

MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PSIKOEDUKASI PROGRAM “AKU BISA”

Fidiyah Anggini O. Nababan¹, Fransisca Iriani R. Dewi², Celine Vande A. Tumundo³
& Paula Jessica C. Sibi⁴

¹Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: fidiyah.705220375@stu.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: Fransiscar@fpsi.untar.ac.id

³Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: celine.705220417@stu.untar.ac.id

⁴Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: paula.705220262@stu.untar.ac.id

ABSTRACT

Self-confidence is a crucial psychological aspect that supports the academic and social development of elementary school students. However, in practice, many students face challenges in expressing themselves due to shyness, nervousness, and a lack of opportunities to perform. Initial observations at SDN Maleber revealed that fifth and sixth-grade students exhibited low levels of self-confidence. This Community Service Program (PKM) aimed to enhance students' confidence through a psychoeducational intervention called “Aku Bisa”. The program integrated public speaking training, self-expression exercises, and storytelling as intervention methods. A psychoeducational approach with participatory activities was implemented over three days, involving 27 students. Data were collected using a Self-Confidence Scale administered in pre-test and post-test formats, complemented by direct observation and informal interviews. Quantitative analysis showed no statistically significant differences in self-confidence scores before and after the intervention. However, qualitative findings from observations and interviews indicated improvements in students' verbal expression, active participation, and enthusiasm during the sessions. Several previously passive students began to take initiative in speaking in front of the class. In conclusion, while the “Aku Bisa” program did not produce a significant overall impact, it demonstrated positive potential in strengthening specific dimensions of student self-confidence. It is recommended that similar programs be implemented with longer durations, more structured approaches, and active involvement from teachers and parents to reinforce outcomes.

Keywords: *Psychoeducation, Self-Confidence, Elementary School Students, Public Speaking, Storytelling*

ABSTRAK

Rasa percaya diri merupakan aspek psikologis penting yang mendukung perkembangan akademik dan sosial siswa sekolah dasar. Namun, pada kenyataannya, banyak siswa menghadapi hambatan dalam mengekspresikan diri, seperti rasa malu, gugup, dan kurangnya kesempatan untuk tampil. Berdasarkan pengamatan awal di SDN Maleber, ditemukan bahwa siswa kelas 5 dan 6 menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui program psikoedukasi “Aku Bisa”. Program ini mengintegrasikan pelatihan public speaking, latihan ekspresi diri, dan storytelling sebagai media intervensi. Metode yang digunakan adalah pendekatan psikoedukatif dengan desain kegiatan partisipatif selama tiga hari. Sebanyak 27 siswa mengikuti kegiatan ini, dan pengukuran dilakukan melalui pre-test dan post-test menggunakan Skala Kepercayaan Diri, serta didukung oleh pengamatan langsung dan wawancara informal. Hasil analisis data yang diperoleh dari pengukuran skala kepercayaan diri menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor kepercayaan diri sebelum dan sesudah program. Namun, hasil pengamatan dan wawancara informal, ditemukan adanya peningkatan pada aspek-aspek seperti keberanian berbicara, partisipasi aktif, serta antusiasme siswa selama mengikuti kegiatan. Beberapa siswa yang awalnya pasif, mulai menunjukkan inisiatif untuk tampil dan berbicara di depan kelas. Kesimpulannya, program “Aku Bisa” belum mampu memberikan dampak signifikan secara keseluruhan, namun menunjukkan potensi positif dalam mendorong dimensi tertentu dari kepercayaan diri siswa. Disarankan agar program serupa dikembangkan dengan durasi yang lebih panjang, pendekatan yang lebih terstruktur, serta melibatkan dukungan dari guru dan orang tua.

Kata kunci: Psikoedukasi, Kepercayaan Diri, Siswa Sekolah Dasar, Public Speaking, Storytelling

1. PENDAHULUAN

Individu dilahirkan dengan keunikan masing-masing, membawa serta serangkaian kelebihan dan kekurangan. Dalam perjalanan menuju keberhasilan, berbagai elemen berperan, dan salah satu



fondasi psikologis yang krusial adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan aspek internal yang vital, memotivasi individu untuk bertindak dan mengejawantahkan potensi yang dimilikinya. Bagi siswa, prestasi belajar adalah harapan utama, dan rasa percaya diri terbukti menjadi salah satu faktor penentu pencapaian akademik yang lebih baik (Megianti et al., 2022).

Hidayatu & Savira (2021) menjelaskan bahwa Lauster (2012) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu pandangan atau keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri. Keyakinan ini memungkinkan individu untuk bertindak tanpa rasa cemas yang berlebihan, merasa leluasa dalam melakukan hal yang diminati, bertanggung jawab atas tindakannya, bersikap ramah dan sopan dalam berinteraksi, serta memiliki pemahaman yang baik tentang kekuatan dan kelemahan diri.

Keyakinan akan diri sendiri juga merupakan aset fundamental yang menentukan keberhasilan siswa dalam memenuhi berbagai kebutuhan perkembangannya. Dengan rasa percaya diri yang kuat, siswa lebih mampu berinteraksi sosial, menguasai keterampilan baru, dan pada akhirnya membentuk pribadi yang tangguh, mandiri, serta adaptif terhadap berbagai tantangan lingkungan (Novita & Sumiarsih, 2021). Sebaliknya, tanpa rasa percaya diri yang memadai, siswa cenderung kesulitan membangun relasi sosial yang sehat dan enggan untuk mengekspresikan potensi unik yang mereka miliki kepada orang lain.

Masa sekolah dasar, yang mencakup rentang usia enam hingga sebelas tahun, merupakan periode perkembangan yang sangat penting dalam pembentukan aspek kognitif dan sosial anak. Pada tahap ini, kemampuan berpikir logis mulai berkembang, pemahaman terhadap aturan sosial meningkat, dan produktivitas dalam berkarya sesuai dengan tahapan usia mulai tampak (Limbong, 2020).

Rosidin et al. (2019) menegaskan pentingnya kepercayaan diri dalam perkembangan psikososial anak pada periode ini, sejalan dengan apa yang ditekankan oleh Erik Erikson. Menurut kedua perspektif ini, tingkat kepercayaan diri sangat mempengaruhi keberhasilan anak dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya, dan keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi landasan esensial untuk mencapai hasil belajar yang optimal serta membentuk identitas diri yang positif. Lebih lanjut, Rosidin et al. (2019) mendefinisikan kepercayaan diri, mengutip *Cambridge Dictionaries Online*, sebagai "behaving calmly because you have no doubts about your ability or knowledge", sehingga menumbuhkannya memerlukan upaya sistematis untuk membangun ketenangan dan keberanian dalam diri anak.

Meskipun demikian, siswa sekolah dasar seringkali menghadapi tantangan dalam proses ini karena pada tahap perkembangannya mereka masih rentan terhadap rasa malu, gugup, atau ketidakpastian dalam berinteraksi dengan teman sebaya maupun guru. Hal ini juga didukung dengan temuan puspitasari et al. (2022) dimana perbedaan latar belakang dan lingkungan sosial berkontribusi pada variasi tingkat keyakinan diri pada setiap siswa. Beberapa tantangan yang umumnya dihadapi siswa dan dapat meruntuhkan rasa percaya diri mereka adalah perasaan malu, rendah hati, dan kekhawatiran.

Selain tantangan internal, berdasarkan pengamatan tim selama dua hari di sekolah, menunjukkan bahwa minimnya kesempatan berekspresi menghambat perkembangan kepercayaan diri dan bakat siswa sekolah dasar. Keterbatasan ruang untuk menggali potensi diri ini menciptakan kesenjangan dalam pendidikan dan pengasuhan. Di SDN Maleber, observasi awal menunjukkan bahwa sejumlah siswa kelas 5 dan 6 kurang memiliki kepercayaan diri dalam belajar, kesulitan mengenali potensi diri, serta kurang memahami kelebihan dan kekurangan mereka. Kurangnya eksplorasi dan bimbingan ini berpotensi menghambat perkembangan kepercayaan diri mereka dalam menentukan arah masa depan.

Menyadari kebutuhan ini, program pengembangan diri “Aku bisa” untuk Anak SD dirancang sebagai upaya komprehensif untuk mendukung perkembangan holistik anak. Program ini mengintegrasikan pelatihan *public speaking*, latihan ekspresi diri, dan *storytelling* untuk memperkuat kemampuan komunikasi dan meningkatkan kepercayaan diri anak dalam berbicara, mengemukakan pendapat, dan tampil di depan umum.

Kegiatan-kegiatan yang dirancang dalam program ini selaras dengan tahapan perkembangan kognitif anak usia 7-12 tahun yang berada pada tahap operasional konkret menurut teori Jean Piaget (Susanto et al., 2024). Pada tahap ini, anak-anak mulai mampu berpikir lebih kompleks dan mengartikulasikan ide-ide mereka dengan lebih jelas, meskipun pemahaman mereka masih terikat pada objek dan situasi yang konkret. Metode pembelajaran yang relevan pada tahap ini meliputi belajar melalui bermain, pembelajaran berbasis proyek, serta mendorong diskusi dan kolaborasi.

Studi oleh Mubarok et al. (2024) mengenai urgensi pelatihan *public speaking* pada anak usia dini menarik untuk dijadikan landasan dalam memahami upaya penumbuhan rasa percaya diri siswa sekolah dasar melalui program-program seperti Aku Bisa. Temuan penelitian ini menggarisbawahi bahwa intervensi dini dalam keterampilan berbicara di depan umum memiliki peran krusial dalam menanamkan keyakinan diri dan menghilangkan hambatan ekspresi pada anak. Lebih lanjut, pelatihan ini tidak hanya meningkatkan keberanian, tetapi juga secara holistik mengembangkan kemampuan komunikasi anak.

Hasil positif yang teramati, termasuk peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan menyampaikan materi, mengindikasikan potensi besar intervensi serupa dalam memberdayakan siswa sekolah dasar. Sejalan dengan pandangan ini, laporan kegiatan KKN mahasiswa Universitas Diponegoro di Desa Cokro (Sasindippo, 2024) secara konkret mengimplementasikan pendekatan pelatihan keberanian tampil di depan umum dengan menggunakan Bahasa Indonesia pada siswa sekolah dasar. Inisiatif ini didasarkan pada pemahaman bahwa kemampuan komunikasi yang baik dan rasa percaya diri merupakan aset fundamental bagi perkembangan anak. Meskipun berupa laporan kegiatan, dapat disimpulkan bahwa upaya mengenalkan dan melatih anak-anak untuk berbicara di depan umum merupakan strategi yang berpotensi efektif dalam membangun kepercayaan diri mereka. Dengan demikian, baik temuan penelitian Mubarok et al. (2024) maupun implementasi kegiatan KKN (Sasindippo, 2024) menunjukkan adanya korelasi positif antara pelatihan berbicara di depan umum dan peningkatan rasa percaya diri pada siswa sekolah dasar.

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan yang telah diidentifikasi, kegiatan PKM ini bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa sekolah dasar melalui Program Pengembangan Diri “Aku Bisa”, yang dilaksanakan melalui serangkaian kegiatan seperti sosialisasi, pengenalan diri, dan pelatihan keberanian dalam mengekspresikan diri.

2. METODE PELAKSANAAN PKM

Kegiatan PKM ini menggunakan metode psikoedukasi sebagai kerangka intervensi utama dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri siswa sekolah dasar. Pendekatan psikoedukasi yang terstruktur dan sistematis diimplementasikan melalui program “Aku Bisa” yang dirancang untuk membekali partisipan dengan pemahaman, keterampilan, dan pengalaman yang mendukung pengembangan kepercayaan diri. Peserta dalam program psikoedukasi “Aku Bisa” berjumlah 27 siswa yang merupakan siswa dari kelas 5 dan 6 Sekolah Dasar Negeri Maleber, Desa Ciherang, Kecamatan Pacet, Kabupaten Cianjur. Kelompok peserta ini terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan, yang terlibat dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) tematik mahasiswa.



Pengukuran tingkat kepercayaan diri siswa dilakukan melalui Skala Kepercayaan Diri (*Self-Confidence Scale*), yang berupa angket dengan 10 pernyataan untuk mengukur dimensi-dimensi kepercayaan diri (keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, dan rasionalitas terhadap realitas), serta melalui wawancara dan pengamatan sederhana. Skala Likert 1-4 digunakan untuk mengukur tingkat persetujuan partisipan terhadap setiap pernyataan, dan diadministrasikan sebagai *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur dampak dari kegiatan psikoedukasi. Wawancara dilakukan secara informal dan spontan dengan beberapa siswa setelah pelaksanaan program dengan tujuan memperoleh gambaran awal dan pemahaman umum mengenai pengalaman mereka selama mengikuti kegiatan serta perubahan yang mungkin dirasakan terkait kepercayaan diri. Pengamatan dilakukan secara langsung selama sesi program tanpa menggunakan lembar pengamatan terstruktur yang rinci.

Program psikoedukasi "Aku Bisa" diimplementasikan selama tiga hari yaitu pada tanggal 20,21, dan 25 Februari 2025. Tahapan pelaksanaan program diawali dengan pengukuran awal (*pre-test*) dimana 27 partisipan mengisi skala kepercayaan diri sebelum sesi psikoedukasi dimulai untuk memperoleh gambaran awal mengenai tingkat kepercayaan diri mereka. Selanjutnya, program "Aku Bisa" diimplementasikan melalui serangkaian sesi yang dirancang secara partisipatif. Sesi pertama yaitu, pengenalan dan identifikasi potensi diri, yang diawali dengan kegiatan "Siapa Aku?". Dalam sesi ini, anak-anak diminta untuk menulis atau menggambar tentang diri mereka, setelah itu anak-anak diminta untuk mempresentasikannya. Hal ini dilakukan agar anak-anak mampu mengenal dirinya dengan lebih baik. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi sosialisasi mengenai apa itu kepercayaan diri dan dilanjutkan dengan mini game atau kuis.

Sesi kedua adalah Kegiatan Pengembangan Kepercayaan Diri, yang terdiri dari dua kegiatan utama. Pertama, kegiatan "Hari Berani Bicara", anak-anak diberikan kesempatan untuk berbicara di depan kelas dan berbagi pengalaman pribadi atau kegiatan yang telah mereka lakukan dalam suasana santai dan menyenangkan. Selanjutnya kegiatan kedua yaitu, melakukan aktifitas Membuat sudut baca dan dilanjutkan dengan *storytelling*, dimana pada kegiatan ini anak-anak diminta untuk membaca buku dan mempresentasikan hasil bacaannya atau dengan membuat kesimpulan dari buku yang telah dibaca. Hal ini dilakukan untuk membantu anak-anak membangun kepercayaan diri mereka dalam berbagai situasi, terutama dalam berbicara dan presentasi, yang akan berdampak positif pada perkembangan pribadi dan sosial mereka.

Tahap terakhir adalah Evaluasi dan Pengukuran Keberhasilan. Dalam tahap ini, mengukur sejauh mana kepercayaan diri anak meningkat melalui *post-test* yang berisikan angket yang sama dengan *pre-test*. Selain itu, observasi dilakukan selama kegiatan untuk melihat perubahan interaksi dan ekspresi diri anak-anak. Wawancara sederhana juga dilakukan secara informal dan spontan dengan beberapa siswa setelah pelaksanaan program dengan tujuan memperoleh gambaran awal dan pemahaman umum mengenai pengalaman mereka selama mengikuti kegiatan serta perubahan yang mungkin dirasakan terkait kepercayaan diri. Observasi dilakukan secara langsung selama sesi program tanpa menggunakan lembar observasi terstruktur yang rinci.

Pendekatan ini diharapkan memberdayakan siswa melalui program "Aku Bisa" untuk mengenali dan mengembangkan potensi diri melalui kegiatan yang menyenangkan dan inklusif. Program ini secara langsung bertujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui partisipasi aktif, sehingga mereka lebih yakin menghadapi tantangan sosial dan akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM diawali dengan berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk mendukung kegiatan PKM yang dilakukan oleh tim pengabdian dalam rangka survey masalah yang ada pada siswa-

siswi di sekolah. Hasil pengamatan tim pelaksana kegiatan selama seminggu, memutuskan memberikan program “Aku Bisa” kepada kelas 5 dan 6 SD Maleber dan dilakukan secara terpisah untuk masing-masing kelas. Hari pertama yang dilakukan pada tanggal 20 Februari 2025, melaksanakan kegiatan *pre-test* dengan sebuah skala yang mengukur kepercayaan diri. Sesi ini dijalankan selama 20 menit dengan total jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 siswa. Saat sesi ini dilakukan anak-anak terlihat antusias untuk mengerjakan lembar *pre-test* dan mengikuti sesi dengan tenang.

Gambar 1

Kegiatan pelaksanaan pre-test



Sebelum pelaksanaan sosialisasi, partisipan diminta untuk melakukan refleksi diri secara tertulis yang berisikan hal-hal yang mereka sukai, cita-cita, hobi, serta kelebihan dan kekurangan yang mereka sadari. Selama sesi ini, hasil pengamatan menunjukkan bahwa beberapa partisipan, terutama siswa kelas 5, mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan diri. Setelah sesi penulisan selesai, partisipan diinstruksikan untuk mempresentasikan hasil refleksi di depan kelas secara sukarela, hal ini dilakukan untuk melihat siswa-siswa yang berani dan percaya diri. Pengamatan terhadap respons partisipan menunjukkan variasi, dengan sebagian menunjukkan sikap malu dan gugup saat diminta untuk presentasi, sementara sebagian lainnya bersedia untuk tampil dan berbicara di depan kelas. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memfasilitasi partisipan dalam proses refleksi diri guna meningkatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai karakteristik individual, termasuk identifikasi kekuatan dan area pengembangan diri.

Gambar 2

Pelaksanaan kegiatan “Siapa Aku?”



Selanjutnya, sosialisasi mengenai kepercayaan diri diberikan selama 20 menit. Sosialisasi mencakup materi tentang konsep kepercayaan diri, manfaat kepercayaan diri, faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, dampak kurangnya kepercayaan diri, dan strategi peningkatan kepercayaan diri yang diberikan dalam bentuk *Power Point* dengan tambahan gambar yang dapat



menarik perhatian anak. Sosialisasi ini berlangsung dengan menggunakan proyektor yang telah disediakan oleh tim sekolah, lalu sosialisasi berakhir diikuti dengan kuis atau *mini games* yang berkaitan dengan materi. Pada awal permainan, partisipan teramati ragu untuk berpartisipasi aktif, namun antusiasme meningkat seiring berjalannya sesi, ditandai dengan meningkatnya keberanian partisipan untuk menjawab pertanyaan. Sesi ini juga diiringi dengan pemberian *reward* sebagai penguat positif bagi partisipan yang berani tampil di depan kelas. Pada akhir sesi diberikan tugas untuk menuliskan kegiatan yang anak-anak lakukan selama satu hari dan hasilnya akan dipresentasikan juga pada hari berikutnya. Sesi sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman partisipan dan memberikan edukasi mengenai kepercayaan diri dengan menarik.

Pada hari berikutnya atau hari kedua yaitu, tanggal 21 Februari 2025 dilakukan tahapan atau sesi mengenai "Hari Berani Bicara," yang berlangsung selama 20 menit, kegiatan ini memberikan kesempatan kepada partisipan untuk berbicara di depan kelas dan berbagi pengalaman pribadi atau kegiatan yang telah dilakukan. Kegiatan ini merupakan tugas yang telah diberikan pada hari sebelumnya atau pada tanggal 20 Februari. Meskipun suasana dirancang santai dan menyenangkan, hasil pengamatan menunjukkan bahwa saat presentasi, beberapa partisipan kembali menunjukkan rasa gugup. Beberapa partisipan juga teramati tidak mengerjakan tugas yang diberikan sebelumnya, dan sebagian yang presentasi menyampaikan dengan volume suara yang sangat rendah. Namun, perlu dicatat bahwa beberapa partisipan menunjukkan inisiatif untuk maju tanpa diminta. Kegiatan kedua, "Membuat Sudut Baca dan Storytelling," juga berlangsung selama 30 menit. Pada sesi *storytelling* ini, partisipan yang bersedia diminta untuk membaca buku dan mempresentasikan hasil bacaan atau membuat kesimpulan. Partisipasi dalam sesi ini bersifat sukarela. Teramati perbedaan tingkat partisipasi antara kelas 5 dan 6, dimana partisipan kelas 6 menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi untuk tampil dibandingkan dengan partisipan kelas 5 yang hanya beberapa orang saja yang bersedia. Sesi ini diakhiri dengan pemberian *reward* sebagai bentuk penguatan positif.

Gambar 3

Pelaksanaan Kegiatan "Hari Berani Bicara", Membaca Ceria, dan Storytelling



Studi oleh Cahyadi et al. (2024) mendukung bahwa membangun kemampuan public speaking pada siswa sekolah dasar sejak dini sangat penting untuk meningkatkan rasa percaya diri. Keterampilan ini membekali siswa dengan keberanian, penguasaan diri, dan kemampuan komunikasi yang baik, yang bermanfaat dalam pembelajaran dan kesiapan menghadapi masa depan. Guru dapat menggunakan metode inovatif seperti bermain peran, presentasi kelompok, dan storytelling untuk melatih public speaking siswa. Dukungan dari lingkungan sekitar juga berperan penting dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa.

Temuan lain oleh Fatikah et al. (2023) juga menjelaskan bahwa pengembangan keterampilan *public speaking* dan penerapan metode *storytelling* memiliki potensi signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri pelajar. Pada studi ini ia menggunakan variasi metode pengajaran, khususnya *storytelling*, mengatasi kebosanan dalam pembelajaran bahasa Inggris, sehingga

meningkatkan motivasi dan partisipasi pelajar. *Public speaking* yang terlatih dengan baik, didukung oleh penguasaan materi dan teknik yang tepat, membangun rasa percaya diri. *Storytelling*, dengan berbagai medianya, tidak hanya meningkatkan kemampuan berbicara tetapi juga menanamkan nilai-nilai karakter.

Selama program berlangsung, sejak hari pertama hingga hari terakhir, tim pelaksana selalu berusaha untuk memberikan penguatan positif kepada anak-anak. Penguatan ini diwujudkan dalam bentuk pujian, tanggapan positif, serta pemberian *reward*. Bentuk penguatan ini diberikan dalam berbagai situasi, seperti ketika anak-anak melakukan presentasi, menunjukkan keberanian untuk menjawab pertanyaan, berpartisipasi aktif dalam kegiatan, atau menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Pemberian pujian dan *reward* ini bertujuan untuk terus memotivasi siswa agar berani tampil di depan kelas dan dengan demikian, kepercayaan diri mereka dapat meningkat.

Hal ini sejalan dengan temuan Magdalena (2018) dimana terdapat faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi proses dan hasil pembelajaran siswa. Pada pembelajaran Bahasa Indonesia di kelas IV SD, terdapat materi yang mengajarkan siswa untuk menyampaikan pendapat, sanggahan, atau saran. Berdasarkan pengamatan penulis, banyak siswa yang masih merasa malu atau kurang percaya diri saat diminta mengemukakan pendapat maupun sanggahan. Pemberian penguatan dalam bentuk penghargaan, seperti pujian, dapat membantu melatih siswa agar lebih aktif dalam belajar serta mampu menyampaikan pendapat atau sanggahan dengan bahasa yang efektif. Berdasarkan pengalaman penulis saat mengajar di kelas IV, siswa menunjukkan antusiasme tinggi apabila pembelajaran disajikan secara menarik. Oleh karena itu, peneliti merancang pembelajaran yang menyenangkan dengan memberikan penghargaan melalui *reward* berupa ucapan langsung atau bentuk penguatan verbal dan nonverbal di SD Negeri 133 Seluma.

Pada hari ketiga, tanggal 25 Februari 2025, dilaksanakan *post-test* yang berlangsung selama 20 menit dengan menggunakan skala kepercayaan diri yang sama seperti pada *pre-test*, terdiri dari 10 butir pernyataan. Bertujuan untuk mengukur dan membandingkan tingkat kepercayaan diri siswa setelah mengikuti program intervensi dengan tingkat kepercayaan diri awal yang diukur melalui *pre-test*. Perlu dicatat bahwa terdapat perbedaan jumlah partisipan antara *pre-test* dan *post-test*. Jumlah partisipan yang mengikuti *post-test* adalah 28 siswa, berbeda dengan jumlah partisipan *pre-test* dikarenakan adanya siswa yang tidak hadir pada saat *post-test* dan sebaliknya. Dengan demikian, analisis kuantitatif dilakukan terhadap data 27 siswa yang mengikuti baik *pre-test* maupun *post-test*.

Gambar 4

Kegiatan Pelaksanaan Post-Test



Data *pre-test* dan *post-test* dari 27 siswa dianalisis menggunakan Jamovi 2.3.38 untuk membandingkan nilai keduanya (Tabel 1). Berdasarkan hasil analisis data *pre-test* dan *post-test* yang melibatkan 27 siswa, terlihat adanya perbandingan skor kepercayaan diri sebelum dan



sesudah mengikuti program "Aku Bisa". Rata-rata skor kepercayaan diri siswa sebelum program (saat *pre-test*) adalah 30.8 dengan sebaran data (standar deviasi) sebesar 2.19. Setelah mengikuti program (saat *post-test*), rata-rata skor kepercayaan diri siswa sedikit menurun menjadi 30.2 dengan sebaran data yang sedikit lebih besar, yaitu 2.47. Nilai tengah (median) skor kepercayaan diri juga menunjukkan sedikit penurunan, dari 31 pada *pre-test* menjadi 30 pada *post-test*. Secara umum, angka-angka ini mengindikasikan bahwa secara rata-rata, dan juga pada nilai tengahnya, tidak terjadi peningkatan skor kepercayaan diri yang signifikan setelah siswa mengikuti program "Aku Bisa". Bahkan, terdapat sedikit penurunan pada kedua ukuran tersebut. Sebaran data yang sedikit lebih besar pada *post-test* menunjukkan bahwa variasi skor kepercayaan diri antar siswa menjadi sedikit lebih lebar setelah program dibandingkan sebelumnya.

Tabel 1

Hasil Uji Paired Sample T-test

	N	Mean	Median	SD	SE
Total pre test	27	30.8	31	2.19	0.421
total post-test	27	30.2	30	2.47	0.475

Meskipun terdapat perbedaan rata-rata skor kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah mengikuti Program Pengembangan Diri "Aku Bisa", perubahan ini belum menunjukkan dampak yang signifikan secara statistik. Artinya, berdasarkan data yang terkumpul, belum dapat disimpulkan secara meyakinkan bahwa program ini efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa secara keseluruhan. Beberapa faktor mungkin menjadi penyebab hal ini. Durasi program yang relatif singkat diduga menjadi salah satu keterbatasan, mengingat pengembangan rasa percaya diri sebagai aspek psikologis yang kompleks memerlukan waktu dan intervensi yang lebih mendalam. Selain itu, rasa percaya diri dipengaruhi oleh berbagai faktor individual dan lingkungan, sehingga sebuah program tunggal mungkin hanya memberikan dampak yang terbatas. Namun, penting untuk dicatat bahwa interaksi langsung dengan siswa melalui wawancara singkat menunjukkan respons yang positif terhadap program. Mereka antusias menceritakan kegiatan yang mereka ikuti dan mengungkapkan perasaan senang selama berpartisipasi. Pengamatan selama program juga memperlihatkan adanya peningkatan ekspresi diri pada beberapa siswa yang awalnya terlihat pemalu. Mereka menjadi lebih berani untuk berbicara dan berinteraksi. Meskipun demikian, perubahan ini tidak terjadi secara merata pada semua siswa dan bahkan dapat bervariasi pada siswa yang sama dalam situasi yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan kepercayaan diri adalah proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor.

4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan melalui program psikoedukasi "Aku Bisa" bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas 5 dan 6 di SD Negeri Maleber. Program ini dirancang dengan pendekatan yang menyenangkan dan partisipatif, menggabungkan berbagai metode seperti pelatihan *public speaking*, latihan ekspresi diri, serta *storytelling*. Berdasarkan hasil evaluasi, baik melalui pengukuran menggunakan skala kepercayaan diri maupun pengamatan dan wawancara langsung dengan peserta, dapat disimpulkan bahwa program ini belum menunjukkan peningkatan yang signifikan terhadap skor kepercayaan diri siswa. Meskipun demikian, hasil pengamatan dan tanggapan siswa menunjukkan adanya peningkatan pada beberapa aspek penting, seperti keberanian untuk tampil di depan kelas, partisipasi aktif dalam kegiatan, dan semangat mengikuti sesi yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun belum berdampak secara keseluruhan,

program "Aku Bisa" memiliki potensi untuk memberikan pengaruh positif pada dimensi tertentu dari kepercayaan diri anak.

Untuk meningkatkan efektivitas program serupa di masa mendatang, disarankan agar kegiatan dilaksanakan dalam jangka waktu yang lebih panjang dan dengan pendekatan yang lebih terstruktur. Perlu juga melibatkan guru dan orang tua secara aktif guna memperkuat dampak program di lingkungan sehari-hari siswa. Selain itu, metode kegiatan sebaiknya disesuaikan dengan tahap perkembangan peserta dan dilengkapi dengan alat evaluasi yang lebih sistematis. Suasana kegiatan yang menyenangkan dan mendukung juga penting untuk mendorong keberanian serta partisipasi aktif siswa dalam mengembangkan rasa percaya diri.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan program psikoedukasi ini, khususnya SDN Maleber, para guru, siswa kelas 5 dan 6, serta pihak pendukung dana. Apresiasi juga diberikan kepada Tim KKN Universitas Tarumanagara atas kerja keras dan dedikasinya.

REFERENSI

- Cahyadi, M., Suriani, A., & Nisa, S. (2024). Membangun kemampuan public speaking dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah dasar. *Asian Journal of Early Childhood and Elementary Education*, 2(3), 260-267. <https://doi.org/10.58578/AJECEE.v2i3.3070>
- Fatikah, S. I., Afsharina, N. F. N., & Suryandari, M. (2023). Memperkuat kepercayaan diri dalam public speaking dan mengembangkan karakter melalui storytelling. *JURIHUM : Jurnal Inovasi dan Humaniora*, 1(4), 672-678. <https://jurnalmahasiswa.com/index.php/jurihum>
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S., I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai moderator pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/download/41122/35466>
- Limbong, M. (2020). *Pertumbuhan dan perkembangan peserta didik*. Jakarta: UKI Press. <http://repository.uki.ac.id/3009/1/BMPPPerkembanganPesertaDidik.pdf>
- Magdalena, M. (2018). Melatih kepercayaan diri siswa dalam menyatakan tanggapan dan saran sederhana melalui penguatan pujian pada pembelajaran Bahasa Indonesia. *Jurnal Kajian Bahasa, Sastra dan Pengajaran (KIBASP)*, 1(2), 237-245. <https://media.neliti.com/media/publications/256089-melatih-kepercayaan-diri-siswa-dalam-men-05b361e2.pdf>
- Megianti, F., Hendriana, H., & Yuliani, W. (2022). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI SMKN 6 Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 5(6), 430-446. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i6.9002>
- Mubarok, S., Sholichah, L., Anggraeni, N. F., Syarif, M. A., & Setyaningsih, W. (2024). Urgensi pelatihan public speaking guna meningkatkan kepercayaan diri dan keterampilan berbicara di TPA Dusun Jetis Desa Sidomulyo. *Tintamas: Jurnal Pengabdian Indonesia Emas*, 1(1). <https://doi.org/10.53088/tintamas.v1i1.1048>
- Novita, L., & Sumiarsih. (2021). Pengaruh konsep diri terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, 4(2), 92-98. <https://journal.unpak.ac.id/index.php/JPPGuseda/article/download/3608/2395>
- Puspitasari, R., Basori, M., & Andri A., K. (2022). Studi kasus rasa kurang percaya diri



- siswa kelas tinggi SDN 3 Tanjungtani pada saat menyampaikan argumennya di kelas dan upaya menumbuhkan rasa percaya diri . *BADA 'A: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 4(2), 325–335. <https://doi.org/10.37216/badaa.v4i2.738>
- Rodiyana, R., & Puspitasari, W., D. (2021). Karakteristik dan perbedaan individu dalam efektivitas pendidikan. *Jurnal Educatio*, 7(3), 796–803. <https://ejournal.unma.ac.id/index.php/educatio/article/download/1227/820/5242>
- Rosidin, D. I., Supriatna, M., & Budiman, N. (2019). Pengembangan self confidence pada siswa. *JPD: Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(1), 144–148. <https://core.ac.uk/download/pdf/297684709.pdf>
- Sasinddipo. (2024, Agustus 18). Untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri terhadap anak-anak, mahasiswa KKN Undip mengenalkan keberanian tampil di depan umum kepada anak-anak SD Desa Cokro dengan menerapkan penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar. Diakses dari <https://sastraindonesia.fib.undip.ac.id/untuk-meningkatkan-rasa-kepercayaan-diri-terhadap-anak-anak-mahasiswa-kkn-undip-mengenalkan-keberanian-tampil-di-depan-umum-kepada-anak-anak-sd-desa-cokro-dengan-menerapkan-penggunaan-bahasa-indonesi/>
- Susanto, A. H., Widyawati, Y., Setyaningsih, N., & Sumardi, S. (2024). Pengaruh metode role playing terhadap hasil belajar Bahasa Indonesia materi drama pada siswa kelas V sekolah dasar. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(3). <https://doi.org/10.23969/jp.v9i03.16758>