, yaitu : 1) Tidak tahu apa yang harus dilakukan, 2) Tidak tahu bagaimana memulai pembicaraan, 3) Tidak dapat memperkirakan apa yang diharapkan pendengar, dan 4) Tidak siap untuk berbicara.

Radithya Dinka (2010:8) mengemukakan penyebab timbulnya kecemasan berbicara di depan umum, yaitu sebagai berikut : 1) Tidak mengetahui tentang apa yang akan dikatakan atau disampaikan di depan

umum, 2) Takut mendengar komentar audiens, 3) Takut di tertawakan, dan 4) Takut membuat kesalahan.

Kecemasan dapat timbul dari situasi apapun yang bersifat mengancam keberadaan individu situasi yang menekan dan menghambat yang terjadi berulang-ulang akan mengakibatkan reaksi yang mengecemas. Situasi yang mengecemas itu mencakup masalah materi, keluarga dan kejiwaan.

1. *Threat* (ancaman)

Baik ancaman terhadap tubuh, jiwa dan psikisnya, (seperti kehilangan arti kemerdekaan dan kehidupan) maupun ancaman terhadap eksistensinya (seperti kehilangan hak). Jadi ancaman ini dapat disebabkan oleh sesuatu yang betul-betul relitas, atau yang tidak realitas.

2. *Conflict* (pertentangan)

Timbul adanya dua keinginan yang keadaanya saling bertolak belakang. Hampir setiap konflik melibatkan dua alternatif atau lebih yang masing-masing mempunyai sifat *approach* dan *avoidance*.

3. *Fear* (ketakutan)

Kecemasan sering kali muncul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan kegagalannya bisa menimbulkan kecemasan dalam menghadapi ujian atau berbicara di depan kelas.

4. Kebutuhan manusia begitu kompleks dan jika gagal untuk memenuhi maka tinggalah kecemasan.

1.3 Ciri-ciri Kecemasan Berbicara di Depan Umum

Frances O'Connor (2008:29) mengemukakan ciri kecemasan terbagi menjadi dua yaitu ciri fisiologis dan psikologis, masing-masing meliputi ciri yang tergolong ringan dan yang berat. Ciri fisiologis dan psikologis yang dimaksud adalah sebagai berikut :

1. Ciri fisiologis

Ciri kecemasan ini ditandai dengan adanya pusing atau sakit kepala, sakit perut, muncul jerawat di wajah, muka memerah karena malu, naiknya pola suara ketika sedang berbicara, kaki dan tangan mengalami mati rasa, pusing yang berat atau kehilangan kesadaran, dan sulit bernafas.

2. Ciri psikologis

Ciri kecemasan ini ditandai dengan adanya berpikiran negatif tentang suatu tugas atau kehabisan waktu dalam mengerjakan tugas, ragu-ragu akan kemampuan diri, takut dipermalukan ketika berada di depan kelas (di depan teman atau guru), takut akan kegagalan, takut akan mengalami sakit, kecurigaan bahwa ia telah dinilai oleh orang-orang dan menjadi tidak disukai, merasa sedih dan rendah diri oleh kekhawatiran yang berlebihan.

Bucklew (Triantoro Safaria 2012:49) membagi reaksi kecemasan sebagai ciri-ciri kecemasan menjadi dua macam, yaitu :

1. Ciri psikologis

Reaksi kecemasan seperti ini ditandai dengan adanya gejala seperti perasaan tidak menentu, bingung, dan tegang.

2. Ciri fisiologis

Reaksi kecemasan seperti ini ditandai dengan adanya gejala seperti detak jantung dan peredaran darah yang tidak teratur serta keringat yang berlebihan.

1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Berbicara

Secara umum faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan berbicara menurut Thallis (1992:19) adalah :

1. Faktor Individu

Faktor ini di tunjukkan dengan adanya rasa kurang percaya diri pada diri individu, masa depan tanpa tujuan dan adanya perasaan ketidak mampuan untuk bekerja.

2. Faktor Lingkungan

Perasaan cemas muncul karena individu merasa tidak dicintai orang lain, tidak memiliki kasih sayang, tidak memiliki dukungan dan motivasi.

Rahayu (2004:135) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami kecemasan berbicara di depan umum adalah sebagai berikut :

1. Penguhan (*Reinforcement*)

Menurut teori penguhan, anak belajar mengulang perilaku dari belajar penguhan, sedangkan perilaku yang tidak diberi penguhan cenderung akan dikurangi atau dihilangkan.

2. *Skill acquisition*

Teori skala bahwa menganggap individu mengalami kecemasan berbicara di depan umum, karena gagal mengembangkan keterampilan yang perlu untuk berkomunikasi dengan sukses.

3. Peniruan (*modelling*)

Teori peniruan menganggap bahwa kecemasan berbicara di depan umum dapat berkembang karena adanya imitasi dengan orang lain yang dialami individu dalam interaksi sosial.

4. Pikiran yang tidak rasional

Pandangan teori kognitif menganggap bahwa tidak ada peristiwa yang menimbulkan individu merasa cemas ketika berbicara di depan umum, tetapi kecemasan tersebut lebih di sebabkan oleh keyakinan-keyakinan mereka yang tidak rasional tentang suatu peristiwa yang ada hubungannya dengan berbicara di depan umum.

Menurut Dadang (2001:66) perwujudan kecemasan berbicara dapat kita lihat pada gejala yang dirasakan oleh mereka yang mengalaminya, antara lain sebagai berikut:

1. Cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung.
2. Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut.
3. Takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang.
4. Gangguan pola tidur, mimpi-mimpi yang menegangkan
5. Gangguan konstrentasi dan daya ingat.

6. Keluhan-keluhan somatik, misalnya rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdenging (tinitus) , berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan, sakit kepala dan lain sebagainya.

2. Bimbingan Kelompok

2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Di dalam bimbingan konseling terdiri dari beberapa layanan yang dapat diberikan kepada peserta didik salah satu dari 10 layanan tersebut adalah layanan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (2004:87)

“Layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan tertentu”.

Menurut Tohirin (2007:170)

“Menyebutkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu (klien) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok merupakan saran untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing klien, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri”.

Berdasarkan defenisi di atas, dapat dipahami bahwa layanan bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor sekolah sebagai pemimpin kelompok kepada individu sebagai anggota kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas

masalah yang sama di dalam kelompok, serta mendapatkan informasi dari peserta maupun pemimpin kelompok.

2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Adanya kegiatan bimbingan kelompok didalam kegiatan bimbingan dan konseling bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dan kecakapan siswa dari berbagai aspek kehidupan serta diharapkan adanya suatu peningkatan kualitas kehidupan seseorang didalam kesehariannya.

Menurut Damayanti (2012:41)

“Tujuan layanan bimbingan kelompok adalah menunjang perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna tujuan yang bermakna bagi para partisipan, selain itu bimbingan kelompok bertujuan untuk merespon kebutuhan dan minat para peserta didik”.

Sementara itu, tujuan layanan bimbingan kelompok menurut Tohirin (dalam Damayanti, 2012:41)

“Dikelompokkan menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Sedangkan tujuan layanan bimbingan kelompok secara lebih khusus bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang efektif, yaitu meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal”.

2.3 Manfaat Bimbingan Kelompok

Manfaat bimbingan kelompok menurut Dewa Ketut Sukardi (dalam Damayanti, 2012 :42) yaitu :

1. Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya.

2. Memiliki pemahan yang obyektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
3. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
4. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.
5. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula.

Menurut Winkel & Sri Hastuti (dalam Damayanti, 2012:42)

“Manfaat layanan bimbingan kelompok adalah mendapat kesempatan untuk berkontak dengan banyak siswa, memberikan informasi yang dibutuhkan oleh siswa, siswa dapat menyadari tantangan yang akan dihadapi, siswa dapat menerima dirinya setelah menyadari bahwa teman-temannya sering menghadapi personal, kesulitan, dan tantangan yang kerap kali sama, dan lebih berani mengemukakan pandangannya sendiri bila berada di dalam kelompok, diberikan kesempatan untuk mendiskusikan sesuatu bersama, lebih bersedia menerima suatu pandangan atau pendapat bila dikemukakan oleh seseorang teman dari pada yang dikemukakan oleh seorang konselor”.

2.4 Asas-asas Bimbingan Kelompok

Adapun asas-asas dalam bimbingan kelompok menurut Prayitno (2004 : 114) diantaranya adalah sebagai berikut :

- a. Azas kesukarelaan, yaitu setiap anggota kelompok secara sukarela mengemukakan pendapat tanpa ada paksaan.
- b. Azas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirasakannya dan dipikirkannya.

- c. Azas keaktifan, yaitu setiap anggota kelompok aktif dan berpartisipasi dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
- d. Azas kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku.
- e. Azas kerasihaan, yaitu menjaga pembicaraan diri orang luar mengenai permasalahan yang dianggap penting dan menyangkut orang lain.

2.5 Tahapan-tahapan Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ada tahap-tahap yang dilaksanakan oleh seorang konselor (pimpinan kelompok), yaitu :

Menurut Prayitno (2004 : 91) “ada empat tahap kegiatan bimbingan kelompok yaitu : tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran”. Uraian empat tahap kegiatan bimbingan kelompok tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Tahap pembentukan

Setelah kelompok tersebut, pemimpin kelompok memulai kegiatannya di tempat yang telah ditentukan. Adapun langkah-langkah kegiatan adalah mengucapkan selamat datang kepada anggota kelompok, memimpin doa, menjelaskan pengertian, tujuan, cara pelaksanaan, azas bimbingan kelompok, melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

2. Tahap peralihan

Dalam tahap peralihan langkah-langkah yang harus dilakukan pemimpin kelompok tentang topik-topik yang akan dibahas di dalam

kelompok. Topik yang akan dibahas sifatnya umum yang berada di luar dari anggota kelompok yang pernah terlihat, pernah didengar, pernah dibaca, dari berbagai media massa. Topik tersebut ada yang disiapkan langsung oleh pimpinan kelompok (kelompok tugas), ada pula topik yang akan dibahas berasal dari masing-masing anggota kelompok (kelompok bebas). Bila perlu pemimpin kelompok dapat memberikan contoh topik yang akan dibahas dalam kelompok. Dengan jeli pemimpin kelompok harus memperhatikan suasana kelompok tentang kesiapan para anggota untuk berperan serta dalam pembahasannya. Kemudian ajakan untuk membahas, mendalami, topik umum, yang telah disepakati bersama.

3. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mempertajam topik yang akan dibahas. Kemudian mulai mengemukakan topik bahasan. Dalam bimbingan kelompok tugas, topik dibahas dikemukakan secara langsung oleh pimpinan kelompok dan langsung dibahas sampai tuntas. Dalam kelompok bebas topik bahasan dikemukakan oleh masing-masing anggota kelompok. Setelah mendapatkan persetujuan dari semua anggota kelompok secara bergantian topik-topik tersebut dibahas tuntas.

Untuk mengurangi ketegangan dan kelelahan dari masing-masing anggota kelompok dapat ditampilkan selingan berupa games, nyanyian, puisi dan lain-lain. Selanjutnya setiap anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan komitmennya.

4. Tahap pengakhiran

Dalam tahap pengakhiran pemimpin kelompok memberikan informasi bahwa kegiatan akan segera berakhir. Untuk itu anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan kesan-kesan kegiatan yang telah dilaksanakan. Kemudian pimpinan kelompoknya menanyakan kemungkinan kegiatan tersebut untuk bisa ditindak lanjuti. Anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan pesan dan harapan pada pertemuan mendatang. Kemudian pertemuan ditutup dengan ucapan terima kasih oleh pemimpin kelompok dan diakhiri dengan ucapan terima kasih oleh pemimpin kelompok dan diakhiri dengan doa bersama.

3. Game

3.1 Pengertian Game

Permainan pada hakikatnya disukai semua orang dari seluruh tingkat usia dan lapisan. Menurut Romlah (2001: 118) “permainan merupakan cara belajar yang menyenangkan karena dengan bermain anak-anak belajar sesuatu tanpa mempelajarinya. Apa yang dipelajari ini disimpan dalam pikirannya dan akan dipadukan menjadi satu kesatuan dengan pengalaman-pengalaman lain yang kadang tanpa disadari”.

Menurut (Suwarjo & Eliasa, 2011) Games adalah aktivitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan.

Dari beberapa pendapat diatas dapat saya dipahami bahwa game adalah sebagai saran hiburan yang bisa memotivasi, menyenangkan dan

menghilangkan rasa ketakutan yang ada di dalam diri seseorang dan merupakan cara belajar yang menyenangkan.

3.2 Fungsi Bermain

Menurut Andang Ismail (2006: 24) bermain dapat diklasifikasikan menjadi 2 fungsi utama, fungsi tersebut yaitu:

1) Sebagai alat pendidikan

Bermain merupakan cara yang paling baik untuk mengembangkan kemampuan anak didik. Dengan bermain secara alamiah anak akan bisa menemukan dan mengenali lingkungannya, orang lain, dan dirinya sendiri. Lebih dari itu, bermain juga dapat meningkatkan kecerdasan anak untuk berfikir, memiliki ketrampilan motorik, berjiwa seni, sosia, serta berparadigma religius.

2) Sebagai alat perawatan

Sudah banyak ahli jiwa yang menggunakan permainan sebagai salah satu alat dalam merawat anak-anak yang mengalami gangguan kejiwaan, karena permainan itu lebih mendekati dimensi kejiwaan anak-anak. Dalam permainan, mereka dapat mengungkapkan pertentangan batin, kecemasan, dan ketakutannya. Dengan demikian, selain dapat menjadi sarana untuk mengembangkan pengetahuan dan pengalaman, bermain juga dapat menjadi media psikoterapi atau pengobatan.

Piaget dalam (Santrock, 2002: 273) melihat permainan sebagai media yang meningkatkan perkembangan kognitif anak-anak. Pada waktu yang sama mengatakan bahwa perkembangan kognitif anak-anak membatasi cara mereka bermain. Permainan memungkinkan anak-anak mempraktikkan kompetensi-kompetensi dan keterampilan-keterampilan mereka yang diperlukan dengan cara yang santai dan menyenangkan. Piaget yakin bahwa struktur-struktur kognitif perlu dilatih, dan permainan memberi setting yang sempurna bagi latihan ini.

3.3 Manfaat Bermain

Teknik bermain berupaya membangunkan aspek psikis anak sehingga bisa lebih cepat menangkap apa yang muncul dihadapannya. Bermain juga membuat 31 anak lebih terdorong dalam mempelajari dan mengembangkan apa saja hal yang semestinya mereka ketahui sejak duduk dibangku sekolah. Menurut Arini (2010: 11) beberapa manfaat bermain pada anak diantaranya :

- 1) Bermain baik bagi perkembangan dan kesehatan tubuh anak

Melalui bermain, anak dapat menggerakkan seluruh anggota tubuhnya. Dengan begitu, aliran dan sirkulasi darah anak menjadi lebih baik, termasuk ke kelenjar syaraf dan otaknya. Pergerakan anggota tubuh tentu membuat anak relatif lebih sehat dan kuat. Lebih jauh dari itu, anak merasa mendapatkan wadah untuk menyalurkan energinya secara tepat.

- 2) Bermain berpotensi merangsang kecerdasan sosial anak

Ketika bermain dengan sejumlah teman dalam suatu kelompok, setiap anak tentu dituntut mampu memahami anak-anak yang lain. Itu artinya, melalui bermain anak dituntut belajar berinteraksi secara baik dengan sesamanya serta memahami karakter dan watak orang lain. Bila berinteraksi antar anak terjalin baik, tentu kegiatan bermain akan berjalan baik pula. Semakin anak berusaha memahami orang-orang di sekelilingnya (kelompoknya), maka semakin terbentuk pula kemampuan dan kecerdasan bermasyarakatnya. Melalui bermain, anak juga dapat belajar lebih jauh tentang sistem nilai, kebiasaan-kebiasaan, serta standar moral yang dianut oleh lingkup pergaulannya.

- 3) Memantapkan aspek emosi atau kepribadian anak

Bermain merupakan wadah yang tepat bagi anak untuk mengekspresikan diri dan kebebasan berpikirnya. Bermain membuat anak jauh dari kesan tertekan dan terkekang. Tanpa disadari, suasana senang dan penuh hiburan membuat anak mengeluarkan segala bentuk ekspresi dan emosinya. Inilah yang kemudian mendasari anak bisa lebih percaya diri dalam membuat setiap penilaian tentang dirinya dan memupuk kepercayaan diri.

- 4) Merangsang perkembangan aspek kognisi anak

Melalui bermain, sejumlah ilmu pengetahuan akan terbentuk dalam diri anak. Bermain secara berkelompok misalnya, berpotensi mendongkrak daya nalar dan kreativitas anak. Karena dalam suatu kelompok, anak dituntut mampu memahami kebutuhan proses dan tuntutan pencapaian orang-orang disekelilingnya. Di sinilah daya nalar dan kreativitas anak tadi berusaha dipacu oleh sistem atau suatu aturan permainan yang diterapkan.

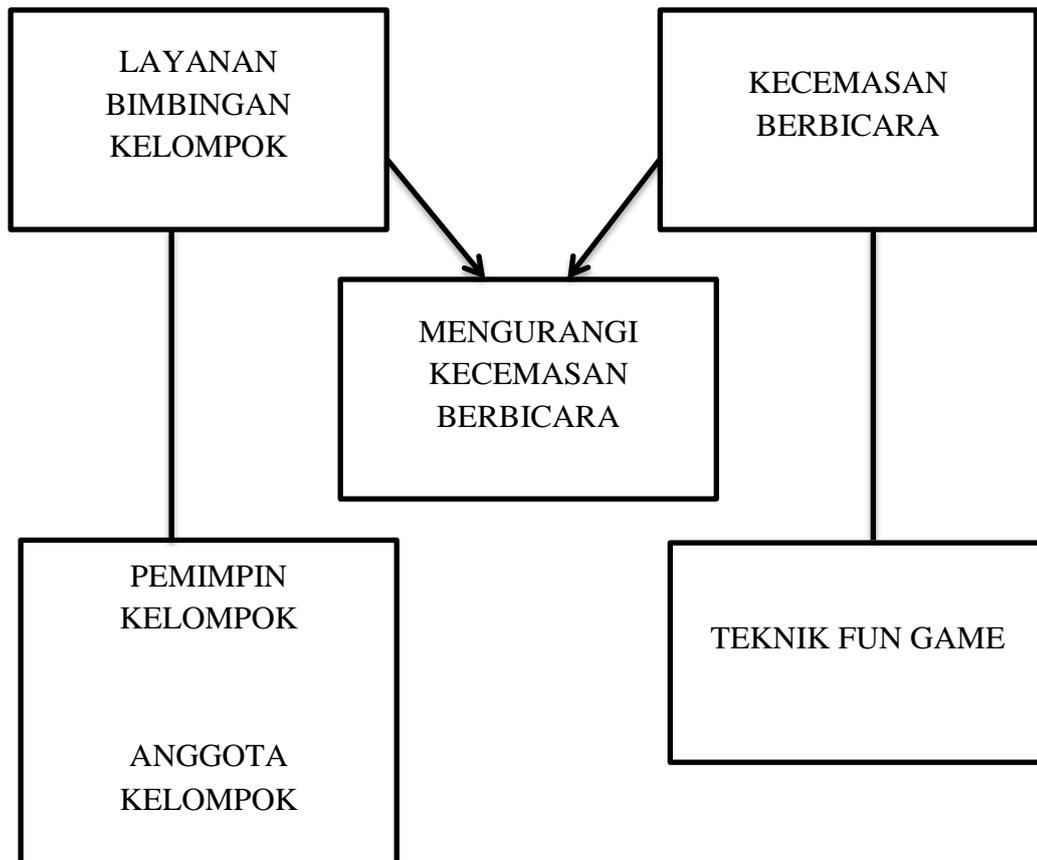
B. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual bisa juga disebut pengertian yang merupakan definisi secara singkat dari kelompok fakta atau gejala. Dalam penelitian ini sebagai kerangka konseptual digeneralisaikan adalah bimbingan kelompok dan kecemasan berbicara.

Dari beberapa teori tentang bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah bantuan yang diberikan kepada sekelompok siswa untuk memecahkan masalah dengan cara yang sesuai dengan keadaan-keadaan yang dihadapi sekelompok siswa.

Kecemasan berbicara adalah kecemasan berwujud gangguan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang dapat mengalami ketegangan atau kegugupan pada saat berbicara di depan orang banyak.

Maka dari itu, harus ada penanganan yang tepat pada siswa yang memiliki masalah tentang kecemasan berbicara tersebut dengan melakukan layanan bimbingan kelompok.



BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN, yang terletak di jalan Marelan Raya NO.77 kec. Medan-Marelan kel. Renggas Pulau.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 4 bulan, yaitu mulai dari bulan Oktober 2017 sampai bulan Maret 2018.

Tabel 3.1

Rencana Penelitian

No.	Jenis Kegiatan	Bulan / Minggu																							
		Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Pengajuan Judul	■	■	■	■																				
2.	ACC Judul				■																				
3.	Penulisan Proposal					■	■	■	■																
4.	Bimbingan Proposal									■	■	■	■												
5.	ACC Proposal													■											
6.	Seminar Proposal														■										
7.	Perbaikan Proposal															■									
8.	Permohonan Riset																■								
9.	Penulisan Skripsi																	■	■	■	■				
10.	Bimbingan Skripsi																					■	■	■	■
11.	ACC Skripsi																							■	
12.	Ujian Skripsi																								■

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek

Subjek penelitian kualitatif adalah mereka para responden atau informan yang dijadikan sebagai nara sumber untuk menggali yang dibutuhkan peneliti.

Maka dalam penelitian ini ditentukan subjek penelitian yang kiranya peneliti dapat menggali informasi dari mereka yakni, guru-guru pengajar dan guru bimbingan konseling memberikan informasi mengenai siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN.

Tabel 3.2

Subjek Penelitian

No.	Kelas	Jumlah siswa
1.	VIII-A	42
2.	VIII-B	45
Jumlah	2 Kelas	87

2. Objek Penelitian

Objek penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang tujuannya untuk menganalisis fenomena atau kejadian. Menurut Suharsini Arikunto (2009:15) objek penelitian adalah sebagai berikut : “Objek penelitian yaitu sesuatu yang merupakan inti dari problematika penelitian”. Adapun pengambilan objek dalam penelitian ini hanya

ditunjukkan pada siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas. Berdasarkan observasi jumlah objek sebanyak 10 siswa. Untuk mengetahui lebih jelas tentang rincian objek dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.3
Objek Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Objek
1.	VIII-A	5
2.	VIII-B	5
Jumlah		10

C. Definisi Operasional Variabel

Setelah mengidentifikasi variabel penelitian, maka di rumuskan didefenisi operasional penelitian sebagai berikut :

Layanan bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor sekolah sebagai pemimpin kelompok kepada individu sebagai anggota kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas masalah yang sama di dalam kelompok, serta mendapatkan informasi dari peserta maupun pemimpin kelompok.

Kecemasan berbicara adalah kecemasan berwujud gangguan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang dapat mengalami ketegangan atau kegugupan pada saat berbicara di depan orang banyak.

D. Bentuk Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Tohrin (2013:3) “ pendekatan kualitatif ini diambil karena dalam penelitian ini memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah”.

Karena data yang di peroleh berupa kata-kata atau tindakan, maka jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah jenis penelitian Deskriptif, yakni jenis atau berbagai variabel. Penelitian Deskriptif merupakan penelitian yang datanya dikumpul berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka-angka.

E. Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian, metode pengumpulan data merupakan faktor yang cukup penting dan mempengaruhi hasil penelitian. Hal ini di sebabkan karena dengan pemilihan metode yang tepat, maka akan dapat diperoleh data yang tepat, akurat dan relevan. Secara garis besar, maka alat evaluasi yang digunakan dapat digolongkan menjadi dua macam, yaitu : tes dan non tes. Berikut ini adalah beberapa jenis instrument penelitian yaitu :

1. Observasi

Obeservasi adalah proses pengamatan terhadap suatu objek atau masalah untuk mengetahui sesuatu secara langsung dan mendalam.

Menurut Arikunto (2010:156) observasi atau pengamatan meliputi “Kegiatan pemusatan perhatian terhadap sesuatu objek yang menggunakan seluruh alat indera. Jadi mengobservasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba dan pengecap. Dalam penelitian ini dilakukan dengan cara pengamatan”

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengobservasi siswa untuk melihat permasalahan yang ada pada siswa di sekolah. Dalam pengamatan ini peneliti menggunakan jenis observasi partisipan, yaitu observer terjun langsung dan mengumpulkan data dalam situasi atau lingkungan observasi, dimana observer membuat materi yang dibuat sebelumnya dengan maksud sesuai dengan tujuan observasi.

Pada kegiatan peneliti, peneliti mengobservasi kegiatan siswa yang direkomendasikan menjadi subjek peneliti guna mengetahui siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas.

Tabel 3.4

Pedoman Observasi di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

T.A 2017/2018

No.	Aspek Yang Diamati	Hasil
1.	Antusias siswa dalam bimbingan kelompok a. Mendengarkan dan menerima pendapat orang lain b. Keaktifan mengeluarkan pendapat dalam bimbingan kelompok c. Dinamika kelompok	
2.	Perilaku siswa a. Positif - Rajin mengikuti kegiatan sekolah	

	<ul style="list-style-type: none"> - Disiplin dalam praktek - Meyampaikan pendapat - Memberikan jawaban <p>b. Negatif</p> <ul style="list-style-type: none"> - Berbicara kotor - Tidak bertanggung jawab - Suka berbicara saat belajar 	
3.	<p>Interaksi siswa dengan teman-temannya</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mudah bergaul dengan teman b. Cara berkomunikasi dengan teman 	

2. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan antara dua orang atau lebih dan untuk memperoleh informasi dimana sang pewawancara melontarkan pertanyaan-pertanyaan untuk dijawab oleh orang yang diwawancarai.

Menurut Sugiono (2009:157) “Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit / kecil.”

Dalam hal ini, penulis melakukan serangkaian wawancara kepada siswa, wali kelas dan guru BK yang dapat memberikan keterangan terhadap skripsi ini. Wawancara adalah bentuk komunikasi langsung antara peneliti dengan responden. Komunikasi ini langsung dalam bentuk tanya jawab dalam hubungan tatap muka, sehingga gerak dan mimik responden merupakan pola media yang melengkapi kata-kata secara verbal.

Tabel 3.5
Pedoman Wawancara Dengan Siswa

No.	Pertanyaan	Hasil
1.	Bagaimana pendapat kamu mengenai bimbingan dan konseling yang ada di sekolah ini?	
2.	Bagaimana pendapat kamu tentang layanan-layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa yang ada di SMP Harapan Mekar Medan ?	
3.	Pernahkah kamu melakukan layanan bimbingan kelompok? Dan apa saja yang kamu ketahui tentang layanan bimbingan kelompok?	
4.	Apa yang mendasari kamu mengalami kecemasan berbicara di dalam kelas?	
5.	Apa yang membuat kamu kurang aktif dalam berbicara di dalam kelas?	
6.	Apa saja yang menjadi penyebab siswa mengalami kecemasan berbicara di depan kelas?	

Tabel 3.6
Pedoman Wawancara Dengan Wali Kelas

No.	Pertanyaan	Hasil
1.	Bagaimana sikap siswa tersebut saat ibu mengajar di dalam kelas?	
2.	Bagaimana tanggapan ibu dengan sikap mereka?	
3.	Tindakan apa yang ibu berikan kepada siswa tersebut?	

4.	Adakah perubahan pada mereka setelah ibu memberikan nasehat pada mereka?	
----	--	--

Tabel 3.7

Pedoman Wawancara Dengan Guru BK

No.	Pertanyaan	Hasil
1.	Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di SMP Harapan Mekar Medan?	
2.	Layanan apa saja yang sudah ibu berikan kepada siswa di SMP Harapan Mekar Medan?	
3.	Bagaimana ibu menyikapi siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas?	
4.	Apakah ibu melibatkan guru lain dalam menyelesaikan masalah siswa?	

3. Dokumentasi

Sejumlah fakta dan data yang tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumentasi. Biasanya berbentuk surat-surat, catatan harian, laporan, artefak, foto dan sebagainya. Sifat data ini tidak terbatas pada ruang dan waktu sehingga memberi peluang kepada peneliti untuk mengetahui hal-hal yang pernah terjadi di waktu silam.

Menurut Sugiyono (dalam Gunawan, 2013:176), "dokumentasi merupakan catatan peristiwa penting yang sudah berlalu yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang". Lebih lanjut, Gottschalk (dalam Gunawan, 2013:175) menyatakan "dokumentasi

merupakan proses pembuktian yang didasarkan atas jenis sumber apapun, baik itu yang bersifat tulisan, lisan, gambar atau arkeologis.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan pengolahan data dari data-data yang sudah terkumpul. Diharapkan dari pengolahan data tersebut dapat diperoleh gambaran yang akurat dan konkrit dari subjek penelitian.

Analisis data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan. Jadi analisis, berdasarkan pola data yang telah diperoleh dari penelitian yang bersifat terbuka. Penelitian kualitatif data yang terkumpul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa catatan lapangan dan komentar peneliti. Oleh karena itu, diperlukan adanya pekerjaan analisis data yang meliputi (1) reduksi data, dan (2) penyajian data.

1. Reduksi Data

Data yang terdapat dalam penelitian ini akan direduksi agar tidak bertumpuk-tumpuk guna untuk memudahkan pengelompokan data serta memudahkan dalam penyimpulan.

Reduksi data artinya sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan tertulis dari lapangan. Reduksi data berlangsung terus-menerus selama penelitian berlangsung.

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun dari kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan data berbentuk teks naratif diubah menjadi bentuk matriks, grafik dan bagan. Semua dirancang guna menggabungkan informasi yang tersusun dalam bentuk yang padu dan mudah diraih sehingga peneliti dapat mengetahui apa yang terjadi untuk menarik kesimpulan. Penyajian data merupakan bagian dari proses-proses analisis.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Profil SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

- 1) Nama Sekolah : SMP HARAPAN MEKAR MEDAN
- 2) Alamat Sekolah : Jalan Marelan Raya NO.77
- 3) Pemerintahan Kota : Medan
- 4) Kecamatan : Medan Marelan
- 5) Desa/Kelurahan : Renggas Pulau
- 6) No. Telepon : 061-6841638
- 7) No. Statistik/NDS/NPSN : 204076011424/2007120316/10210039
- 8) Jenjang Akreditasi : A
- 9) Status Sekolah : Swasta
- 10) Penerbit SK : No. 2 Tahun1988
- 11) Tahun Didirikan : 1988
- 12) Tahun Beroperasi : 1988

2. Visi dan Misi SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

1) Visi Sekolah

Berprestasi disertai Iman dan Taqwa

2) Misi Sekolah

- a. Mewujudkan pemerataan dan perluasan layanan
- b. Mewujudkan standar isi kurikulum
- c. Mewujudkan standar proses pendidikan

- d. Mewujudkan standar kelulusan
- e. Mewujudkan standar tenaga pendidik
- f. Mewujudkan standar sarana dan prasarana
- g. Mewujudkan standar penilaian
- h. Mewujudkan standar pembiayaan

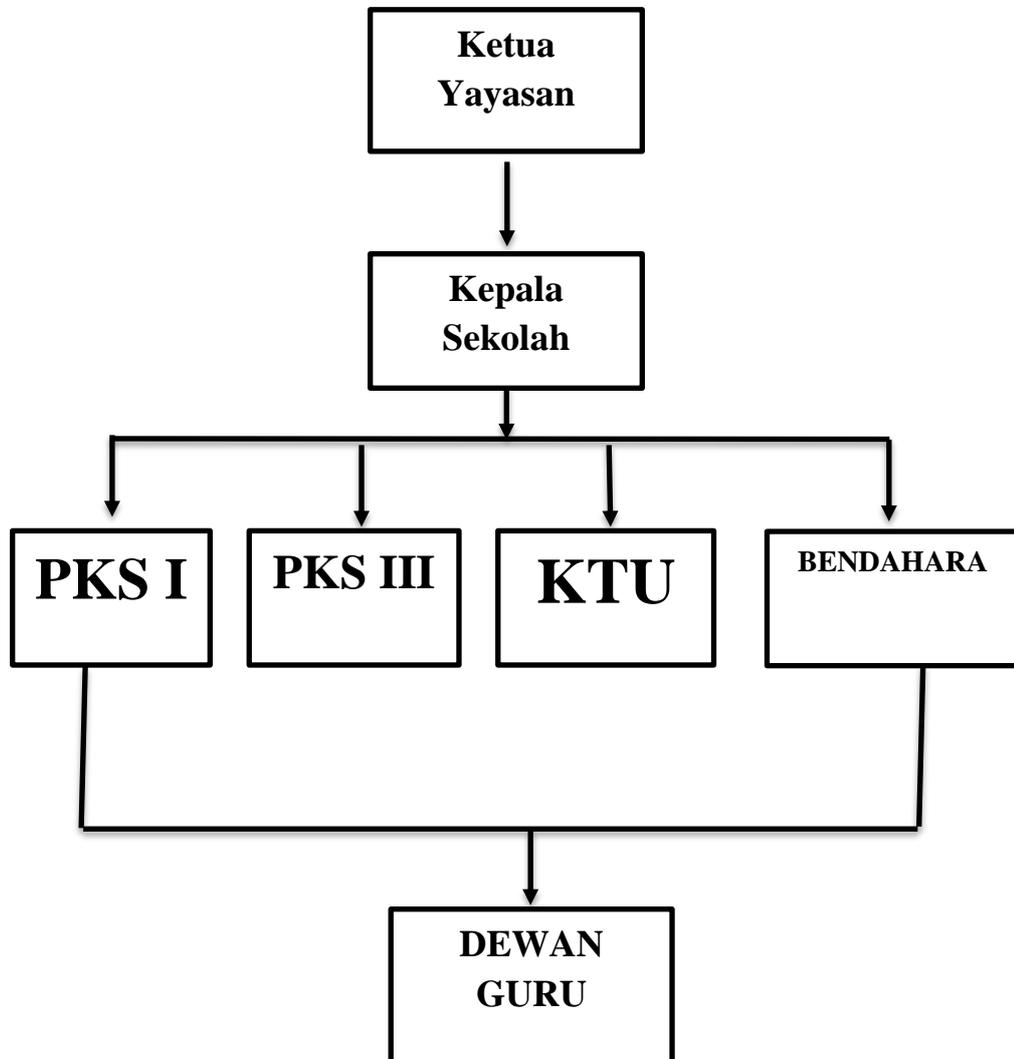
3) **Struktur Organisasi**

Organisasi dapat diartikan sebagai suatu lembaga atau kelompok fungsional yang terdiri dari sekelompok orang yang mana bekerja sama untuk mencapai tujuan tertentu. Struktur organisasi ini sendiri mewujudkan kerangka dan susunan perwujudan pola tetap hubungan antara fungsi, bagian ataupun posisi, maupun orang yang mewujudkan kedudukan, tugas dan wewenang serta tanggung jawab yang berbeda dalam suatu organisasi di sekolah.

Adapun struktur organisasi yang digunakan oleh Sekolah SMP HARAPAN MEKAR garis dan staff yang dibuat sesuai dengan keadaan yang ada yang berkaitan dengan kebutuhan bagi kelanjutan jalannya pada roda organisasi.

Adapun gambar pada struktur organisasi pada Sekolah SMP HARAPAN MEKAR dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 4.1
Struktur Organisasi di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN



4) Sarana dan Prasarana Sekolah di SMP HARAPAN MEKAR Medan

Tabel 4.2
Sarana dan Prasarana di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

No.	Ruangan	Keadaan
1.	Ruang Kepala Sekolah	Ada

2.	Ruang Wakil Kepala Sekolah	Ada
3.	Ruang PKS	Ada
4.	Ruang Tata Usaha	Ada
5.	Ruang Guru	Ada
6.	Ruang Perpustakaan	Ada
7.	Ruang Laboratorium	Ada
8.	Ruang Kelas	Ada
9.	WC Siswa	Ada
10.	WC Guru	Ada

5) Data Siswa / Siswi di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

Siswa adalah unsur yang paling utama dalam proses belajar mengajar disebabkan karena siswa merupakan objek utama yang dididik dan belajar agar terbentuknya manusia yang berilmu dan berpendidikan serta bertingkah laku sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Keadaan siswa siswi di SMP HARAPAN MEKAR Medan dapat dilihat pada tabel dibawah sebagai berikut :

Tabel 4.3
Data Siswa / Siswi

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Perempuan	Laki-laki	
1.	VII	50	63	113
2.	VIII	35	59	94
3.	IX	82	89	171
Jlh	3	167	211	378

6) Data Keadaan Guru dan Pegawai

Guru merupakan salah satu unsur pendidik dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Efektifitas dan efisien belajar siswa di sekolah sangat bergantung kepada peran guru. Bukan hanya sebatas mengajar, guru juga harus bisa mendidik, melatih dan membimbing siswa kearah tujuan yang ditetapkan. Guru melaksanakan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai suatu tujuan pendidikan yang memiliki tanggung jawab yang sangat strategis sejak dari merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di Sekolah SMP Harapan Mekar Medan.

Berikut ini daftar guru dan pegawai sekolah SMP HARAPAN MEKAR Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

Tabel 4.4

Daftar Tenaga Kerja di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

No	Nama Guru dan Pegawai	L/P	Jabatan	Pendidikan Terakhir	Mata Pelajaran
1.	Abdul Rasyd Lubis S.Pd	L	Kepala Sekolah	S1 PPKN	PKN
2.	Dra. Nurbaiti	P	Wakasek Kurikulum	S1 Ilmu Pendidikan	IPS
3.	Haryanto, ST	L	Wakasek Kesiswaan	S1 Teknik Informatika	TIK
4.	Nining Surandani, S.Pd	P	Bendahara	S1 Bahasa	B.Indonesia

				Indonesia	
5.	Kusnadi, S.PdI	L	BP / BK	S1 Pend. Agama Islam	Agama Islam
6.	Dra. Husniati	P	Guru	S1 Tarbiyah	Keterampilan
7.	Andri A. Desa, ST	L	Guru	S1 Teknik Elektro	Keterampilan
8.	Khairina, S.Pd	P	Guru	S1 PKK / Tata Busana	Seni Budaya
9.	Nurhijjah Nasution, S.Pd	P	Guru	S1 Pend. Biologi	IPA
10.	Sudarsini, S.Pd	P	Guru	S1 Ekonomi / Akutansi	IPS
11.	Khairani Dewi, S.Pd	P	Guru	S1 PPKN	PPKN
12.	Yusfi Arpah, S.Pd	P	Guru	S1 Pend. Biologi	IPA
13.	Beni S. Irawan, S.Pd	L	Guru	S1 Pend. B.Indonesia	B.Indonesia
14.	Sriwati Nasution, S.Pd	P	Guru	S1 Pend. Matematika	Matematika
15.	Agus Sutiono, BA	L	Guru	D3 Kimia	Metematika
16.	Utami Disti Handari, S.Pd	P	Guru	S1 Bahasa Indonesia	B.Inggris
17.	Halimatussakdiah, SS	P	Guru	S1 Bahasa	B.Inggris

				Inggris	
18.	Mahzura Ulfa, S.Pd	P	Guru	S1 Bahasa Indonesia	B.Indonesia
19.	Novita Desandra Tanjung, S.Pd	P	Guru	S1 Pend. Matematika	Matematika
20.	Wendi Armansyah, S.Pd	L	Guru	S1 Olahraga	Penjas
21.	Romaito Siregar	L	Tata Usaha	SMK / Akuntansi	-

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Dalam penelitian ini dilakukan di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN Tahun Ajaran 2017/2018 yang bertempat di jalan Marelan Raya No. 77 Medan Marelan. Yang menjadi objek penelitian ini adalah 10 siswa dari kelas VIII dengan keseluruhan jumlah 94 orang siswa, dari kelas VIII-1 ada 5 orang siswa dan dari kelas VIII-2 ada 5 orang siswa. Sebelum peneliti melakukan penelitian terlebih dahulu melakukan observasi di sekolah. Penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Adapun yang ingin diteliti dalam penelitian ini adalah Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa Di Depan Kelas Dengan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Kelas VIII di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN. Langkah-langkah yang peneliti lakukan adalah observasi, wawancara dan melaksanakan bimbingan kelompok sebanyak 2 kali sambil menjelaskan kecemasan berbicara di depan kelas.

Melalui observasi dan wawancara yang telah dilakukan, penelitian mendapatkan hasil yang disimpulkan bahwa wali kelas mendukung penuh setiap kegiatan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling kepada siswa di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti mendapatkan hasil bahwa ada beberapa siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas.

Seperti yang diungkapkan oleh bapak Kusnadi S.Pdi (Guru Bimbingan dan Konseling) *“Masih ada beberapa anak yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas ada pada saat maju ke depan kelas untuk menyampaikan pendapat anak tersebut keringat dingin, gemetaran dan yang lainnya”*

Seperti siswa yang bernama AY (siswa kelas VIII-1) peneliti mengobservasi siswa tersebut pada saat berada di dalam kelas tidak sama sekali kritis dalam memberikan tanggapan terhadap pembelajar dan pertanyaan yang diberikan oleh guru mata pelajaran, acuh dan tak acuh siswa tersebut dalam mengikuti mata pelajaran atau menanggapi apa yang disampaikan oleh gurunya.

Kemudian siswa MM (siswa kelas VIII-2) juga tidak sama sekali kritis dalam memberikan tanggapan terhadap pembelajaran yang diberikan oleh guru mata pelajaran dan tidak mau mengungkapkan pendapatnya di depan kelas.

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada beberapa siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas pada saat mereka di suruh maju kedepan kelas untuk mengungkapkan pendapat mereka.

1. Deskripsi Kecemasan Berbicara

Kecemasan berbicara di artikan berbeda-beda oleh semua pihak, beberapa orang menyebutkan bahwa kecemasan berbicara adalah kecemasan berwujud gangguan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang dapat mengalami ketegangan atau kegugupan pada saat berbicara di depan orang banyak.

Menurut bapak Kusnadi S.PdI kecemasan berbicara adalah ketakutan yang dapat dialami kegugupan pada saat berbicara di depan orang banyak dengan ciri-ciri ia akan keringat dingin, anggota badan kemetaran dan gugup saat berbicara.

Pendapat lainnya yang diberikan oleh siswa kelas VIII-1, ia memberikan pendapat bahwa kecemasan berbicara adalah merasa tegang dan keringat dingin pada saat memberikan pendapat di depan orang banyak.

2. Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa

Konseling sangat dibutuhkan dalam membantu memecahkan konflik yang dialami oleh siswa / siswi. Cara berkomunikasi guru bimbingan konseling dengan siswa harus menciptakan suasana pertemanan,

menghindari sikap formalitas yang justru dapat menghambat bagi kelancaran pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Keterampilan guru bimbingan konseling dapat merubah sikap siswa sekaligus mampu menjadi teman bagi siswa.

Disinilah peran aktif guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan kepada anak-anak yang mengalami masalah pada kecemasan berbicara di depan kelas. Layanan yang diberikan oleh guru bimbingan konseling seperti layanan bimbingan dan kelompok.

Bimbingan kelompok adalah kegiatan pemberian layanan atau informasi yang berbentuk kelompok-kelompok untuk mengatasi permasalahan dengan tepat.

Menurut siswa bernama AY (siswa kelas VIII-1) menyatakan *“bahwa saya senang diberikan layanan bimbingan kelompok dalam menyingkatakan pemikiran kritis saya untuk mengungkapkan pendapat di depan orang banyak tanpa adanya kecemasan berbicara”*.

Hal serupa diungkapkan oleh siswa yang bernama MM (siswa kelas VIII-2) *“saya senang telah mengikuti layanan bimbingan kelompok ini karena sebelumnya saya belum diberikan layanan yang materinya tentang kecemasan berbicara di depan kelas, menurut saya itu sangat penting untuk semua siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas”*.

Dari beberapa definisi diatas bahwa dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan kepada siswa yang memiliki persoalan yang sama dalam bentuk kelompok dan didalamnya

terdapat pemimpin kelompok (guru bimbingan dan konseling) dan anggota kelompok yang bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang ada pada anggota kelompok.

3. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Setelah menyusun perencanaan selanjutnya peneliti bertindak sebagai guru bimbingan konseling yang memberikan bimbingan kelompok. Pelaksanaan ini dilakukan sebanyak 2 kali. Langkah awal yang dilakukan oleh peneliti adalah mengumpulkan siswa / siswi yang memiliki permasalahan pada kecemasan berbicara di depan kelas yang peneliti observasi dan yang direkomendasikan oleh guru bimbingan dan konseling beserta wali kelas masing-masing. Dan kemudian peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan tahapan-tahapan sebagai berikut :

a. Tahap Pembukaan

Setelah membentuk kelompok, pemimpin kelompok memulai kegiatannya ditempatkan yang telah ditentukan. Adapun langkah-langkah pada tahap ini yaitu :

- a) Mengucapkan salam dan berterima kasih kepada anggota yang telah datang untuk kegiatan bimbingan kelompok.
- b) Membaca do'a yang di pimpin oleh pemimpin kelompok.
- c) Menjelaskan pengertian, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok.

- d) Memperkenalkan nama anggota kelompok dengan merangkai nama.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan ini langkah-langkah yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok pertama menanyakan kepada anggota kelompok apakah mereka sudah siap untuk melanjutkan ke tahap yang berikutnya. Setelah pemimpin menanyakan kepada anggota kelompok selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan persoalan topik yang akan dibahas didalam kelompok. Topik tersebut bisa bersifat tugas yaitu topik yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok sedangkan topik bebas yaitu membahas persoalan-persoalan yang ada pada anggota kelompok.

Pemimpin kelompok harus memperhatikan suasana yang terjadi pada anggota kelompok dan mempertanyakan kembali persiapan anggota kelompok untuk berperan aktif dalam pembahasan pada tahap kegiatan. Kemudian ajakan untuk membahas dan mendalami topik umum yang telah di sepakatin bersama.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan ini, pemimpin kelompok harus mengajak anggota untuk lebih fokus terhadap pada topik yang dibahas. Dalam bimbingan kelompok tugas, topik bahasan yang

dikemukakan secara langsung oleh pemimpin kelompok dan langsung dibahas sampai tuntas.

Pada bimbingan kelompok kali ini pemimpin kelompok mengambil tema tentang teknik berbicara di depan umum. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengemukakan pendapatnya tentang masing-masing pokok pembahasan itu.

Pada saat membahas topik pemimpin kelompok juga menggunakan teknik game agar anggota kelompok tidak mengalami ketegangan game yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dot kelipatan tiga. Jika anggota kelompok ada yang kalah maka ia akan menunjukkan bakatnya di depan anggota kelompok yang lainnya.

Dan pada saat membahas topik yang pertama masih ada 4 orang anggota kelompok yang masih belum muncul pemikiran kritisnya dan tanggapannya, dan pada saat pertemuan kedua masih ada 1 orang yang belum muncul pemikiran kritisnya dan tanggapannya.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, pemimpin kelompok memberikan informasi bahwa kegiatan akan diakhiri. Untuk itu para anggota diberi kesempatan untuk memberikan pesan dan kesan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini. Anggota kelompok

diberi kesempatan untuk menyampaikan harapan untuk pertemuan yang mendatang. Kemudian ditutup dengan mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok dan diakhiri dengan do'a bersama.

C. Observasi Setelah Layanan

Setelah penelitian selesai melaksanakan bimbingan kelompok kepada siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas, peneliti melakukan observasi kembali kepada siswa yang telah diberikan layanan bimbingan kelompok untuk melihat seberapa efektif layanan bimbingan kelompok untuk menyelesaikan permasalahan kecemasan berbicara siswa di depan kelas dan mengambil sikap.

Dari hasil observasi pada pelaksanaan bimbingan kelompok yang pertama, masih ada 4 orang siswa yang belum terlihat kurangnya kecemasan berbicara di depan kelas, tanggapan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa masih kurang aktif dalam menyampaikan pendapatnya di depan kelas seperti yang diharapkan oleh peneliti. Dengan demikian peneliti melaksanakan kembali melakukan bimbingan kelompok kedua kalinya untuk mengatasi permasalahan mengenai kecemasan berbicara siswa di depan kelas.

Pada pertemuan kedua ini peneliti melihat dan mendengarkan tanggapan-tanggapan yang diberikan oleh anggota kelompok. Kemudian hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada kegiatan bimbingan kelompok pada kedua kali ini, dari 10 orang siswa yang muncul pemikiran, peka dan tanggapan dari

pelaksanaan bimbingan kelompok sebanyak 10 orang dan 1 orang siswa yang belum juga muncul untuk mengatasi permasalahan yang terjadi pada siswa tersebut yaitu kecemasan berbicara siswa di depan kelas dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Dengan demikian sudah banyak siswa yang sudah menyampaikan pendapatnya di depan kelas tanpa adanya kecemasan berbicara dan dapat mengetahui bagaimana cara untuk mengurangi kecemasan berbicara dan sudah tahu bagaimana teknik berbicara di depan orang banyak.

D. Refleksi Hasil Penelitian

Dari observasi yang dilakukan peneliti terhadap keadaan siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR MEDAN dapat dilihat siswa / siswi sudah mampu untuk berbicara di depan kelas tanpa adanya kecemasan berbicara, sudah mulai aktif dalam menanggapi pelajaran dan menyampaikan pendapatnya di depan kelas.

E. Pembahasan dan Hasil Penelitian

Dalam penelitian dalam tujuan untuk mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dengan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok di kelas VIII di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN Tahun Ajaran 2017/2018.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan penulis dengan melakukan diskusi dengan teman sejawat dan dosen pembimbing serta doa dan dukungan orang tua. Akhirnya peneliti mendapatkan hasil bahwa data yang diperoleh

sudah cukup akurat melalui observasi dan wawancara dan peneliti mendapatkan hasil bahwa wali kelas dan guru BK SMP HARAPAN MEKAR MEDAN mendukung program guru bimbingan konseling.

F. Keterbatasan Penelitian

Penulis mengakui bahwa penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, banyak kekurangan dan keterbatasan yang penulis hadapi dalam penulisan skripsi ini. Keterbatasan penulis hadapi disebabkan oleh beberapa hal yaitu :

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki penulis baik moral maupun moril dari awal pembuatan proposal hingga proses penelitian.
2. Penelitian dilakukan relatif singkat. Hal ini disebabkan penulis mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti.

Dengan demikian peneliti menyadari dengan sepenuh hati bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu peneliti akan mendiskusikan lebih lanjut dengan rekan-rekan dan dosen pembimbing dengan upaya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan mengenai upaya mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dengan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok di kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR MEDAN Tahun Ajaran 2017/2018, maka penulis dapat menyimpulkan beberapa kesimpulan :

1. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan topik tugas sudah berhasil dilakukan di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN dengan menggunakan teknik diskusi kelompok dengan menggunakan topik teknik berbicara di depan umum.
2. Ada beberapa siswa yang memiliki kecemasan berbicara siswa di depan kelas di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN pada saat mereka di suruh untuk menyampaikan pendapatnya di depan kelas ia akan merasa panik, keringat dingin, dan anggota badannya bergemetaran.
3. Dari hasil penelitian, upaya mengurangi kecemasan berbicara di depan kelas dengan menggunakan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok di kelas VIII SMP HARAPAN MEKAR MEDAN terbilang cukup efektif dan efisien.

B. Saran

Dalam upaya mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas dengan menggunakan teknik fun game melalui layanan bimbingan kelompok,

guru bimbingan konseling berupaya meningkatkan kualitas dalam pemberian layanan guna mengaplikasikannya dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan maka penulis memberikan saran-saran yaitu :

1. Bagi Siswa

Diharapkan seluruh siswa dalam kegiatan belajar harus mengikuti berbagai peraturan serta tata tertib yang diberlakukan di sekolah, dan setiap siswa dituntut untuk dapat berperan aktif atau ikut serta menjadi anggota bimbingan kelompok guna meningkatkan keberhasilan yang akan dicapai siswa di waktu mendatang.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan kepada guru bimbingan dan konseling agar berperan aktif dalam langkah mengarahkan, membantu dan membimbing siswa dalam perilaku yang lebih baik.

3. Bagi Wali Kelas

Diharapkan kepada wali kelas agar hendaknya dapat memberikan perhatian yang cukup kepada siswa/siswi agar mereka bisa menyampaikan pendapatnya di depan kelas tanpa ada rasa cemas.

4. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan kepada kepala sekolah agar lebih mendukung dan tanggap terhadap proses konseling yang dilaksanakan dan

menyupayakan untuk melengkapi saran dan prasarana di sekolah agar proses bimbingan dan konseling berjalan dengan optimal.

5. Bagi Peneliti

Diharapkan kepada peneliti yang selanjutnya untuk lebih mengembangkan pembahasan mengenai penerapan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi kecemasan berbicara siswa di depan kelas.

DAFTAR PUSTAKA

Arini Yuli. 2010. *Kumpulan Games Cerdas dan Kreatif untuk Meningkatkan Kecerdasan Otak dan Emosi Anak*. Yogyakarta: Galangpress.

Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta

Arikunto, Suharsini. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

Chaplin. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah : Dr. Kartini Kartono. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Clark, Carolyn Chambers. 2006. *Living Well With Anxiety: What Your Doctor Doesn't Tell You That You Need to Know*. New York : Harpencollin.

Damayanti, Nindya. 2012. *Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Arska.

Dayakisni, T & Hudaniah. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang : Gunung Agung.

Dinka, Radithya. 2010. *Cara Cepat Belajar Public Speaking Secara Profesional*. Magelang: Damar Media Publishing.

F, Tallis. 1992. *Mengatasi Rasa Cemas*. Jakarta: Meitasara.

Gunawan, Iman (2013). *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara

Hawari, Dadang. 2001. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta : Badan Penerbit FKUI.

Ismail, Andang. 2006. *Education Games*. Jogjakarta: Pilar Media.

Nevid, J.S, Rathus, S.A & Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal*, Edisi Kelima Jilid 2 (Terjemahan). Jakarta: Erlangga.

Olii, Helena. 2010. *Public Speaking*. Jakarta: Indeks.

O'Connor, Frances. 2008. *Frequently Asked Questions About "Academic Anxiety"*. New York: Rosen.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang : Universitas Negeri Padang.

Rahayu, Ardini. 2004. *Hubungan Pola Pikir Positif dengan Kecemasan Berbicara di Depan Kelas*. Jurnal Psikologi: UNDIP.

Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang Press

Santrock, J. W. 2002. *Life Span Development Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.

Safira, Triantoro. 2012. *Managemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.

Sugiono. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suwarjo & Eliasa. 2011. *55 Permainan dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.

Tohirin. 2007. *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Tohirin.2013. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rajawali Pers

LAMPIRAN I**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. DATA PRIBADI**

1. Nama : Khairana Marini
2. Tempat, Tanggal Lahir : Medan, 10 Juni 1996
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Kewarganegaraan : Indonesia
5. Status : Belum Menikah
6. Agama : Islam
7. Alamat : Jln. Keadilan Lr. II Baru Timur
8. Nama Orang Tua
 - a. Ayah : Junaidi
 - b. Ibu : Sri Hayati

B. PENDIDIKAN FORMAL

1. Tahun 2002 – Tahun 2008 : SD Negeri 064965 Medan
2. Tahun 2008 – Tahun 2011 : SMP Swasta Pertiwi Medan
3. Tahun 2011 – Tahun 2014 : SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan
4. Tahun 2014 – Tahun 2018 : Kuliah di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling

Medan, 2018

(Khairana Marini)

LAMPIRAN II**LEMBARAN OBSERVASI****KECEMASAN BERBICARA SISWA DI DEPAN KELAS****SMP HARAPAN MEKAR MEDAN**

Tempat : Ruang Kelas VIII

Tempat Observasi : SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

Topik Observasi : Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas Dengan Menggunakan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok

Pedoman Observasi di SMP HARAPAN MEKAR MEDAN**T.A 2017/2018**

No.	Aspek Yang Diamati	Hasil
1.	Antusias siswa dalam bimbingan kelompok d. Mendengarkan dan menerima pendapat orang lain e. Keaktifan mengeluarkan pendapat dalam bimbingan kelompok f. Dinamika kelompok	 ✓ - -
2.	Perilaku siswa c. Positif - Rajin mengikuti kegiatan sekolah - Disiplin dalam praktek - Meyampaikan pendapat - Memberikan jawaban d. Negatif - Berbicara kotor - Tidak bertanggung jawab - Suka berbicara saat belajar	 ✓ - - - - - -
3.	Interaksi siswa dengan teman-temannya c. Mudah bergaul dengan teman d. Cara berkomunikasi dengan teman	 - -

LAMPIRAN III**HASIL WAWANCARA DENGAN SISWA**

Tempat : Ruang Kelas VIII

Tempat Observasi : SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

Topik Observasi : Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas Dengan Menggunakan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok

Pedoman Wawancara Dengan Siswa

No.	Pertanyaan	Hasil
1.	Bagaimana pendapat kamu mengenai bimbingan dan konseling yang ada di sekolah ini?	Menurut saya tentang bimbingan konseling yang ada di sekolah ini masih kurang maksimal dalam memberikan layanan kepada siswa/siswinya.
2.	Bagaimana pendapat kamu tentang layanan-layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa yang ada di SMP Harapan Mekar Medan ?	Layanan yang diberikan oleh guru BK kurang maksimal.
3.	Pernahkah kamu melakukan layanan bimbingan kelompok? Dan apa saja yang kamu ketahui tentang layanan bimbingan kelompok?	Saya pernah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Yang saya ketahui layanan bimbingan kelompok itu untuk mengungkapkan pendapat saya di dalam kelompok.

4.	Apa yang mendasari kamu mengalami kecemasan berbicara di dalam kelas?	Saya tidak berani untuk berbicara di depan orang banyak.
5.	Apa yang membuat kamu kurang aktif dalam berbicara di dalam kelas?	Saya takut salah jika saya berbicara di depan kelas dan saya malu jika saya berbicara di depan orang banyak.
6.	Apa saja yang menjadi penyebab siswa mengalami kecemasan berbicara di depan kelas?	Penyebab mengalami kecemasan berbicara pertama ia tidak percaya diri, tidak tahu apa yang harus dibilang di depan kelas dan takut salah.

LAMPIRAN IV**HASIL WAWANCARA DENGAN WALI KELAS**

Tempat : Ruang Guru

Tempat Observasi : SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

Topik Observasi : Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas Dengan Menggunakan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok

Pedoman Wawancara Dengan Wali Kelas

No.	Pertanyaan	Hasil
1.	Bagaimana sikap siswa tersebut saat ibu mengajar di dalam kelas?	Sikap mereka saat saya mengajar mereka hanya diam. Jika di suruh maju kedepan untuk memberikan pendapatnya mereka tidak mau.
2.	Bagaimana tanggapan ibu dengan sikap mereka?	Tanggapan saya dari sikap mereka bahwa sebenarnya mereka tidak ada percaya diri untuk berdiri di depan kelas untuk menyampaikan pendapatnya.
3.	Tindakan apa yang ibu berikan kepada siswa tersebut?	Tidak saya berikan kepada mereka saya memberikan masukan kepada mereka.
4.	Adakah perubahan pada mereka setelah ibu memberikan nasehat pada mereka?	Sampai saat ini belum ada perubahan dari sikap mereka karena saya hanya memberikan masukan kepada mereka.

LAMPIRAN V**HASIL WAWANCARA DENGAN GURU BK**

Tempat : Ruang Guru

Tempat Observasi : SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

Topik Observasi : Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Siswa di Depan Kelas Dengan Menggunakan Teknik Fun Game Melalui Layanan Bimbingan Kelompok

Pedoman Wawancara Dengan Guru BK

No.	Pertanyaan	Hasil
1.	Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di SMP Harapan Mekar Medan?	Pelaksanaan layanan bimbingan konseling belum maksimal karena belum ada jam mata pelajaran bk untuk masuk ke kelas.
2.	Layanan apa saja yang sudah ibu berikan kepada siswa di SMP Harapan Mekar Medan?	Layanan informasi, layanan bimbingan kelompok dan layanan individual
3.	Bagaimana ibu menyikapi siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas?	Cara saya menyikapi siswa yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas saya memanggil siswa/siswi tersebut untuk memberikan informasi dan menasehatinya.
4.	Apakah ibu melibatkan guru lain dalam menyelesaikan masalah siswa?	Untuk permasalahan yang cukup serius saya akan melibatkan wali kelasnya agar kita bisa berkerja sama untuk membantu mengatasi permasalahan siswa/siswi tersebut.

LAMPIRAN VI**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN****(RPL)**

Nama Sekolah : SMP HARAPAN MEKAR MEDAN

Kelas : VIII

Alokasi Waktu : 1 x 40 Menit

Tugas Perkembangan: Menginginkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab sosial.

A.	Topik Permasalahan/Bahasan	Teknik berbicara di depan umum				
B.	Rumusan Kompetensi	Melalui materi layanan bimbingan Kelompok tentang teknik berbicara di depan umum diharapkan siswa mengetahui teknik berbicara di depan umum untuk menginginkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab sosial.				
C.	Bidang Bimbingan	Sosial				
D.	Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok				
E.	Format Penyajian Layanan	Klasikal				
F.	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan				
G.	Indikator (Tujuan Layanan)	Setelah melalui proses pemberian layanan siswa diharapkan mampu : 1. Mengkaji Pengertian berbicara 2. Menjelaskan jenis-jenis berbicara 3. Menjelaskan teknik berbicara di depan umum				
H.	Sasaran Kegiatan Pelayanan	Anggota Kelompok				
I.	Uraian Kegiatan					
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>TAHAPAN</th> <th>KETERANGAN</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Tahap Pembentukan</td> <td>a. Salam b. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih c. Berdoa d. Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok e. Menjelaskan tujuan bimbingan kelompok f. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok</td> </tr> </tbody> </table>	TAHAPAN	KETERANGAN	1. Tahap Pembentukan	a. Salam b. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih c. Berdoa d. Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok e. Menjelaskan tujuan bimbingan kelompok f. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok	
TAHAPAN	KETERANGAN					
1. Tahap Pembentukan	a. Salam b. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih c. Berdoa d. Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok e. Menjelaskan tujuan bimbingan kelompok f. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok					

		<ul style="list-style-type: none"> g. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok h. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan (rangkaiannya)
	2. Tahap Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan kembali kegiatan kelompok b. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut c. Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan/ sebahagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut d. Memberikan contoh topik bahasan yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok
	3. Tahap Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menetapkan topik yang akan dibahas b. Mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan pendapat tentang topik yang diangkat secara bergantian c. Pembahasan topik sampai tuntas d. Selingan (game) e. Menyimpulkan materi dari topik yang dibahas
	4. Tahap Pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan berakhir b. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan c. Pembahasan kegiatan lanjutan d. Berdoa e. Salam
J.	Tempat Penyajian Layanan	Ruang kelas
K.	Hari/Tanggal	Sabtu, 10 Februari 2018
L.	Penyelenggara Kegiatan Layanan	Khairana Marini
M.	Pihak Yang Dikut Sertakan Dalam Layanan	-
N.	Media Dan Bahan Yang digunakan	Buku Catatan
O.	Penilaian	
	<ul style="list-style-type: none"> a. Laiseg <p>Berfikir : Anggota kelompok mendapat wawasan teknik berbicara di depan umum</p> <p>Merasa : Siswa merasa senang dengan adanya kegiatan kelompok mendapatkan berbicara di depan umum</p> <p>Bersikap : Siswa dapat menyampaikan pendapatnya di depan kelas.</p>	

	Bertindak : Dapat menyampaikan pendapatnya	
	Bertanggung Jawab : Siswa bertanggung jawab terhadap dirinya agar bisa menyampaikan pendapatnya di depan kelas.	
P.	Keterlibatan layanan ini dengan kegiatan layanan lain serta Kegiatan Pendukung lainnya	Layanan Informasi
Q.	Catatan Khusus	-

Medan, 10 Februari 2018
Calon Guru BK

Khairana Marini

LAMPIRAN VII

TEKNIK BERBICARA DI DEPAN UMUM

PENGERTIAN BERBICARA

Berbicara adalah salah satu kelebihan manusia dibanding makhluk hidup yang lain. Menurut Tarigan, setiap orang akan mengucapkan kata-kata atau bunyi-bunyi artikulasi untuk mengekspresikan dan menyampaikan gagasan, pikiran, dan perasaan. Berbicara menjadi salah satu alat komunikasi untuk menyampaikan sesuatu kepada pendengarnya.

Dibawah ini akan dipaparkan pengertian berbicara menurut beberapa ahli yaitu:

1. Kartini mengungkapkan bahwa berbicara merupakan suatu peristiwa penyampaian maksud, gagasan, pikiran, perasaan seseorang kepada orang lain dengan menggunakan bahasa lisan, sehingga maksud tersebut dipahami oleh orang lain.
2. Laksana mengemukakan bahwa berbicara adalah perbuatan yang menghasilkan bahasa untuk berkomunikasi, sebagai salah satu keterampilan dasar dalam berbahasa.
3. Akhmadi memberikan pendapat bahwa berbicara sebagai suatu keterampilan memproduksi arus sistem bunyi artikulasi untuk menyampaikan kehendak, kebutuhan, perasaan dan keinginan kepada orang lain.
4. Badudu-Zain mengartikan berbicara dengan kata-kata, berpidato, dan bercakap-cakap. Batasan berbicara yang dikemukakan Badudu,- Zain ini lebih mengarah kepada jenis berbicara.
5. Moris dan Novia menyatakan bahwa berbicara merupakan alat komunikasi yang alami antar anggota masyarakat untuk mengungkapkan pikiran dan sebagai sebuah bentuk tingkah laku sosial.
6. Nuraeni mengatakan berbicara adalah proses penyampaian informasi dari pembicara kepada pendengar dengan tujuan terjadi perubahan pengetahuan, sikap dan keterampilan pendengar sebagai akibat dari informasi yang diterimanya.
7. Tarigan mengatakan bahwa berbicara adalah kemampuan mengucapkan bunyi-bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan serta menyampaikan pikiran, gagasan dan perasaan.
8. Arsjad dan Mukti mengemukakan bahwa Kemampuan berbicara adalah kemampuan mengucapkan kalimat-kalimat untuk mengekspresikan, menyatakan, menyampaikan pikiran, gagasan, dan perasaan.

9. Brown dan Yule mengatakan bahwa Berbicara adalah kemampuan mengucapkan bunyi-bunyi bahasa untuk mengekspresikan atau menyampaikan pikiran, gagasan atau perasaan secara lisan. Pengertian ini pada intinya mempunyai makna yang sama dengan pengertian yang disampaikan oleh Tarigan yaitu bahwa berbicara berkaitan dengan pengucapan kata-kata.

10. Haryadi dan Zamzani Secara umum, berbicara dapat diartikan sebagai suatu penyampaian maksud (ide, pikiran, isi hati) seseorang kepada orang lain dengan menggunakan bahasa lisan sehingga maksud tersebut dapat dipahami orang lain. Pengertian ini mempunyai makna yang sama dengan kedua pendapat yang diuraikan diatas, hanya saja diperjelas dengan tujuan yang lebih jauh lagi yaitu agar apa yang disampaikan dapat dipahami oleh orang lain.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat kita simpulkan bahwa berbicara adalah keterampilan untuk mengucapkan untaian kata sehingga apa yang ada di dalam pikiran dapat tergambarkan dengan jelas dan diterima oleh para penyimaknya. Seni berbicara sangat vital peranannya terutama bagi para pemimpin, telah kita sama-sama ketahui bahwa banyak bukti pidato bisa menjadi awal perubahan suatu sejarah bangsa.

JENIS-JENIS BERBICARA

Dalam pembahasan mengenai jenis-jenis berbicara ada lima landasan yang dapat digunakan dalam mengklasifikasikan berbicara yaitu:

- a. Situasi,
- b. Tujuan,
- c. Jumlah pendengar,
- d. Peristiwa khusus,
- e. Metode penyampaian.

Berikut ini adalah penjelasan mengenai pengklasifikasian tersebut.

- a. Jenis Berbicara Berdasarkan Situasi Pembicaraan

Berdasarkan situasi pembicara, berbicara dibedakan atas berbicara formal dan berbicara informal. Berbicara informal meliputi bertukar pengalaman, percakapan, penyampaian berita, pengumuman, bertelepon, dan memberi petunjuk. Adapun berbicara formal meliputi ceramah, wawancara, debat, diskusi, dan bercerita dalam situasi formal.

- b. Jenis Berbicara Berdasarkan Tujuan Pembicara

Tujuan pembicara pada umumnya dapat diklasifikasikan menjadi lima jenis, yaitu:

- (1) berbicara untuk menghibur,
- (2) berbicara untuk menginformasikan,
- (3) berbicara untuk menstimuli,
- (4) berbicara untuk meyakinkan,
- (5) berbicara untuk menggerakkan.

Bila anda menyaksikan pelawak beraksi, Anda akan tahu bahwa para pemain mempunyai tujuan untuk menghibur. Berbicara untuk menghibur biasanya bersuasana santai. Disini pembicara berusaha membuat pendengarnya senang dan gembira.

Bila kita menerangkan cara kerja komputer kepada orang lain atau menjelaskan kaitan antara pendidikan, lingkungan, dan bahasa dalam suatu seminar, berarti kita bertujuan menginformasikan sesuatu kepada khalayak. Di sini pembicara berusaha berbicara secara jelas, sistematis, dan tepat agar isi informasi terjaga keakuratannya. Jenis berbicara ini banyak dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Jenis berbicara menstimuli jauh lebih kompleks dari pada berbicara menghibur dan menginformasikan. Di sini pembicara harus pandai mempengaruhi pendengar sehingga akhirnya pendengar tergerak untuk melakukan hal-hal yang dikehendaki pembicara. Pembicara biasanya secara sosial berstatus lebih tinggi daripada pendengarnya. Pembicara biasanya berusaha membangkitkan semangat pendengarnya sehingga ia bekerja lebih tekun atau belajar lebih baik. Contohnya kita menasihati seorang siswa yang malas dan melalaikan tugasnya.

Jenis berbicara untuk meyakinkan merupakan tahap yang lebih jauh dari berbicara untuk menstimuli. Di sini pembicara bertujuan meyakinkan pendengar lewat pembicaraan yang meyakinkan, sikap pendengar akan diubah, misalnya dari menolak menjadi menerima. Dalam hal ini, pembicara biasanya menyertakan bukti, fakta, contoh, dan ilustrasi yang tepat.

Adapun jenis berbicara menggerakkan merupakan kelanjutan dari jenis berbicara meyakinkan. Jenis berbicara menggerakkan bertujuan menggerakkan pendengar/khalayak agar mereka berbuat dan bertindak seperti yang dikehendaki pembicara. Di sini diperlukan keterampilan berbicara yang tinggi, kelihaihan membakar emosi, kepintaran memanfaatkan situasi, dan penguasaan terhadap massa.

c. Jenis Berbicara Berdasarkan Jumlah Pendengar

1. Berbicara Antar Pribadi. Jenis berbicara ini terjadi apabila seseorang berbicara dengan satu pendengar (empat mata).
2. Berbicara Dalam Kelompok Kecil. Jenis berbicara ini terjadi apabila ada sekelompok kecil (3-5 orang) dalam pembicaraan itu.
3. Berbicara Dalam Kelompok Besar. Terjadi apabila pembicara berhadapan dengan pendengar dalam jumlah besar. Misalnya, saat menjadi pemandu acara.

d. Jenis Berbicara Berdasarkan Peristiwa Khusus yang Melatari Pembicaraan

1. Situasi presentasi. Contohnya pidato yang dilakukan saat pembagian hadiah.
2. Situasi penyambutan. Contohnya pidato yang berisi sambutan umum yang menjadi inti acara.
3. Situasi perpisahan. Contohnya pidato yang berisi kata-kata perpisahan pada saat acara perpisahan atau pada saat penutupan suatu acara.
4. Situasi jamuan adalah pidato yang berisi ucapan selamat, doa kesehatan buat tamu, dan sebagainya.
5. Situasi perkenalan. Pidato yang berisi pihak yang memperkenalkan diri kepada khalayak.
6. Situasi nominasi. Pidato yang berisi pujian dan alasan mengapa suatu itu dinominasikan.

e. Jenis Berbicara Berdasarkan Metode Penyampaian Berbicara

Berdasarkan metode penyampaian, ada 4 (empat) jenis berbicara, yaitu:

1. Metode mendadak (impromptu), terjadi bila secara tiba-tiba seseorang diminta berbicara di depan khalayak (tidak ada persiapan sama sekali).
2. Metode tanpa persiapan (ekstemporan), dalam metode ini pembicara masih mempunyai waktu yang cukup untuk membuat persiapan-persiapan khusus yang berupa kerangka pembicaraan atau catatan-catatan penting tentang urutan uraian dan kata-kata khusus yang harus disampaikan. Metode ini merupakan metode yang sering digunakan oleh pembicara yang berpengalaman karena metode ini membutuhkan pembicara yang mampu mengembangkan pembicaraan dengan bebas.
3. Metode membaca naskah. Metode ini cocok digunakan apabila pembicara akan menyampaikan suatu pernyataan kebijakan atau keterangan secara tertib dalam pidato-pidato resmi, pidato keneragaan, pidato radio, dan sebagainya.
4. Metode menghafal. Metode ini menunjukkan bahwa pembicara sudah mengadakan perencanaan, membuat naskah, dan menghafal naskah. Agar berhasil dengan metode ini hendaknya pembicara dapat menghayati dan menjiawi apa yang diucapkan serta berusaha untuk menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi yang melatari pembicaraan itu.

TEKNIK BERBICARA YANG BAIK DIDEPAN UMUM

Suatu komunikasi yang baik akan menciptakan hubungan yang baik antara si pembicara dengan lawan bicara. Terkadang, makna yang ingin disampaikan belum tentu sesuai dengan apa yang diterima oleh lawan bicara kita. Oleh karena itu diperlukan beberapa cara berbicara yang baik dan benar agar kedua belah pihak merasa nyaman selama berlangsungnya pembicaraan dan maksud yang ingin disampaikan tersalurkan dengan baik. Berikut ini dipaparkan teknik berbicara yang baik didepan umum:

1. Awali dengan kalimat pembuka

Selalu gunakan kalimat pembuka ketika anda ingin memulai pembicaraan. Kalimat pembuka seperti kalimat sapaan selamat pagi, selamat siang bisa anda gunakan untuk memulai percakapan, atau jika anda seorang muslim maka kalimat sapaan salam akan memberikan kesan yang sangat baik untuk anda.

2. Hilangkan Perasaan Gugup

Perasaan gugup adalah masalah utama yang dihadapi orang yang akan bicara. Perasaan itu membuat kita enggan bicara. Namun biasanya perasaan gugup itu hilang dengan sendirinya saat kita mulai bicara. Belajarlah untuk menghadapi rasa gugup itu. Caranya adalah dengan tampil percaya diri dan anggap bahwa apa yang Anda lakukan itu benar.

3. Bicara Dengan Santai

Bicaralah dengan pelan dan santai. Tapi sesuaikan juga dengan suasana supaya tidak membosankan. Dengan demikian, perasaan tegang itu akan hilang dan apa yang ada di pikiran kita menjadi lebih lancar disalurkan ke banyak orang.

4. Hindari Bicara Gagap

Bicara gagap bukan karena kita memang gagap (kecuali untuk mereka yang benar-benar gagap), tetapi karena kita terlalu gugup sehingga pikiran kita tidak berjalan ke mulut kita. Caranya adalah dengan memikirkan per kalimat

bukan per kata. Sehingga kita tidak perlu *lungad* saat mengutarakan sebuah kalimat.

5. Bicara yang Sopan

Gunakan bahasa yang sopan, santun, dan mudah dimengerti oleh pendengar Anda supaya tidak terjadi salah paham. Orang-orang juga lebih menyukai orang yang bicara santun karena lebih sejuk di telinga.

6. Sisipkan humor

Menurut Anthony Robbins, salah satu motivator dunia, humor adalah pelumas yang dapat membantu penyampaian informasi menjadi lebih lembut.

7. Time management.

Atur waktu yang diberikan dengan baik. Dengan time management yang sudah diperkirakan sebelumnya, kamu bisa lebih mudah menyusun materi dan menepati deadline.

8. Berbicara dengan jelas

Seorang pembicara harus terlatih untuk berbicara dengan jelas. Supaya setiap informasi dapat diterima dengan baik. Maka bersyukurlah jika negara kita menggunakan Bahasa Indonesia, di mana penulisan adalah sama dengan pengucapan.

9. Gunakan intonasi yang berbeda

Apabila kita hanya menggunakan 1 intonasi saja selama pembicaraan, maka pembicaraan kita akan terdengar datar dan membosankan. Beri ledakan-ledakan bila perlu.

10. Kontak mata

Kontak mata sangat penting dalam membangun suatu komunikasi. Mereka akan merasa spesial. Perhatian mereka tidak sekedar bertepuk sebelah tangan.

11. Gunakan bahasa tubuh

Seringkali seorang speaker tangannya mati ketika di depan publik. Padahal bahasa tubuh mampu memberi penegasan-penegasan pada informasi yang ingin ditekankan. Maka seringlah mengangkat tangan kamu tinggi-tinggi di depan cermin untuk menemukan pose yang khas kamu banget.

12. Tunjukkan rasa percaya dirimu.

Seperti halnya singa, manusia punya cara untuk menyatakan rasa percaya dirinya. Tersenyum, pegang dagu dan membusungkan dada adalah beberapa sikap yang menunjukkan sikap percaya diri.

13. Buang tekanan yang kamu rasakan.

Rasa gugup mungkin akan menyelimuti perasaanmu saat akan mulai berbicara. Hal tersebut normal. Pembicara yang berpengalaman pun terkadang masih dihindangi rasa gugup. Cara paling mudah menghadapi rasa gugup tersebut adalah merubah mindset kamu. Berpikirlah bahwa kamu di sini membawa informasi yang berharga bagi audiencemu.

14. Persiapan.

Siapkan segala hal yang mendukung pembicaraan. Mulai dari poin-poin yang paling kecil sekalipun seperti sapu tangan di saku dan air mineral.

15. Jam terbang

Langkah paling akhir untuk menjadi pembicara yang baik adalah terus berlatih. berbicaralah sesering mungkin dan ambil setiap kesempatan yang ada.

LAMPIRAN VIII**DOKUMENTASI**

Saat Melakukan Wawancara Kepada Siswa/siswi



Saat Melakukan Wawancara Kepada Guru Bimbingan Konseling



Saat Melakukan Wawancara dengan Wali Kelas





Saat Melakukan Layanan Bimbingan Kelompok