

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ROLE PLAYING DALAM MENGATASI KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN
UMUM PADA MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING SEMESTER II RUANG
02 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TAPANULI SELATAN**

¹Khairul Amri, ²Virtia Larseman Dela, ³Muainah Hafisoh

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan

[khaiul.amri@um-tapsel.ac.id](mailto:khairul.amri@um-tapsel.ac.id)

Abstract: The main problem in this study is the anxiety of public speaking in the second semester of Counseling Guidance students in room 02. This study aims to see if group counseling with role playing techniques is effective in overcoming speech anxiety. This type of research uses an experimental method with a type of pre-experiment design with a type of one group pretest – postes design. The population of this study is sester II students in empty room 02 with a total of 24 people with a research sample of 10 students.. The data collection method uses a Likert scale questionnaire and data analysis techniques using a faiored sample t-test. The results of this study show that: (1) public speaking anxiety of BK students in the second semester of room 02 after being given group counseling treatment with effective role playing techniques in overcoming public speaking anxiety with a pretest score of 176.1 in the high category and an average posttest score of 118.1 in the low category with a difference of 58. (2) Group counseling with role playing techniques is effective in overcoming public speaking anxiety in the second semester of counseling guidance students in room 02 of the University of Muhammadiyah Tapanuli Selatan. H_0 if the calculated probability \leq the set probability of 0.05 [Sig. (2-tailed) $\leq\alpha_{0.05}$] is rejected. H_0 if the calculated probability $>$ a set probability of 0.05 [Sig. (2-tailed) $>\alpha_{0.05}$] is accepted

Keywords: Group Counseling, Role Playing Techniques, Public Speaking Anxiety

Abstrak: Masalah pokok dalam penelitian ini adalah adanya kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Bimbingan Konseling semester II ruang 02. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara. Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan jenis pre eksperimen design dengan tipe *one group pretest – postes design*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa sesester II ruang kosong 02 dengan jumlah 24 orang dengan sampel penelitian sebanyak 10 orang mahasiswa. Metode pengumpulan data menggunakan angket skala likert dan teknik analisis data menggunakan uji *faiored sample t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : (1) kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa BK semester II ruang 02 setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum dengan nilai pretest dengan nilai rata-rata 176,1 berada pada kategori tinggi dan nilai rata-rata postest 118,1 pada kategori rendah dengan selisih 58. (2) Konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. H_0 jika probabilitas yang dihitung \leq probabilitas yang ditetapkan sebesar 0.05 [Sig. (2-tailed) $\leq\alpha_{0.05}$] ditolak. H_0 jika probabilitas yang dihitung $>$ probabilitas yang ditetapkan sebesar 0.05 [Sig. (2-tailed) $>\alpha_{0.05}$] diterima.

Kata kunci: Konseling Kelompok Teknik *role playing*, Kecemasan Berbicara di Depan umum.

PENDAHULUAN

Mahasiswa bimbingan konseling dituntut untuk memiliki kemampuan berbicara di depan umum, selain keahlian mengungkapkan pikirannya secara tertulis. Kemampuan mengungkapkan pikiran secara lisan memerlukan kemampuan penguasaan bahasa yang baik agar mudah dimengerti oleh orang lain dan membutuhkan pembawaan diri yang tepat. Kemampuan mahasiswa berbicara di depan umum lebih banyak menggunakan metode diskusi kelompok dan presentasi. Akan tetapi, mahasiswa seringkali merasa cemas untuk mengungkapkan pikirannya secara lisan, baik pada saat diskusi kelompok, saat mengajukan pertanyaan pada dosen, ataupun ketika harus berbicara di depan kelas saat mempresentasikan tugas. Kondisi tersebut ditandai dengan ketakutan dalam menunjukkan performansi maupun situasi interaksionalnya dengan orang lain. Kondisi tersebut berdampak terhadap kualitas kehidupan individu.

Berdasarkan hasil *needs assessment* yang penulis lakukan dengan mahasiswa Bimbingan Konseling Univeristas Muhammdiyah Tapanuli Selatan, pada tanggal 18 september 2023 di dapatkan informasi bahwa, terdapat beberapa kendala yang dialami mahasiswa saat proses pembelajaran antara lain : 1.Adanya kecemasan berbicara di depan umum, terutama saat presentasi. 2.Kurangnya percaya diri mahasiswa. 3.Kurangnya komunikasi sesama mahasiswa di ruangan. 4. Kurangnya kerjasama antara mahasiswa di ruangan 5. Gangguan suara dari luar ruangan,

yang membuat mahasiswa kurang fokus dalam proses pembelajaran.

Dari fenomena yang penulis temukan, kendala yang dialami mahasiswa tersebut dapat berpengaruh dalam proses pembelajaran. Salah satunya, adanya kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa, terutama saat presentasi. Mereka merasa gugup ketika presentasi, serta malu-malu dan takut untuk mengemukakan pendapatnya. Akibatnya mahasiswa lebih sering diam ketika dosen bertanya atau meminta mahasiswa untuk tampil. Disitulah banyaknya siswa yang pasif disaat proses pembelajaran berlangsung, dan belajar yang pasif bukanlah hal yang baik untuk individu / mahasiswa.

Sehingga hal tersebut dapat menjadi penghambat dalam proses pembelajaran yang dapat mengganggu fungsi kognitif seseorang, misalnya dalam hal konsentrasi, mengingat, pembuatan konsep serta pemecahan masalah. Dan sebagai mahasiswa khususnya mahasiswa bimbingan konseling, berbicara di depan umum merupakan salah satu hal yang diperlukan sebagai penunjang kegiatan konseling. Karena dalam proses konseling diperlukan keterampilan berbicara agar dapat mengajak klien berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling.

Berdasarkan hasil wawancara di atas maka penulis melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Role playing Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Bimbingan**

Konseling Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan”

Konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien. (Lumongga, 2016 : 20).

Nurihsan J, A. menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran, serta perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling memedulikan di antara para peserta konseling kelompok. (Diambil dari Rasimin & Hamdi, 2021 : 7)

Berdasarkan penjelasan di atas layanan konseling kelompok merupakan layanan yang diberikan kepada sejumlah orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga siswa dapat mengatasi masalah yang dialaminya.

(dalam Herlina U, 2015) Santrock menyatakan definisi *role playing* sebagai berikut :

Bermain peran (*role playing*) ialah suatu kegiatan yang menyenangkan. secara lebih lanjut bermain peran merupakan suatu kegiatan

yang dilakukan seseorang untuk memperolah kesenangan, *Role playing* merupakan suatu metode bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi tentang peran dalam kelompok.

Menurut pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa teknik *role playing* dapat meningkatkan kemampuan individu untuk menghargai diri-sendiri dan meningkatkan empati individu terhadap orang lain, karena di dalam teknik *role playing* mahasiswa diajarkan kemampuan memecahkan masalah dalam dirinya sehingga melatih dirinya lebih bertanggung jawab dalam situasi dan keadaan yang sulit sekalipun.

(dalam Wahyuni, E. 2015) Chaplin berpendapat bahwa kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Alwisol mengemukakan bahwa kecemasan akan berubah menjadi ancaman dan menciptakan ketegangan dan rasa tidak menyenangkan.

METODE

Tempat penelitian dilakukan di Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. Adapun alasan penulis menjadikan Universitas ini sebagai lokasi penelitian karena sepengetahuan penulis belum ada yang meneliti mengenai "Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum". Sedangkan lama peneliti ini lebih

kurang 2 bulan setelah pelaksanaan seminar proposal atau setelah surat keterangan penelitian dikeluarkan oleh kampus.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen. Metode penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya.

Sugiyono (2019, 16-17) metode kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Sugiyono (2019 : 111) menyatakan penelitian eksperimen adalah sebagai metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan, agar tidak ada variabel lain selain variabel treatment yang mempengaruhi variabel dependen. Dengan kata lain penelitian eksperimen mencoba ada tidaknya hubungan sebab akibat.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-Experimental design* dengan tipe *one group pretest-posttest design*, dalam arti hanya kelompok eksperimen saja yang akan diukur berdasarkan dari treatment yang diberikan, pelaksanaannya dengan cara

memberikan pretest terlebih dahulu sebelum diberi tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan yang diberikan terhadap siswa setelah itu baru diberikan posttest untuk mengukur seberapa besar pengaruh yang muncul setelah diberikan treatment.

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Konseling Semester II Univeristas Muhammadiyah Tapanuli Selatan yang berjumlah 24 Mahasiswa. digambarkan pada tabel dibawah ini:

terlebih dahulu sebelum diberi tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan yang diberikan terhadap siswa setelah itu baru diberikan posttest untuk mengukur seberapa besar pengaruh yang muncul setelah diberikan treatment.

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Konseling Semester II Univeristas Muhammadiyah Tapanuli Selatan yang berjumlah 24 Mahasiswa. digambarkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.1 Populasi Penelitian

No	Mahasiswa BK	Jumlah
1.	II ruang 02	24
	Jumlah	24

pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Non Probability Sampling* dengan metode *Purposive Sampling*. Menurut Sugiyono (2019 : 129) *Simple Random Sampling* adalah teknik

penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Sampel atau sumber data dengan pertimbangan tertentu dimana untuk *Purposive Sampling* ini adalah mahasiswa semester 2 ruang 02 karena pada umumnya mahasiswa memiliki kecemasan berbicara di depan umum. Sehingga peneliti mengambil mahasiswa semester 2 ruang 02 untuk menjadi sampel penelitian, Alasan peneliti mengambil 10 mahasiswa untuk penelitian adalah karena tidak seluruh mahasiswa memiliki kecemasan berbicara didepan umum yang tinggi, ada Sebagian mahasiswa yang mampu mengatasi kecemasan berbicara di depan umum.

HASIL

Penelitian diawali dengan menyebarkan angket *pretest* untuk melihat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling Sebelum diberikan *treatment* peneliti akan menyajikan data *pretest* yang mengungkap tentang kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling yang kategorinya tinggi. Berdasarkan data hasil *pretest* yang telah dilakukan pada mahasiswa Bimbingan Konseling semester II ruang 02 Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan dengan jumlah 24 orang.

Ada 24 orang mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 yang megikuti *pretest* dengan skor keseluruhan 3667 dengan rata-rata skor 152,8 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan

konseling semester II ruang 02 berada pada kategori sedang. yang dimana 10 mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi, 11 mahasiswa memiliki kecemasan yang sedang, dan 3 mahasiswa memiliki kecemasan yang rendah. Pada penelitian ini yang menjadi sampel adalah 10 mahasiswa dengan kecemasan yang tinggi. dengan skor keseluruhan 1883 dengan rata-rata 188,3 berada pada kategori tinggi. Artinya kecemasan berbicara di depan umum yang dialami 10 mahasiswa tersebut berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil *pretest* diatas, selanjutnya diterapkan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa dengan 4 kali *treatment*.

Setelah mahasiswa mendapatkan *treatment* berupa layan konseling kelompok dengan teknik *role playing* sebanyak empat kali, dan selanjutnya dilakukan pengolahan data *posttest*. Berdasarkan data hasil *posttest* tentang kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 dapat dijelaskan ada 10 orang mahasiswa setelah diberikan *posttest* tentang kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa di peroleh jumlah skor 1150 poin dengan rata-rata 115 poin berada pada kategori rendah. Pada hasil *posttest* di dapatkan bahwa 3 orang berada pada kategori sedang, dan ada

7 orang adalah berada pada kategori rendah. Artinya setelah penerapan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *Role Playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 Univerisitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan.

Dapat dijelaskan bahwa sampel pada penelitian ini mengalami penurunan jumlah skor kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa. Sebelum *treatment* jumlah skor 1883 dengan rata-rata skor 188,3 berada pada kategori tinggi. Setelah diberikan *treatment* jumlah skor menurun menjadi 1150 dengan rata-rata 115 berada pada kategori rendah. Artinya data di atas menggambarkan bahwa dari 10 orang mahasiswa tersebut mengalami penurunan secara keseluruhan. Perolehan skor di atas dapat menggambarkan mutu kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa antara data *pretest* dan data *posttest*.

Uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan SPSS 20.0. Dalam menentukan suatu item valid atau tidak. Berdasarkan perhitungan peneliti menggunakan 50 item intrumen yang dinyatakan valid dalam penelitian ini.

Dasar pengambilan keputusan uji reliabilitas *cronbach intrumen* dikatakan reliable apabila, jika nilai *crhonbach alpha* $>0,7$.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.961	50

Berdasarkan tabel *Realibility statistics*, *Cronbach's Alfa* menunjukkan pada angka 0,961, dapat dipahami bahwa reabilitas instrumen yang penulis gunakan berada pada klasifikasi tinggi. Dapat dipahami hasil uji reabilitas skala kecemasan berbicara di depan umum siswa menunjukkan hasil yang reliabel.

Peneliti menggunakan normal data yang berdistribusi normal, hal ini dapat dilihat pada tabel tabel dibawah ini tentang uji normalitas.

Tabel 4.9

Tests of Normality

	Kolmogorov-			Shapiro-Wilk		
	Smirnov ^a		Statis tic	Shapiro-Wilk		
	Statist ic	Df		Sig.	df	Sig.
Pretest	.159	10	.200*	.972	10	.906

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel di atas bahwa data memiliki distribusi normal jika $p \geq 0,05$. Berdasarkan tabel di atas, sig. untuk variable kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa yaitu $0,90 >$ dari $0,05$. Jadi variabel tersebut memiliki distribusi data yang normal.

Analisis data pretest dan posttest terhadap kelompok eksperimen terdapat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.5 Analisis Hasil Pretest Dan Posttest Kelompok Eksperimen

Responden	Kelompok Eksperimen	
	Pretest	Posttest
MS	214	115
PDAP	202	113
M	201	116
ORS	193	127
NAHH	185	110
BS	181	131
SG	180	114

Responden	Kelompok Eksperimen	
	Pretest	Posttest
YMI	180	107
ASP	179	120
AM	168	97
MS	214	115

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa sampel pada penelitian ini mengalami penurunan jumlah skor kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa. Sebelum *treatment* jumlah skor 1883 dengan rata-rata skor 188,3 berada pada kategori tinggi. Setelah diberikan *treatment* jumlah skor menurun menjadi 1150 dengan rata-rata 115 berada pada kategori rendah. Artinya data di atas menggambarkan bahwa dari 10 orang mahasiswa tersebut mengalami penurunan secara keseluruhan. Perolehan skor di atas dapat menggambarkan mutu kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa antara data *pretest* dan data *posttest*.

Berdasarkan tabel hasil uji (*Paired Sample T-Test*), dapat diketahui nilai signifikansi pada yaitu 0,000 yang dimana nilai tersebut $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Berdasarkan dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik asertif dapat mengatasi *bullying* siswa kelas VIII MTsS Islamiyah Barbaran.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan 5 kali pertemuan terhadap siswa-siswi kelas VIII MTsS Islamiyah Barbaran dengan jumlah sampel 10 orang dalam 1 kelompok eksperimen. Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil pretest dan posttest diperoleh dari penyebaran angket yang dilakukan oleh peneliti mengenai *bullying*.

Perbedaan penurunan perilaku *bullying* siswa pada kelompok eksperimen sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Tabel 4.7 Perbandingan Kelompok Eksperimen *Pretest* Dan *Posttest*

Responden	Kelompok Eksperimen		Skor Penurunan
	Pre test	Post test	
MS	214	115	Turun 99
PDAP	202	113	Turun 89
M	201	116	Turun 85
ORS	193	127	Turun 66
NAHH	185	110	Turun 75
BS	181	131	Turun 50
SG	180	114	Turun 66
YMI	180	107	Turun 73
ASP	179	120	Turun 50
AM	168	97	Turun 71
MS	214	115	Turun 99
Rata-Rata	214	115	Turun 89

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa sampel pada penelitian ini mengalami penurunan jumlah skor kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa. Sebelum *treatment* jumlah skor 1883 dengan rata-rata skor 188,3 berada pada kategori tinggi. Setelah diberikan *treatment* jumlah skor menurun menjadi 1150 dengan rata-rata 115 berada pada kategori rendah. Artinya data di atas

menggambarkan bahwa dari 10 orang mahasiswa tersebut mengalami penurunan secara keseluruhan. Perolehan skor di atas dapat menggambarkan mutu kecemasan berbicara di depan umum mahasiswa antara data *pretest* dan data *posttest*. nilai signifikansi (2-tailed) 0,001 < 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna setelah diterapkan perlakuan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *role playing*.

Dengan demikian maka dapat disimpulkan H₀ jika probabilitas yang dihitung \leq probabilitas yang ditetapkan sebesar 0.05 [Sig. (2-tailed) $\leq\alpha_{0.05}$] di tolak. H₀ jika probabilitas yang dihitung $>$ probabilitas yang ditetapkan sebesar 0.05 [Sig. (2-tailed) $>\alpha_{0.05}$] diterima. Artinya konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan.

Berdasarkan hasil analisis diatas dapat diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. Hal ini diperoleh dari hasil analisis data. Jika dilihat dari skor penurunan dan perbandingan data hasil *pretest* dan *posttest*, saat *pretest* jumlah skor kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa adalah 1883 dengan

rata-rata 188,3 dengan rincian 10 orang mahasiswa berada pada kategori tinggi. Selanjutnya hasil *posttest* menunjukkan bahwa setelah diterapkan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *role playing* didapati jumlah skor 1150 dengan rata-rata 115 dengan rincian 3 orang pada kategori sedang dan 7 orang pada kategori rendah. Jadi dapat di pahami konseling kelompok dengan teknik *role playing* dapat mengatasi kecemasan berbicara di depan umum.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di MTsS Islamiyah Barbaran diperoleh kesimpulan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. Berdasarkan data hasil *pretest* dan *posttest*, saat *pretest* jumlah skor kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa adalah 1883 dengan rata-rata 188,3 dengan rincian 10 orang mahasiswa berada pada kategori tinggi. Selanjutnya hasil *posttest* menunjukkan bahwa setelah diterapkan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *role playing* didapati jumlah skor 118 dengan rata-

rata 118,1 dengan rincian 3 orang pada kategori sedang dan 7 orang pada kategori rendah.

Konseling kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa bimbingan konseling semester II ruang 02 Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. H₀ jika probabilitas yang dihitung ≤ probabilitas yang ditetapkan sebesar 0.05 [Sig. (2-tailed)≤ $\alpha_{0.05}$] di tolak. H₀ jika probabilitas yang dihitung > probabilitas yang ditetapkan sebesar 0.05 [Sig. (2-tailed)> $\alpha_{0.05}$] diterima.

DAFTAR RUJUKAN

- Ananda, R. (2018). Peningkatan Pembelajaran PKN dengan Penerapan Metode Role-Playing Siswa Kelas II SDN 003 Bangkinang Kota. *Jurnal Basicedu*, 2(1), 33-42.
- Andriati, N. (2015). Pengembangan model bimbingan klasikal dengan teknik role playing untuk meningkatkan kepercayaan diri. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1).
- Cemas, B. D. D. K. KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS PADA PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR Khairunisa
- Dewandari.2015. Cari Tahu Tentang Gangguan Kecemasan. Jakarta : PT. Glory Offset Press.
- FITRI, L. (2020). Pengaruh konseling kelompok dengan Teknik *role playing* dalam mengurangi perilaku *bullying* peserta didik kelas XI Jurusan TKJ SMKN 2 Bandar Lampung. TA 2017/2018 (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan lampung).
- Herlina, U. (2015). Teknik role playing dalam konseling kelompok. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 94-107.
- Indriasari, E. (2016). Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas XI Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 2(2)
- Juliandi, A., Manurung, S., & Satriawan, B. (2016). Mengolah data penelitian bisnis dengan SPSS. Lembaga Penelitian dan Penulisan Ilmiah AQLI.
- Mulkiyan, M. (2017). Mengatasi masalah kepercayaan diri siswa melalui konseling kelompok. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 136-142.
- Nisa, W., & Muhid, A. (2022). Peran Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok dengan Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional: Literature Review. *SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 1-13.
- Rasimin, M. P., & Hamdi, M. (2021). Bimbingan dan Konseling Kelompok. Bumi Aksara.
- Saputri, N. M. I. V. L., Islamiati, I., Asmaryadi, A., & Amri, K. (2022). Pengaruh Layanan Konseling Kleompok Berbasis *Self Management* Terhadap Penurunan Tingkat Kecanduan Game online Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Hutaraja Tinggi. *Restikdik : Jurnal bimbingan dan konseling*, 7(2), 216-226.
- Sugiyono.2019. Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D. Bandung : Alfabeta
- Suharsimi.2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Wahyuni, E. (2015). Hubungan self-efficacy dan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum. *Jurnal Komunikasi Islam (Journal of Islamic Comunication)*, 5(1), 51-82.

Wahyuni, S. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4).

Yanto, A. (2015). Metode bermain peran (Role playing) untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran IPS. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 1(1).194