

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Daftar Terjemah dan Transliterasi

No	Keterangan	Terjemahan	Transliterasi
1	Q.S. Al-Baqarah ayat 155	<i>"Dan sungguh, Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar."</i>	<i>Wa lanabluwannakum bisyai'in minal-khaufi wal-jū'i wa naqṣim minal-amwālī wal-anfusī waṣ-ṣamarāt, wa basysyirīṣ-ṣābirīn.</i>
2	Q.S. Ali Imran ayat 139	<i>"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah pula kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."</i>	<i>Wa lā tahnū wa lā taḥzanū wa antumul-a'launa in kuntum mu'minīn.</i>

LAMPIRAN 2 Skala Kecemasan Berbicara di Depan Kelas

SKALA KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS

Nama : Jenis Kelamin :

Kelas : Usia :

Skala kecemasan berdiri di depan kelas ini memuat sejumlah pernyataan yang akan mengungkapkan gambaran dan keadaan diri anda masing-masing. Adapun tujuan dari pengisian skala ini adalah untuk mengetahui sejauh mana kecemasan diri anda ketika berbicara di depan kelas atau saat melakukan presentasi di dalam kelas.

Petunjuk Pengisian :

1. Baca dan pahami dengan baik setiap pernyataan pada skala kecemasan berbicara di depan kelas di bawah ini.
2. Berilah tanda centang (✓) pada salah satu kolom alternatif pilihan jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan keadaan diri anda (diharapkan untuk menjawab dengan jujur dan penuh keseriusan).
3. Pengisian skala tidak mempengaruhi nilai mata pelajaran.

Alternatif pilihan jawaban:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa gugup ketika guru meminta berbicara di depan kelas.				
2	Saya percaya diri saat menyampaikan pendapat di depan kelas.				
3	Saya takut melakukan kesalahan ketika berbicara di depan kelas.				
4	Saya merasa tenang saat presentasi di depan teman-teman.				
5	Saya khawatir ditertawakan teman-teman saat berbicara di depan kelas.				
6	Saya sulit berkonsentrasi sebelum berbicara di depan kelas.				
7	Saya yakin dapat menjawab pertanyaan guru di depan kelas.				
8	Saya merasa cemas meskipun sudah menyiapkan materi dengan baik..				
9	Saya dapat mengendalikan rasa takut saat berbicara di depan kelas.				
10	Saya sering membayangkan hal buruk saat tampil di depan kelas.				
11	Saya merasa panik ketika diminta berbicara di depan kelas.				
12	Saya menikmati kegiatan berbicara di depan kelas.				
13	Saya merasa malu saat berbicara di depan kelas.				
14	Saya yakin dengan kemampuan diri sendiri.				
15	Saya khawatir jawaban yang diberikan kurang tepat.				
16	Saya merasa tidak nyaman menjadi pusat perhatian.				
17	Saya tetap berpikir jernih ketika berbicara di depan kelas.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
18	Jantung saya berdebar saat berbicara di depan kelas.				
19	Tangan saya berkeringat ketika tampil di depan kelas.				
20	Suara saya menjadi gemetar saat berbicara.				
21	Tubuh saya terasa santai saat berbicara di depan kelas.				
22	Mulut saya terasa kering saat berbicara di depan kelas.				
23	Saya sering gemetar ketika dipanggil guru untuk berbicara di depan kelas.				
24	Saya dapat berbicara dengan suara yang stabil.				
25	Perut saya terasa tidak nyaman sebelum tampil di depan kelas.				
26	Saya merasa pusing ketika harus berbicara di depan kelas.				
27	Napas saya menjadi lebih cepat saat presentasi di depan kelas.				
28	Saya dapat berdiri dengan tenang di depan kelas.				
29	Wajah saya terasa panas saat berbicara di depan kelas.				
30	Saya sering sulit tidur jika besok harus presentasi di depan kelas.				
31	Tubuh saya terasa tegang ketika diperhatikan teman-teman.				
32	Saya merasa santai saat menjelaskan tugas di depan kelas.				
33	Saya sering menggoyangkan tangan atau kaki karena gugup.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
34	Saya dapat mengontrol gerakan tubuh ketika berbicara.				
35	Saya takut dinilai buruk oleh teman-teman saat berbicara di depan kelas.				
36	Saya senang berbagi pendapat di depan kelas.				
37	Saya menghindari tugas presentasi jika memungkinkan.				
38	Saya merasa nyaman berbicara di depan banyak orang.				
39	Saya takut ditertawakan ketika salah berbicara di depan kelas.				
40	Saya memilih diam daripada bertanya di kelas.				
41	Saya berani mengemukakan pendapat dalam diskusi.				
42	Saya merasa kurang percaya diri jika harus berbicara di depan teman-teman.				
43	Saya takut menjadi pusat perhatian di kelas.				
44	Saya mudah bergaul dan berbicara dengan teman-teman.				
45	Saya khawatir teman-teman akan mengejek saat berbicara.				
46	Saya bersedia menjadi wakil kelompok untuk presentasi.				
47	Saya merasa lebih aman jika orang lain yang berbicara.				
48	Saya menghindari kontak mata dengan teman-teman ketika tampil.				
49	Saya merasa diterima oleh teman-teman saat berbicara.				
50	Saya takut jika guru dan teman-teman memperhatikan sekaligus.				

LAMPIRAN 2 Uji validitas dan reabilitas

No	Item	rhitung	rtabel	Keterangan
1	Saya merasa gugup ketika guru meminta berbicara di depan kelas.	-0,005	0,423	Tidak
2	Saya percaya diri saat menyampaikan pendapat di depan kelas.	0,694	0,423	Valid
3	Saya takut melakukan kesalahan ketika berbicara di depan kelas.	0,643	0,423	Valid
4	Saya merasa tenang saat presentasi di depan teman-teman.	0,655	0,423	Valid
5	Saya khawatir ditertawakan teman-teman saat berbicara di depan kelas.	0,626	0,423	Valid
6	Saya sulit berkonsentrasi sebelum berbicara di depan kelas.	-0,287	0,423	Tidak
7	Saya yakin dapat menjawab pertanyaan guru di depan kelas.	0,793	0,423	Valid
8	Saya merasa cemas meskipun sudah menyiapkan materi dengan baik..	0,739	0,423	Valid
9	Saya dapat mengendalikan rasa takut saat berbicara di depan kelas.	0,705	0,423	Valid
10	Saya sering membayangkan hal buruk saat tampil di depan kelas.	0,756	0,423	Valid
11	Saya merasa panik ketika diminta berbicara di depan kelas.	0,414	0,423	Tidak
12	Saya menikmati kegiatan berbicara di depan kelas.	0,706	0,423	Valid
13	Saya merasa malu saat berbicara di depan kelas.	0,793	0,423	Valid
14	Saya yakin dengan kemampuan diri sendiri.	0,672	0,423	Valid
15	Saya khawatir jawaban yang diberikan kurang tepat.	0,789	0,423	Valid
16	Saya merasa tidak nyaman menjadi pusat perhatian.	-0,309	0,423	Tidak
17	Saya tetap berpikir jernih ketika berbicara di depan kelas.	0,624	0,423	Valid
18	Jantung saya berdebar saat berbicara di depan kelas.	0,078	0,423	Tidak
19	Tangan saya berkeringat ketika tampil di depan kelas.	0,772	0,423	Valid

20	Suara saya menjadi gemetar saat berbicara.	0,668	0,423	Valid
21	Tubuh saya terasa santai saat berbicara di depan kelas.	0,885	0,423	Valid
22	Mulut saya terasa kering saat berbicara di depan kelas.	0,355	0,423	Tidak
23	Saya sering gemetar ketika dipanggil guru untuk berbicara di depan kelas.	0,718	0,423	Valid
24	Saya dapat berbicara dengan suara yang stabil.	0,754	0,423	Valid
25	Perut saya terasa tidak nyaman sebelum tampil di depan kelas.	0,823	0,423	Valid
26	Saya merasa pusing ketika harus berbicara di depan kelas.	0,663	0,423	Valid
27	Napas saya menjadi lebih cepat saat presentasi di depan kelas.	0,746	0,423	Valid
28	Saya dapat berdiri dengan tenang di depan kelas.	0,607	0,423	Valid
29	Wajah saya terasa panas saat berbicara di depan kelas.	0,846	0,423	Valid
30	Saya sering sulit tidur jika besok harus presentasi di depan kelas.	0,763	0,423	Valid
31	Tubuh saya terasa tegang ketika diperhatikan teman-teman.	0,763	0,423	Valid
32	Saya merasa santai saat menjelaskan tugas di depan kelas.	0,789	0,423	Valid
33	Saya sering menggoyangkan tangan atau kaki karena gugup.	0,764	0,423	Valid
34	Saya dapat mengontrol gerakan tubuh ketika berbicara.	-0,281	0,423	Tidak
35	Saya takut dinilai buruk oleh teman-teman saat berbicara di depan kelas.	0,734	0,423	Valid
36	Saya senang berbagi pendapat di depan kelas.	0,802	0,423	Valid
37	Saya menghindari tugas presentasi jika memungkinkan.	-0,017	0,423	Tidak
38	Saya merasa nyaman berbicara di depan banyak orang.	0,727	0,423	Valid
39	Saya takut ditertawakan ketika salah berbicara di depan kelas.	0,664	0,423	Valid

40	Saya memilih diam daripada bertanya di kelas.	0,723	0,423	Valid
41	Saya berani mengemukakan pendapat dalam diskusi.	0,413	0,423	Tidak
42	Saya merasa kurang percaya diri jika harus berbicara di depan teman-teman.	0,751	0,423	Valid
43	Saya takut menjadi pusat perhatian di kelas.	0,648	0,423	Valid
44	Saya mudah bergaul dan berbicara dengan teman-teman.	0,747	0,423	Valid
45	Saya khawatir teman-teman akan mengejek saat berbicara.	-0,309	0,423	Tidak
46	Saya bersedia menjadi wakil kelompok untuk presentasi.	0,607	0,423	Valid
47	Saya merasa lebih aman jika orang lain yang berbicara.	0,697	0,423	Valid
48	Saya menghindari kontak mata dengan temanteman ketika tampil.	0,773	0,423	Valid
49	Saya merasa diterima oleh teman-teman saat berbicara.	0,859	0,423	Valid
50	Saya takut jika guru dan teman-teman memperhatikan sekaligus.	0,763	0,423	Valid
Cronbach's Alpha		N Of Items		
813		50		

LAMPIRAN 3 Uji normalitas

Tests of Normality				
Kelas		Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.

Hasil	pretest kontrol	0.103	32	.200*	0.951	32	0.152
	posttest kontrol	0.166	32	0.025	0.864	32	0.001
	pretest eksperimen	0.122	32	.200*	0.957	32	0.226
	posttest eksperimen	0.111	32	.200*	0.977	32	0.710

LAMPIRAN 4 Uji Willcoxon

Test Statistics^a		
	posttest eksperimen - pretest eksperimen	posttest kontrol - pretest kontrol
Z	-4.940 ^b	-4.786 ^b
Asymp. Sig. (2- tailed)	0.000	0.000

LAMPIRAN 5 Uji Mann-Whitney

Test Statistics^a	
	hasil
Mann-Whitney U	34.500
Wilcoxon W	562.500
Z	-6.420
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

LAMPIRAN 6 Pedoman Pelaksanaan Layanan Klasikal



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT. Tuhan seru sekalian alam. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW., yang telah menunjukan kepada manusia jalan keselamatan di dunia dan di akhirat.

Pedoman ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat persiapan penelitian di lapangan. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan pedoman ini tidak lepas dari peran serta dukungan berbagai pihak yang telah membantu baik secara fisik maupun mental. Maka dari itu penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggitingginya kepada:

1. Bapak Haris Fadilah, S.Pd, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan pedoman ini.
2. Semua pihak yang telah membantu baik berupa moril, material, terutama keluarga dan teman sehingga penyusunan pedoman ini dapat selesai.

Penulis menyadari bahwa dalam pedoman ini masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan. Sehingga diharapkan saran dan kritik untuk memperbaiki isi pedoman ini agar menjadi lebih baik kedepannya. Semoga pedoman ini dapat menambah ilmu dan wawasan baru bagi para pembaca termasuk bagi penulis sendiri.

Banjarmasin, 10 Juli 2026

Hikmah

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	iii
A. Rasional	1
B. Tujuan	3
C. Sasaran Pengguna	3
D. Sasaran Intervensi	4
E. Peran Konselor.....	4
F. Peran Konseli	4
G. Waktu Pelaksanaan Konseling	5
H. Materi	5
BAB I.....	6
A. Layanan Klasikal.....	6
B. Kecemasan Berbicara di Depan Kelas	10
BAB II	13
A. Tahap Pembentukan	13
B. Tahap Transisi (Peralihan)	16
C. Tahap Kegiatan	16
D. Tahap Akhir	17
BAB III.....	18
A. Pertemuan I	18
B. Pertemuan II	20
C. Pertemuan III.....	21
D. Pertemuan IV	23
BAB IV	25
A. Kesimpulan	25
B. Saran	25
DAFTAR PUSTAKA	26

BAB I

PEDOMAN UMUM

A. Rasional

Dalam proses pembelajaran, tentu terdapat berbagai permasalahan yang sering dihadapi oleh siswa, salah satunya adalah kecemasan saat berbicara di depan umum. Kecemasan berbicara di depan umum adalah respons emosional yang wajar dialami oleh banyak siswa ketika mereka menghadapi situasi di mana mereka harus berbicara di hadapan orang lain. Perasaan ini sering kali muncul dari kombinasi beberapa faktor, seperti kekhawatiran akan penilaian negatif dari audiens, ketakutan membuat kesalahan, kurangnya pengalaman, atau rendahnya rasa percaya diri. Siswa mungkin merasa gemetar, gugup, atau sulit berkonsentrasi karena tubuh mereka bereaksi terhadap tekanan dengan meningkatkan adrenalin, yang sering diartikan sebagai tanda ancaman.

Menurut Rogers kecemasan berbicara di depan umum adalah perasaan gugup dan tidak nyaman yang dialami individu ketika melakukan presentasi, rasa takut untuk berbicara serta kesulitan-kesulitan yang dialami seseorang saat mereka harus berbicara dihadapan banyak orang secara sempurna yang ditandai dengan adanya reaksi psikologis dan fisiologis.⁵⁶ Kecemasan dikelompokkan sebagai suatu gangguan. jika hal tersebut diabaikan maka akan mengakibatkan individu terhambat untuk mengaktualisasikan potensi dan performa yang sebenarnya ia

⁵⁶ Natalie Rogers, *Berani Bicara Di Depan publik Terjemah Lala Herawati*, 2 ed. (Bandung: Nuansa, 2004).

miliki termasuk kemampuannya dalam berinteraksi dengan orang lain atau untuk mendapatkan kepuasan dari kehidupannya.⁵⁷

Ketika terdapat siswa yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas, tentunya ini menjadi masalah bersama baik itu dari siswa itu sendiri maupun masalah untuk pihak sekolah sebagai pelaksana berlangsungnya pembelajaran. Seperti yang kita ketahui permasalahan kecemasan berbicara di depan kelas merupakan suatu permasalahan yang akan berdampak buruk kedepannya jika tidak ditangani dengan tepat. Dengan pendekatan yang tepat, siswa dapat belajar mengenali dan mengelola perasaan tersebut secara efektif. Maka dari itu salah satu upaya untuk mengentaskan permasalahan ini adalah dengan melalui layanan klasikal.

Menurut Prayitno layanan klasikal adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli disebut konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah disebut klien yang bertujuan untuk teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien yang dilakukan dengan dinamika kelompok.⁵⁸ Menurut Hallen layanan klasikal yaitu layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.⁵⁹ Adapun teknik yang sesuai digunakan untuk mengatasi permasalahan kecemasan berbicara di depan kelas adalah layanan klasikal.

⁵⁷ Khairunisa, "Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Pada Peserta Didik Sekolah Dasar," *Jurnal Tunas Bangsa* 6 (2016).

⁵⁸ Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 2015.

⁵⁹ Syarqawi dan Amelia Siahaan, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling Telaah Konsep, Teori dan Praktik*, 63.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dibuat suatu pedoman umum layanan klasikal agar pelaksanaan layanan di lapangan nantinya dapat terarah dan jelas serta mengetahui penerapannya secara lebih jelas. Selain itu pedoman ini merupakan salah satu bentuk bahan pembelajaran dalam melakukan layanan klasikal untuk mereduksi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum Pedoman ini dibuat dengan tujuan untuk membantu pelaksanaan praktik layanan di lapangan, khususnya dalam proses layanan klasikal untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan pada siswa, sehingga pelaksanaan layanan dapat dilakukan sesuai dengan prosedur yang ada dan berjalan dengan efektif.
2. Tujuan Khusus Siswa atau Konseli diharapkan agar mampu menyelesaikan permasalahan yang dialaminya yang berkaitan dengan kecemasan berbicara di depan kelas.

C. Sasaran

Pengguna Adapun sasaran dari pengguna pedoman ini adalah:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling Bagi Guru BK pedoman ini diharapkan agar dapat membantu pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik relaksasi untuk mengatasi permasalahan kecemasan berbicara di depan umum pada siswa.
2. Bagi Peneliti Bagi peneliti pedoman ini diharapkan agar dapat membantu pelaksanaan layanan klasikal untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VII di SMPN 23 Banjarmasin

D. Sasaran Intervensi

Sasaran intervensi ini ditujukan kepada siswa kelas VII B di SMPN 23 Banjarmasin yang memiliki kecemasan berbicara di depan kelas yang tinggi.

E. Peran Konselor

Layanan klasikal dilaksanakan oleh konselor yaitu Guru BK di SMPN 23 Banjarmasin. Konselor tentu harus memiliki kemampuan dalam menguasai teori layanan kalsikal dan mampu membangun hubungan baik dengan siswa atau konseli. Dalam penelitian ini, peran konselor atau Guru BK adalah sebagai fasilitator yang membantu siswa dalam mengatasi permasalahan kecemasan berbicara di depan kelas.

F. Peran Konseli

Dalam penelitian ini, konseli yang dimaksud adalah siswa yang teridentifikasi memiliki gangguan kecemasan berbicara di depan kelas yang tinggi. Peran siswa (konseli) dalam pelaksanaan layanan klasikal adalah sebagai sasaran treatment yang diharapkan dapat terbantu dalam menyelesaikan masalah yang sedang dialaminya.

G. Waktu Pelaksanaan Layanan

Waktu pelaksanaan kegiatan layanan klasikal dilakukan selama 1 bulan atau secara fleksibel yang mana hal ini dirancang selama 4 kali pertemuan, dimana setiap masing-masing pertemuan memiliki durasi 1x 45 menit. Pada setiap pertemuan layanan akan terdiri dari tahap pembukaan, tahap peralihan, tahap kegiatan (inti), dan tahap pengakhiran.

H. Materi

No	Pertemuan	Materi	Hari/Tanggal	Waktu	Tempat
1	Pertemuan I	Mengenal diri dan potensi berbicara	Jum'at, 5 Juni 2026	45 Menit	Ruang Kelas
2	Pertemuan II	Mengenal rasa malu dan takut dinilai	Senin, 8 Juni 2026	45 Menit	Ruang Kelas
3	Pertemuan III	Mengenal kecemasan berbicara di depan kelas	Rabu, 10 Juni 2026	45 Menit	Ruang Kelas
4	Pertemuan IV	Ubah rasa takut menjadi percaya diri	Senin, 15 Juni 2026	45 Menit	Ruang Kelas

BAB II

LAYANAN KLASIKAL

A. Layanan Klasikal

1. Pengertian Layanan Klasikal

Bimbingan klasikal disebut layanan dasar karena bimbingan klasikal merupakan bagian yang memiliki porsi terbesar dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Bimbingan klasikal lebih bersifat preventif dan berorientasi pada pengembangan pribadi peserta didik yang meliputi bidang belajar, sosial dan karir. Pemberian layanan bimbingan klasikal berfokus pada pencegahan dan penguasaan siswa akan tugas perkembangannya.⁶⁰ Bimbingan klasikal adalah sebuah jenis layanan bimbingan yang diberikan kepada seluruh siswa atau kelompok tertentu. Bimbingan klasikal dilaksanakan di kelas dalam bentuk tatap muka antara guru BK atau konselor dengan siswa.

Selanjutnya Yusuf dan Nurihsan mendefinisikan bimbingan klasikal sebagai layanan bantuan bagi siswa melalui kegiatan-kegiatan secara klasikal yang disajikan secara sistematis untuk membantu siswa mengembangkan potensinya. Hal serupa juga diungkapkan oleh Fandini dan Purwoko dikutip dari Jurnal Bimbingan dan Konseling menyatakan bahwa bimbingan klasikal adalah sebagai suatu layanan

⁶⁰ Sawal Mahaly, “Pelaksanaan Asessmen Kebutuhan Peserta Didik Dalam Memberikan Layanan Bimbingan Klasikal Di SMA Ambon,” Al-Ittizaan Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol. 04, NO. 02, (2021): 41.

bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik oleh guru BK kepada sejumlah siswa dalam satuan kelas yang dilaksanakan di dalam kelas.⁶¹

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal adalah suatu layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa agar mampu mencegah masalah yang terjadi dalam hidupnya.

2. Tahapan Layanan Klasikal

Secara umum, tahapan bimbingan klasikal meliputi:

- 1). Perencanaan: a). Analisis kebutuhan: mengidentifikasi kebutuhan peserta didik berdasarkan tugas perkembangan, minat, dan permasalahan yang umum muncul di kelas. b). Penyusunan tujuan: Menentukan tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan bimbingan, misalnya meningkatkan motivasi belajar, mengembangkan keterampilan sosial, atau mengatasi masalah emosional. c). Pemilihan materi: memilih materi yang relevan dengan tujuan yang telah ditetapkan dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik. d). Pemilihan metode: memilih metode yang efektif untuk menyampaikan materi, seperti ceramah, diskusi kelompok, role-playing, atau simulasi.⁶²
- 2). Pelaksanaan: a). Orientasi: Memberikan penjelasan kepada peserta didik tentang tujuan dan manfaat kegiatan bimbingan. b). Penyampaian materi: Menyampaikan materi dengan bahasa yang mudah dipahami dan menggunakan berbagai media pembelajaran yang menarik. c). Aktivitas kelompok: Membagi peserta didik ke dalam kelompok kecil untuk melakukan diskusi atau tugas kelompok. d). Evaluasi

⁶¹ Anden Agung Nugroho, Suhendri, “*Model Pengembangan Pemahaman Kesehatan Reproduksi Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kalsikal Metode Jigsaw*.”

⁶² Heru Sriyono, *Bimbingan dan Konseling Belajar bagi Siswa di Sekolah- Rajawali Pres* (Depok: PT Rajagrafindo Persada, 2021).

proses: Melakukan evaluasi selama proses berlangsung untuk melihat sejauh mana peserta didik terlibat dan memahami materi. 3). Penutup: a). Ringkasan: merangkum kembali materi yang telah disampaikan. b). Evaluasi hasil: mengevaluasi hasil belajar peserta didik melalui tes, kuis, atau tugas individu. c). Tindak lanjut: menyusun rencana tindak lanjut untuk mengatasi kesulitan yang masih dialami peserta didik atau untuk memperkuat materi yang telah dipelajari.⁶³

3. Langkah-langkah Layanan Klasikal

Layanan Bimbingan Klasikal terbagi dalam tiga bagian yaitu permulaan, pertengahan, dan akhir, atau pendahuluan, inti dan penutup. Pada tahap permulaan peserta didik melakukan review terhadap tujuannya, mencatat perkembangan dirinya, memonitor perkembangan dan dikaitkan dengan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari peserta didik. Pada tahap pertengahan peserta didik belajar keterampilan dan strategi baru yang bermanfaat dalam kehidupannya. Pada tahap akhir layanan bimbingan klasikal konselor harus mampu mengajak peserta didik untuk melakukan refleksi berbagi pengetahuan dalam membuat desain atas tujuan yang diinginkan. Pelaksanaan bimbingan klasikal berpusat pada peserta didik dan tidak boleh ditinggalkan adalah evaluasi dan konsistensi konselor dalam mengatur waktu dan jadwal dalam keseluruhan kegiatan. Beberapa langkah pemberian bimbingan klasikal yang perlu diperhatikan sebagai berikut.

Untuk menangani kasus masalah siswa, berdasarkan teori maka dapat dilakukan sebagai berikut :

⁶³ Sriyono.

- 1). Melakukan pemahaman peserta didik dan menemukan kecenderungan kebutuhan layanan.
- 2). Memilih metode dan teknik yang sesuai untuk pemberian layanan klasikal berdasarkan materi layanan.
- 3). Menyusun atau mempersiapkan materi layanan klasikal sesuai hasil pemahaman kebutuhan peserta didik.
- 4). Memilih sistematika penyusunan materi yang mencerminkan adanya kesiapan layanan klasikal dan persiapan diketahui oleh Koordinator Bimbingan dan Konseling dan atau Kepala Sekolah.
- 5). Mempersiapkan alat bantu untuk melaksanakan pemberian layanan klasikal sesuai dengan kebutuhan layanan.
- 6). Melakukan evaluasi pemberian layanan klasikal perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana proses, tepat tidaknya layanan yang diberikan dan perkembangan sikap dan perilaku atau tingkat ketercapaian tugas-tugas perkembangan.
- 7). Tindak lanjut dilakukan sebagai upaya peningkatan mutu layanan klasikal. Kegiatan tindak lanjut senantiasa mendasarkan pada hasil evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan.⁶⁴

Kecemasan Berbicara di Depan Umum Saat individu mendapatkan tugas berbicara di depan umum, tak banyak orang mengalami ketakutan ketika berada diposisi itu, karena tidak semua orang mempunyai keberanian dalam melakukan hal tersebut.

⁶⁴ Muh Farozin, “*Pengembangan Model Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Smp,*” Jurnal Cakrawala Pendidikan, Vol. 01 NO. 01 (2012).

4. Kecemasan Berbicara di Depan Kelas

Saat individu mendapatkan tugas berbicara di depan kelas, tak banyak orang mengalami ketakutan ketika berada diposisi itu, karena tidak semua orang mempunyai keberanian dalam melakukan hal tersebut. Keadaan ini seringkali disebut dengan kecemasan berbicara di depan kelas.

Menurut Philips kecemasan berbicara di depan kelas yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi psikologis dan fisiologis.⁶⁵ Menurut Rahmawati dan Nuryono kekhawatiran siswa berada di depan umum dikarenakan takut dikritik, dinilai negatif, takut salah, takut malu, takut gagal, takut terhadap apa yang tidak diketahui, dan karena takut akan pengalaman buruk dimasa lalu.⁶⁶ Dalam kecemasan berbicara di depan kelas terdapat lima aspek yaitu:

a. Aspek Suasana Hati Aspek suasana hati dalam gangguan kecemasan adalah kecemasan, tegang, panik dan kekhawatiran, individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan adanya hukuman atau bencana yang akan mengancam dari sumber tertentu yang tidak diketahui Aspek kognitif Aspek kognitif dalam gangguan kecemasan menunjukkan kekhawatiran dan keprihatinan mengenai bencana yang diantisipasi oleh individu, misalnya seseorang individu yang takut berada di tengah khayak ramai menghabiskan banyak waktu untukkhawatir

⁶⁵ de Naor dan Sitasari, “*Gambaran Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Santri SMA di Pondok Pesantren.*”

⁶⁶ Yosefina David de Naor dan Novendawati Wahyu Sitasari, “*Gambaran Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Santri SMA di Pondok Pesantren*” 2 (2021).

mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi dan kemudian merencanakan bagaimana harus menghindari hal-hal tersebut.

b. Aspek somatik Aspek somatik dari kecemasan dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu pertama adalah aspek-aspek langsung yang terdiri dari keringat, mulut kering, bernapas pendek, denyut nadi cepat, tekanan darah meningkat, kepala terasa berdenyut-denyut, dan otot terasa tegang. Kedua apabila kecemasan berkepanjangan, aspek-aspek tambah seperti tekanan darah meningkat secara kronis, sakit kepala dan gangguan usus (kesulitan dalam pencernaan, dan rasa nyeri pada perut) dapat terjadi.

c. Aspek Afektif Aspek afektif mengacu pada reaksi emosional yang muncul akibat ketakutan atau kecemasan ketika harus berbicara di depan audiens. Aspek ini mencakup perasaan tidak nyaman seperti perasaan malu, gelisah dan bingung.

d. Perilaku motorik Orang-orang yang cemas sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motorik menjadi tanpa arti dan tujuan misalnya jari-jari kaki mengetuk-ngetuk, bicara patah-patah, tidak banyak bicara, gemetaran, kepala menunduk atau berusaha menghindari tatap mata dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Aspek aspek motor ini merupakan gambaran rancangan kognitif dan somatik yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi diri dari apa saja yang dirasanya mengancam.⁶⁷

⁶⁷ Sofyan, Rapi, dan Afiif, "Pengaruh Kecemasan Berkomunikasi Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi Angkatan 2013 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar."

BAB III

PROSEDUR PELAKSANAAN LAYANAN KLASIKAL

A. Tahap Pembentukan

Tahap ini diawali dengan upaya menumbuhkan minat untuk terbentuknya kelompok. Dalam hal ini meliputi tentang pemberian penjelasan tentang kelompok, tujuan dan manfaat dari kelompok, ajakan untuk memasuki dan mengikuti kegiatan kelompok, dan kemungkinan adanya kesempatan dan kemudahan bagi penyelenggaraan kelompok yang dimaksud.

Langkah-langkah pada tahap pembentukan sebagai berikut:

1. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
2. Berdoa
3. Menjelaskan pengertian konseling kelompok Konselor memberikan pengertian konseling kelompok. Layanan klasikal adalah proses konseling yang dilakukan dalam layanan, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam dinamika kelompok untuk memfasilitasi perkembangan individu tau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara Bersama-sama. Proses interaksi dalam kelompok mengandung ciri-ciri terapeutik, seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, berorientasi pada kenyataan, keterbukaan diri mengenai seluruh perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, dan saling mendukung.
4. Menjelaskan tujuan layanan klasikal
 - a. Secara Umum:

- 1) Konseli belajar berkomunikasi dengan anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai.
- 2) Konseli mampu mengembangkan keterampilan berkomunikasi dengan anggota kelompok, sehingga dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya.
- 3) Masing-masing konseli mampu menemukan dan memahami dirinya sendiri dan terbuka terhadap aspek-aspek kepribadian yang positif.
- 4) Konseli mampu mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, dimulai dari hubungan antar pribadi di dalam kelompok.
- 5) Konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain, dan lebih mampu menghayati dan memahami perasaan orang lain, sehingga membuat konseli lebih sensitive terhadap kebutuhan psikologis dirinya sendiri dan orang lain.
- 6) Konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain, sehingga konseli tidak akan merasa terisolir dengan masalah yang dihadapi, konseli mendapatkan pemahaman baru bahwa bukan hanya diri sendiri yang mengalami masalah.

b. Secara Khusus:

Membuat konseli menjadi lebih terbuka dan jujur karena mereka yang ada dalam satu kelompok mempunyai tema utama masalah yang sama sehingga dia lebih mau terbuka tentang masalah dan alasan yang menyebabkan dia memiliki kecemasan berbicara di depan kelas.

5. Menjelaskan cara pelaksanaan layanan klasikal

6. Menjelaskan mulai dari tahap awal (pembentukan) hingga tahap akhir (penutup)

B. Tahap Transisi (Peralihan)

Pada tahap ini bertujuan untuk membangun suasana saling percaya yang mendorong anggota kelompok menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi. Langkah-langkah pada tahap kegiatan sebagai berikut:

1. Menjelaskan kembali mengenai layanan klasikal
2. Menjelaskan batasan masalah yang dibahas dalam layanan klasikal
3. Menanyakan dan memperhatikan anggota kelompok mengenai kesiapan untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya
4. Ice breaking.

C. Tahap Kegiatan

Pada tahap ini ada proses eksplorasi permasalahan yang mendalam dan Tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang ingin disampaikan oleh anggota kelompok.

Langkah-langkah tahap kegiatan:

1. Menjelaskan topik materi.
2. Menjelaskan kecemasan berbicara di depan kelas.
3. Mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalahnya tentang kecemasan berbicara di depan kelas.
4. Membantu peserta didik menggali lebih dalam permasalahannya, dengan bertanya dan menanggapi pendapat teman.
5. Mengentaskan permasalahan anggota kelompok.

D. Tahap Akhir

Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok.

Langkah-langkah pada tahap akhir (penutup) sebagai berikut:

1. Menjelaskan bahwa kegiatan layanan klasikal akan diakhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing
3. Memberikan pekerjaan rumah (tugas yang dilakukan untuk mereduksi kecemasan berbicara di depan kelas)
4. Membahas dan mengatur waktu kegiatan lanjutan
5. Pesan serta tanggapan anggota kelompok
6. Ucapan terima kasih
7. Berdoa.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Layanan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli disebut konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah disebut klien yang bertujuan untuk teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien yang dilakukan dengan dinamika kelompok. Berdasarkan uraian tersebut, maka diperlukan sebuah pedoman layanan klasikal agar pelaksanaan layanan di lapangan nantinya dapat lebih terarah dan jelas serta mengetahui penerapannya secara lebih jelas. Selain itu juga pedoman ini merupakan salah satu bentuk bahan pembelajaran dalam melakukan layanan klasikal untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa.

B. Saran

Pelaksanaan layanan klasikal diharapkan dapat mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa. Hal ini juga dapat diimplementasikan untuk guru BK di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arizona, Arizona, Nurlela Nurlela, dan Zilla Jannati. "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Relaksasi untuk Mereduksi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian di SMP PGRI 1 Palembang." *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik)* 2, no. 2 (15 April 2019): 125. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n2.p125-130>.
- Chandra Dewi, Fitniwillis. *Teknik Khusus dalam Konseling*, 2017.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi* Terjemahan Mulyarto. Fourth edition. Semarang: IKIP Semarang Press, 1995.
- Khairunisa. "Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Pada Peserta Didik Sekolah Dasar." *Jurnal Tunas Bangsa* 6 (2016).
- L. Atkinson, Rita, Richard C. Atkinson, Edward E. Smith, dan Daryl J. Bem. *Pengantar psikologi Jilid 2* Terjemahan: Widjaja Kusuma. Tangerang: Interkasara Publisher, 2010.
- Naor, Yosefina David de, dan Novendawati Wahyu Sitasari. "Gambaran Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Santri SMA di Pondok Pesantren" 2 (2021).
- Prayitno, dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Rahardjo, Susilo, dan Gudnanto. *Pemahaman Individu Teknik Nontes*. Kudus: Nora Media, 2010.
- Rogers, Natalie. *Berani Bicara Di Depan publik* Terjemah Lala Herawati. 2 ed. Bandung: Nuansa, 2004.
- Sofyan, Sofyan, Muh. Rapi, dan Ahmad Afiif. "Pengaruh Kecemasan Berkomunikasi Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi Angkatan 2013 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar." *Jurnal Biotek* 3, no. 2 (1 Desember 2015): 133. <https://doi.org/10.24252/jb.v3i2.1102>.

LAMPIRAN 6 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Pertemuan I, II, III, IV

• Pertemuan Pertama

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

LAYANAN KLASIKAL

TAHUN 2026/2027

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 23 Banjarmasin
Komponen Layanan	: Layanan Dasar
Bidang Layaan	: Sosial
Fungsi Layanan	: Pemahaman dan Pengembangan
Topik/Tema Layanan	: Mengenal Diri dan Potensi Berbicara
Kelas	: VII A
Pertemuan ke-	: I
Alokasi Waktu	: 1 x 45 Menit

1	Tujuan Layanan - Siswa mampu mengenali kemampuan dan potensi diri yang dimiliki dalam berbicara di depan kelas. - Siswa mampu mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan diri yang memengaruhi keberanian berbicara di depan kelas. - Siswa mampu memahami pentingnya rasa percaya diri dalam kegiatan berbicara dan berkomunikasi di lingkungan sekolah. - Siswa mampu mengembangkan sikap positif terhadap kemampuan diri sehingga lebih berani dan percaya diri untuk berbicara di depan kelas.
2	Metode, Alat, dan Media - Metode : Ceramah, tanya jawab - Alat/ Media : PPT
3	Pelaksanaan - Guru BK memasuki kelas, mengucapkan salam, dan mengajak peserta didik berdoa bersama. - Guru BK melakukan presensi untuk mengetahui kehadiran peserta didik. - Guru BK membangun suasana yang nyaman dan akrab - Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan dilaksanakan, yaitu membantu peserta didik mengenali potensi diri dan kemampuan berbicara yang dimiliki. - Guru BK menjelaskan manfaat layanan bagi kehidupan sehari-hari dan kegiatan belajar di sekolah. - Guru BK menyampaikan aturan dan kesepakatan selama kegiatan berlangsung, seperti saling menghargai, aktif berpartisipasi, dan berani menyampaikan pendapat. - Guru BK memberikan motivasi kepada peserta didik dengan menyampaikan bahwa setiap orang memiliki potensi untuk berbicara dengan baik dan kemampuan tersebut dapat dilatih secara bertahap.
4	Transisi

	<i>Ice breaking</i>
5	Inti - Guru BK menjelaskan pengertian potensi diri dan pentingnya mengenal kemampuan diri dalam berbicara di depan kelas. - Guru BK menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi keberanian berbicara di depan kelas. - Peserta didik diminta mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dirinya dalam berbicara melalui lembar refleksi. - Peserta didik berdiskusi mengenai cara mengembangkan potensi berbicara yang dimiliki. - Guru BK memberikan penguatan bahwa setiap peserta didik memiliki potensi yang dapat dikembangkan melalui latihan dan pengalaman.
6	Evaluasi Proses Guru BK atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi: - Sikap atau atusiaspeserta didik dalam mengikuti kegiatan - Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya Evaluasi Hasil - Peserta didik mampu menjelaskan pengertian potensi diri dalam berbicara di depan kelas - Peserta didik dapat menyebutkan minimal satu kelebihan dan satu kekurangan diri
7	Penutup - Guru BK bersama peserta didik menyimpulkan materi layanan yang telah dipelajari. - Guru BK meminta peserta didik menyampaikan kesan, pesan, atau hal yang diperoleh dari kegiatan layanan. - Guru BK memberikan motivasi agar peserta didik terus melatih kemampuan berbicara di depan kelas. - Guru BK menyampaikan rencana layanan berikutnya. - Guru BK menutup kegiatan dengan doa dan salam.

Banjarmasin, 5 Juni 2026

Mengetahui,
Guru BK

Praktik



Irma Fitriana, S.Pd.
NIP. 19920618 202221 2005



Hikmah
NIM. 220101060425

Pertemuan Kedua

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN LAYANAN KLASIKAL TAHUN 2026/2027

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 23 Banjarmasin
Komponen Layanan	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Sosial
Fungsi Layanan	: Pemahaman dan Pengembangan
Topik/Tema Layanan	: Mengatasi Rasa Malu dan Takut Dinilai
Kelas	: VII B
Pertemuan ke-	: II
Alokasi Waktu	: 1 x 45 Menit

1	Tujuan Layanan - Menjelaskan pengertian rasa malu dan takut dinilai oleh orang lain. - Mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan rasa malu dan takut dinilai saat berbicara di depan kelas. - Memahami dampak rasa malu dan takut dinilai terhadap aktivitas belajar dan interaksi sosial. - Menunjukkan cara-cara untuk mengatasi rasa malu dan takut dinilai agar lebih percaya diri dalam berbicara di depan kelas.
2	Metode, Alat, dan Media - Metode : Ceramah, tanya jawab - Alat/ Media : PPT
3	Pelaksanaan - Guru BK memasuki kelas, mengucapkan salam, dan mengajak peserta didik berdoa bersama. - Guru BK melakukan presensi untuk mengetahui kehadiran peserta didik. - Guru BK membangun suasana yang nyaman dan akrab - Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan dilaksanakan, yaitu membantu peserta didik mengenali potensi diri dan kemampuan berbicara yang dimiliki. - Guru BK menjelaskan manfaat layanan bagi kehidupan sehari-hari dan kegiatan belajar di sekolah. - Guru BK menyampaikan aturan dan kesepakatan selama kegiatan berlangsung, seperti saling menghargai, aktif berpartisipasi, dan berani menyampaikan pendapat. - Guru BK memberikan motivasi kepada peserta didik dengan menyampaikan bahwa setiap orang memiliki potensi untuk berbicara dengan baik dan kemampuan tersebut dapat dilatih secara bertahap.

4	Transisi <i>Ice breaking</i>
5	Inti - Guru BK menjelaskan pengertian rasa malu dan takut dinilai. - Guru BK menjelaskan faktor-faktor penyebab rasa malu dan takut dinilai saat berbicara di depan kelas. - Guru BK mengajak peserta didik mendiskusikan pengalaman yang pernah dialami terkait rasa malu dan takut dinilai. - Peserta didik mengisi lembar refleksi mengenai penyebab rasa malu yang mereka rasakan. - Guru BK menjelaskan beberapa cara mengatasi rasa malu dan takut dinilai, seperti: - Berpikir positif. - Mengenali kelebihan diri. - Melatih keberanian secara bertahap. - Tidak terlalu memikirkan penilaian orang lain. - Guru BK memberikan penguatan bahwa setiap orang pernah melakukan kesalahan dan kesalahan merupakan bagian dari proses belajar.
6	Evaluasi Proses Guru BK atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi: - Sikap atau atusiaspeserta didik dalam mengikuti kegiatan - Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya Evaluasi Hasil - Peserta didik mampu menjelaskan pengertian rasa malu dan takut dinilai - Peserta didik mampu memahami dampak rasa malu terhadap kegiatan belajar
7	Penutup - Guru BK bersama peserta didik menyimpulkan materi layanan yang telah dipelajari. - Guru BK meminta peserta didik menyampaikan kesan, pesan, atau hal yang diperoleh dari kegiatan layanan. - Guru BK memberikan motivasi agar peserta didik terus melatih kemampuan berbicara di depan kelas. - Guru BK menyampaikan rencana layanan berikutnya. - Guru BK menutup kegiatan dengan doa dan salam.

Banjarmasin, 8 Juni 2026

Mengetahui,
Guru BK

Praktik



Irma Fitriana, S.Pd.
NIP. 19920618 202221 2005



Hikmah
NIM. 220101060425

Pertemuan ketiga

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

LAYANAN KLASIKAL TAHUN

2026/2027

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 23 Banjarmasin
Komponen Layanan	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Sosial
Fungsi Layanan	: Pemahaman dan Pengembangan
Topik/Tema Layanan	: Mengenal Kecemasan Berbicara di Depan Kelas
Kelas	: VII
Pertemuan ke-	: III
Alokasi Waktu	: 1 x 45 Menit

1	Tujuan Layanan - Menjelaskan pengertian kecemasan berbicara di depan kelas. - Mengidentifikasi penyebab kecemasan berbicara di depan kelas. - Mengenal gejala kecemasan yang dialami saat berbicara di depan kelas. - Memahami dampak kecemasan terhadap kegiatan belajar dan interaksi sosial.
2	Metode, Alat, dan Media - Metode : Ceramah, tanya jawab - Alat/ Media : PPT
3	Pelaksanaan - Guru BK memasuki kelas, mengucapkan salam, dan mengajak peserta didik berdoa bersama. - Guru BK melakukan presensi untuk mengetahui kehadiran peserta didik. - Guru BK membangun suasana yang nyaman dan akrab - Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan dilaksanakan, yaitu membantu peserta didik mengenali potensi diri dan kemampuan berbicara yang dimiliki. - Guru BK memberikan motivasi bahwa rasa takut dan gugup saat berbicara di depan kelas merupakan hal yang umum dialami banyak orang. - Guru BK menyampaikan aturan dan kesepakatan selama kegiatan berlangsung, seperti saling menghargai, aktif berpartisipasi, dan berani menyampaikan pendapat. - Guru BK memberikan motivasi kepada peserta didik dengan menyampaikan bahwa setiap orang memiliki potensi untuk berbicara dengan baik dan kemampuan tersebut dapat dilatih secara bertahap.
4	Transisi <i>Ice breaking</i>

5	Inti a. Guru BK menjelaskan pengertian kecemasan berbicara di depan kelas. b. Guru BK menjelaskan faktor-faktor penyebab kecemasan berbicara di depan kelas, seperti: • Takut salah. • Takut ditertawakan. • Kurang percaya diri. • Kurang pengalaman berbicara. c. Guru BK menjelaskan gejala-gejala kecemasan, meliputi: Gejala fisik: jantung berdebar, berkeringat, tangan gemetar. Gejala psikologis: takut, khawatir, kurang percaya diri. Gejala sosial: menghindari berbicara dan merasa malu. d. Peserta didik diminta mengidentifikasi pengalaman kecemasan yang pernah dialami melalui lembar refleksi. e. Guru BK memfasilitasi diskusi mengenai dampak kecemasan terhadap kegiatan belajar. f. Guru BK memberikan penguatan bahwa kecemasan dapat diatasi melalui latihan dan pemahaman diri.
6	Evaluasi Proses Guru BK atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi: • Sikap atau atusiaspeserta didik dalam mengikuti kegiatan • Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya Evaluasi Hasil • Peserta didik mampu menjelaskan pengertian kecemasan berbicara di depan kelas • Peserta didik mampu memahami kecemasan berbicara di depan kelas
7	Penutup a. Guru BK bersama peserta didik menyimpulkan materi layanan yang telah dipelajari. b. Guru BK meminta peserta didik menyampaikan kesan, pesan, atau hal yang diperoleh dari kegiatan layanan. c. Guru BK memberikan motivasi agar peserta didik terus melatih kemampuan berbicara di depan kelas. d. Guru BK menyampaikan rencana layanan berikutnya. e. Guru BK menutup kegiatan dengan doa dan salam.

Banjarmasin, 10 Juni 2026

Mengetahui,
Guru BK

Praktik



Irna Fitriana, S.Pd.
NIP. 19920618 202221 2005



Hikmah
NIM. 220101060425

Petemuan keempat

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

LAYANAN KLASIKAL

TAHUN 2026/2027

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 23 Banjarmasin
Komponen Layanan	: Layanan Dasar
Bidang Layaan	: Sosial
Fungsi Layanan	: Pemahaman dan Pengembangan
Topik/Tema Layanan	: Ubah Rasa Takut Menjadi Percaya Diri
Kelas	: VII
Pertemuan ke-	: IV
Alokasi Waktu	: 1 x 45 Menit

1	Tujuan Layanan - Menjelaskan pengertian rasa takut dan percaya diri dalam berbicara di depan kelas. - Mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan rasa takut saat berbicara di depan kelas. - Memahami pentingnya sikap percaya diri dalam kegiatan belajar dan komunikasi. - Menunjukkan cara-cara meningkatkan kepercayaan diri untuk mengurangi rasa takut berbicara di depan kelas.
2	Metode, Alat, dan Media - Metode : Ceramah, tanya jawab - Alat/ Media : PPT
3	Pelaksanaan - Guru BK memasuki kelas, mengucapkan salam, dan mengajak peserta didik berdoa bersama. - Guru BK melakukan presensi untuk mengetahui kehadiran peserta didik. - Guru BK membangun suasana yang nyaman dan akrab - Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan dilaksanakan, yaitu membantu peserta didik mengenali potensi diri dan kemampuan berbicara yang dimiliki. - Guru BK memberikan motivasi bahwa setiap orang pernah merasa takut, tetapi rasa takut dapat dikelola dan diubah menjadi kepercayaan diri. - Guru BK menyampaikan aturan dan kesepakatan selama kegiatan berlangsung, seperti saling menghargai, aktif berpartisipasi, dan berani menyampaikan pendapat. - Guru BK memberikan motivasi kepada peserta didik dengan menyampaikan bahwa setiap orang memiliki potensi untuk berbicara dengan baik dan kemampuan tersebut dapat dilatih secara bertahap.
4	Transisi

	<i>Ice breaking</i>
5	Inti - Guru BK menjelaskan pengertian rasa takut dan percaya diri. - Guru BK menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan rasa takut berbicara di depan kelas, seperti: - Takut salah. - Takut ditertawakan. - Takut dinilai negatif. - Kurang pengalaman berbicara. - Guru BK menjelaskan pentingnya memiliki rasa percaya diri dalam kegiatan belajar dan kehidupan sehari-hari. - Guru BK mengajak peserta didik mengidentifikasi rasa takut yang pernah dialami melalui lembar refleksi. - Guru BK menjelaskan cara-cara meningkatkan kepercayaan diri, antara lain: - Berpikir positif terhadap kemampuan diri. - Fokus pada kelebihan yang dimiliki. - Melakukan latihan berbicara secara bertahap. - Berani mencoba meskipun belum sempurna. - Mempersiapkan diri sebelum berbicara. - Guru BK memberikan kesempatan kepada beberapa peserta didik untuk menyampaikan pendapat atau pengalaman singkat di depan kelas. - Guru BK memberikan penguatan bahwa keberanian dan kepercayaan diri dapat dibangun melalui latihan yang terus-menerus.
6	Evaluasi Proses Guru BK atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi: - Sikap atau atusiasme peserta didik dalam mengikuti kegiatan - Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya Evaluasi Hasil - Peserta didik mampu menjelaskan pengertian rasa takut dan percaya diri. - Peserta didik mampu memahami pentingnya percaya diri.
7	Penutup - Guru BK bersama peserta didik menyimpulkan materi layanan yang telah dipelajari. - Guru BK meminta peserta didik menyampaikan kesan, pesan, atau hal yang diperoleh dari kegiatan layanan. - Guru BK memberikan motivasi agar peserta didik terus melatih kemampuan berbicara di depan kelas. - Guru BK menyampaikan rencana layanan berikutnya. - Guru BK menutup kegiatan dengan doa dan salam.

Banjarmasin, 15 Juni 2026

Mengetahui,
Guru BK

Praktik



Irna Fitriana, S.Pd.
NIP. 19920618 202221 2005



Hikmah
NIM. 220101060425

LAMPIRAN 7 Dokumentasi Penelitian

- Wawancara dengan Guru BK



- *Pretest* (Penyebaran Skala Kecemasan Berbicara di Depan Kelas)



• **Pertemuan Pertama**

Pertemuan Kedua



Pertemuan ketiga

Pertemuan keempat



LAMPIRAN 8 Surat Keterangan Pembimbing Skripsi



KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UIN ANTASARI BANJARMASIN
NOMOR 216 TAHUN 2025
TENTANG
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI SEMESTER GENAP
TAHUN AKADEMIK 2024/2025

DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN ANTASARI,

Menimbang : a. bahwa untuk kelancaran mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin membuat skripsi, maka perlu menetapkan Dosen-Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan untuk menjadi pembimbing;
b. bahwa nama-nama sebagaimana tersebut dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap untuk ditetapkan sebagai Dosen Pembimbing Skripsi dimaksud.

Mengingat : 1. Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Presiden RI Nomor 36 Tahun 2017 tanggal 3 April 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin;
3. Peraturan Pemerintah No. 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi;
4. Surat Keputusan Menteri Agama No. 30 Tahun 2017 tentang Organisasi dan Tata Kerja UIN Antasari;
5. Surat Keputusan Menteri Agama No. 36 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin;
6. Keputusan Rektor IAIN No. 217A Tahun 2012 tentang Perubahan atas Keputusan Rektor No. 72 Tahun 2007 tentang Pedoman Penulisan Skripsi Program Strata Satu (S-1) IAIN Antasari Banjarmasin.

Memperhatikan : Usul Ketua Jurusan BKPI Tanggal 20 Mei 2025

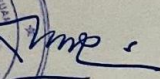
MEMUTUSKAN:

Menetapkan : KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN ANTASARI TENTANG PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Pertama : Menunjuk dan menugaskan kepada:
Nama : Haris Fadilah, S.Pd., M.Pd
NIP/NUP : 196802031995031002
Pangkat/Golongan : Penata/III/d
Jabatan Akademik : Lektor
Sebagai Pembimbing Skripsi
Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi:
Nama : Hikmah
Nim : 220101060425
Jurusan/Prodi : BKPI
Judul Skripsi : Pelaksanaan Program Layanan Bimbingan dan Konseling Untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas SMP 23 Banjarmasin.

Kedua : Biaya akibat dikeluarkannya keputusan ini dibebankan kepada DIPA UIN Antasari Banjarmasin.

Ketiga : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan bahwa apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini, maka akan diadakan perbaikan dan perubahan sebagaimana mestinya. Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan bahwa apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini, maka akan diadakan perbaikan dan perubahan seperlunya.

Ditetapkan di Banjarmasin
pada tanggal 21 Mei 2025
DEKAN,

Dr. H. Hamdan, M.Pd.
NIP. 196604051993030005

Tembusan:

1. Rektor UIN Antasari Banjarmasin;
2. Ketua Jurusan;
3. Dosen Pembimbing;
4. Arsip.

LAMPIRAN 9 Surat Keterangan Selesai Seminar Proposal



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3253939; Faksimile (0511) 3274492;
Website: ftk.uin-antasari.ac.id; E-mail: bkpi@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN

NOMOR 74/Un.14/III.1.w/PP.00.9/06/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, menreangkan bahwa :

Nama : Hikmah
NIM : 220101060425
Jurusan/Prodi: BKPI
Alamat : Jalan prona I, Pemurus baru, Banjarmasin selatan, Kalimantan selatan

adalah benar telah melaksanakan Seminar Desain Operasional Skripsi yang berjudul:
{Implementasi Program Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas di SMP 23 BANJARMASIN}

Pada Hari/Tanggal :Rabu, 28 Mei 2025
Tempat :Laboratorium BK

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 03 Juni 2025

Ketua,,


Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd
NIP 196912011994032005

LAMPIRAN 10 Surat Perubahan Judul



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3253939; Faksimile (0511) 3274492;
Website: ftk.uin-antasari.ac.id; E-mail: bkpi@uin-antasari.ac.id

Nomor : 175/Un.14/III.1.w/PP.00.9/07/2026

Lamp : -

Hal : Perubahan Judul Skripsi

Keapda Yth.

Sdr (i) Hikmah

NIM. 220101060425

Mahasiswa Jurusan BKPI

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Berdasarkan usulan dari Dosen Pembimbing Skripsi tentang perubahan Judul Skripsi, demikian pula setelah kami mengadakan penelitian dan peninjauan seperlunya terhadap Proposal Skripsi Sdr (i), dengan ini kami menyatakan dapat menyetujui judul skripsi Sdr (i) yang semula berbunyi: **Pengaruh layanan klasikal untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas siswa VII A dan VII B SMP Negeri 23 Banjarmasin**

Berubah menjadi: **Efektivitas layanan klasikal untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas siswa VII A dan VII B SMP Negeri 23 Banjarmasin**

Menunjuk :

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1. Haris Fadilah, S.Pd.,M.Pd. | sebagai Dosen Pembimbing Konten dan Metodologi. |
| 1. Haris Fadilah, S.Pd.,M.Pd. | sebagai Dosen Pembimbing Bahasa dan Teknik Penulisan |

Demikian agar Sdr (i) segewra menghubungi pembimbing unuk konsultasi selanjutnya.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Banjarmasin, 23 Juli 2026

Ketua Prodi BKPI,

[Signature]
Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd
NIP 196912011994032005

LAMPIRAN 11 Surat Izin dan Surat Selesai Penelitian



Nomor : B- 1050 /Un.14/III.1/PP.00.9/06/2026 23 Juni 2026
 Sifat : Penting
 Lampiran : 1 (Satu) Berkas
 Hal : Mohon Izin Riset

Yth. Kepala SMP NEGERI 23 Banjarmasin
 Kota Banjarmasin

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Sehubungan rencana penelitian yang akan dilaksanakan oleh mahasiswa (i) dalam rangka penyusunan skripsi, maka dengan ini kami mohon izin serta bantuan Bapak/Ibu agar kiranya berkenan memberikan informasi/data yang diperlukan oleh :

Nama : Hikmah
 NIM : 220101060425
 Program Studi : Bimbingan dan konseling pendidikan Islam
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
 Alamat : Jl. Jend Soeharto RT. 01, RW. 001, Kecamatan Hanau, Kabupaten Seruyan, Provinsi Kalimantan Tengah

No HP : 087843834960

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas dari Korupsi (ZI-WBK) menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta terus meningkatkan Kualitas kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Banjarmasin, 23 Juni 2026

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan,

Dr. Ahmad Salabi, S.Ag., M.Pd.
 NIP 197212112008011009

Tembusan :
 Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



PEMERINTAH KOTA BANJARMASIN
DINAS PENDIDIKAN

SMP NEGERI 23 BANJARMASIN

Terakreditasi : A NSS : 2011 5600 2023 NPSN : 30304223

Jalan Harmoni Komp. Bumi Raya Permai I Rt. 31 No. 37 Telp. (0511) 255868 Pekapuran Raya, Banjarmasin Timur

Website : www.smpn23banjarmasin.sch.id

e-mail : smpn23banjarmasin@gmail.com



SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/066-SMPN.23/VII/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 23 Banjarmasin, dengan ini menyatakan bahwa :

Nama	: Hikmah
NIM	: 220101060425
Jurusan	: S-1 Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Perguruan Tinggi	: Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
Tanggal Penelitian	: 22 Juni 2026

Mahasiswa/i tersebut diatas, benar akan melaksanakan penelitian di SMP Negeri 23 Banjarmasin, dengan judul :

“Pengaruh Layanan Klasikal untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Siswa VII/a dan VII/b SMP Negeri 23 Banjarmasin”

Demikian surat keterangan ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 01 Juli 2026
Kepala Sekolah



Sri Fatimah, S.Pd
Pembina Utama Muda
NIP 19680329 199303 2 008

LAMPIRAN 12 Surat Pernyataan Validasi Pedoman Penelitian Skripsi

ANGKET PENELITIAN KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS SISWA VII A DAN VII B

LAMPIRAN KISI-KISI ANGKET KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS

Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir	Jumlah
Psikologis	Perasaan gugup dan takut saat berbicara di depan kelas	1, 3, 8, 11, 15 ✓	5
Psikologis	Kurang percaya diri dalam berbicara	2, 7, 14, 17	4
Psikologis	Pikiran negatif dan kekhawatiran terhadap kegagalan	5, 10	2
Psikologis	Kesulitan konsentrasi dan mengendalikan kecemasan	6, 9	2
Psikologis	Perasaan malu dan tidak nyaman menjadi pusat perhatian	4, 12, 13, 16	4
Fisiologis	Jantung berdebar dan muncul rasa panik	18	1
Fisiologis	Keringat berlebih, tangan gemetar, suara gemetar	19, 20, 23	3
Fisiologis	Mulut kering dan gangguan pernapasan	22, 27	2
Fisiologis	Ketegangan otot dan gerakan tubuh yang tidak terkendali	31, 33, 34	3
Fisiologis	Gangguan fisik lainnya ✓	25, 26, 29, 30	4
Fisiologis	Kondisi fisik yang tenang saat berbicara	21, 24, 28, 32	4
Sosial	Takut terhadap penilaian negatif teman	35, 39, 45	3
Sosial	Menghindari berbicara atau presentasi	37, 40, 47	3
Sosial	Merasa minder dan takut menjadi pusat perhatian	42, 43, 50	3
Sosial	Kesulitan berinteraksi saat berbicara di depan kelas	48	1
Sosial	Keberanian dan kenyamanan dalam interaksi sosial	36, 38, 41, 44, 46, 49	6

Tabel Butir Favorable dan Unfavorable

Jenis Pernyataan	Nomor Butir	Jumlah
Favorable (Positif)	2, 4, 7, 9, 12, 14, 17, 21, 24, 28, 32, 34, 36, 38, 41, 44, 46, 49	18
Unfavorable (Negatif)	1, 3, 5, 6, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 33, 35, 37, 39, 40, 42, 43, 45, 47, 48, 50	32
Total	1-50	50

Petunjuk Pengisian :

1. Mohon Bapak/Ibu berkenan membaca setiap pertanyaan dengan teliti
2. Silahkan berikan saran pada kolom yang telah disediakan dengan pendapat bapak/Ibu

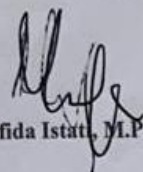
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa gugup ketika guru meminta saya berbicara di depan kelas.				
2	Saya percaya diri saat menyampaikan pendapat di depan kelas.				
3	Saya takut melakukan kesalahan ketika berbicara di depan kelas.				
4	Saya merasa tenang saat presentasi di depan teman-teman.				
5	Saya khawatir teman-teman akan menertawakan saya ketika berbicara di depan kelas. <i>Saya</i>				
6	Saya sulit berkonsentrasi sebelum berbicara di depan kelas.				
7	Saya yakin dapat menjawab pertanyaan guru di depan kelas.				
8	Saya merasa cemas meskipun sudah mempersiapkan materi.				
9	Saya dapat mengendalikan rasa takut saat berbicara.				
10	Saya sering membayangkan hal buruk akan terjadi ketika tampil.				
11	Saya merasa panik ketika nama saya dipanggil.				
12	Saya menikmati kegiatan berbicara di depan kelas.				
13	Saya merasa malu ketika semua teman melihat saya.				

14	Saya mudah percaya pada kemampuan diri sendiri.				
15	Saya takut jika jawaban saya dianggap salah.				
16	Saya merasa tidak nyaman menjadi pusat perhatian.				
17	Saya tetap berpikir jernih ketika berbicara di depan kelas.				
18	Jantung saya berdebar saat harus berbicara di depan kelas.				
19	Tangan saya berkeringat ketika tampil di depan kelas.				
20	Suara saya menjadi gemetar saat berbicara.				
21	Saya merasa tubuh saya rileks ketika presentasi.				
22	Saya merasa mulut saya kering saat berbicara.				
23	Saya sering gemetar ketika dipanggil guru.				
24	Saya dapat berbicara dengan suara yang stabil.				
25	Perut saya terasa tidak nyaman sebelum tampil.				
26	Saya merasa pusing ketika harus berbicara di depan kelas.				
27	Napas saya menjadi lebih cepat saat presentasi.				
28	Saya dapat berdiri dengan tenang di depan kelas.				
29	Saya merasa wajah saya memerah ketika berbicara.				
30	Saya sering sulit tidur jika besok harus presentasi.				
31	Tubuh saya terasa tegang ketika diperhatikan teman-teman.				
32	Saya merasa santai saat menjelaskan tugas di depan kelas.				
33	Saya sering menggoyangkan tangan atau kaki karena gugup.				
34	Saya dapat mengontrol gerakan tubuh ketika berbicara.				
35	Saya takut dinilai buruk oleh teman-teman.				
36	Saya senang berbagi pendapat di depan kelas.				
37	Saya menghindari tugas presentasi jika memungkinkan.				

38	Saya merasa nyaman berbicara di depan banyak orang.				
39	Saya takut ditertawakan ketika salah berbicara.				
40	Saya memilih diam daripada bertanya di kelas.				
41	Saya berani mengemukakan pendapat dalam diskusi.				
42	Saya merasa minder jika harus berbicara di depan teman-teman.				
43	Saya takut menjadi pusat perhatian di kelas.				
44	Saya mudah bergaul dan berbicara dengan teman-teman.				
45	Saya khawatir teman-teman akan mengejek penampilan saya saat berbicara.				
46	Saya bersedia menjadi wakil kelompok untuk presentasi.				
47	Saya merasa lebih aman jika orang lain yang berbicara.				
48	Saya menghindari kontak mata dengan teman-teman ketika tampil.				
49	Saya merasa diterima oleh teman-teman saat berbicara.				
50	Saya takut jika guru dan teman-teman memperhatikan saya sekaligus.				

Saran:

DOSEN AHLI


Mufida Istati, M.Pd

LAMPIRAN 13 Uji Validitas Skala Kecemasan Berbicara di Depan Kelas

Lembar Validasi Kisi-kisi Agket

Judul Penelitian:

Pengaruh Layanan Klasikal untuk Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Siswa VII A dan VII B SMP Negeri 23 Banjarmasin

Petunjuk

Berikan tanda (✓) pada kolom yang sesuai

No	Aspek yang Dinilai	1	2	3	4
1	Kesesuaian indikator dengan variabel penelitian				✓
2	Kesesuaian sub indikator dengan indikator			✓	
3	Kesesuaian butir dengan sub indikator			✓	
4	Kecukupan jumlah butir			✓	
5	Keseimbangan indikator yang diukur			✓	
6	Kisi-kisi mewakili seluruh aspek kecemasan berbicara			✓	

Saran:

- jumlah butir yg 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100.

spj seimbang

Lembar Validasi Angket

No	Aspek yang Dinilai	1	2	3	4
1	Kesesuaian pernyataan dengan indikator			✓	
2	Kejelasan bahasa			✓	
3	Ketepatan penggunaan kata			✓	
4	Kalimat mudah dipahami siswa SMP				✓
5	Pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda			✓	
6	Kesesuaian bentuk pernyataan positif dan negatif			✓	
7	Angket mampu mengukur kecemasan berbicara di depan kelas			✓	
8	Angket layak digunakan untuk penelitian			✓	

Saran:

Perbaiki kalimat jika pernyataan
cek. apakah guru bahasa yg mudah
dipahami siswa SMP.

LAMPIRAN 14 Lembar Konsultasi

**BUKU KONSULTASI
BIMBINGAN SKRIPSI**

NAMA	: HIKMAH
NIM	: 220101060925
PROGRAM STUDI	: BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISIA
TANGGAL SURAT PENETAPAN	: 21 Mei 2025
DOSEN BIMBINGAN SKRIPSI	: Hans Fadilah, S.Pd., M.Pd
TANGGAL SEMINAR PROPOSAL	: RABU, 28 MEI 2025
DOSEN PEMBIMBING SIDANG	:
JUDUL SKRIPSI	: PENGARUH LAYANAN KLASIKAL UNTUK MENEGATASI KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN KELAS SISWA VIIADAN VIIIB SMP 23 BANJARMASIN



UIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI
BANJARMASIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI FAKULTAS TARBIYAH
DAN KEGURUAN BANJARMASIN
TAHUN 2026 M/1447 H



LEMBARAN KONSULTASI

REKAPITULASI KEGIATAN KONSULTASI

No.	Tanggal	Bab/Bagian
1	Kamis, 12 Februari 2026	I, II, III
2	Kamis, 12 Februari 2026	Bab II
3	Selasa, 7 April 2026	Rakhi, bab II dan Rakhi , Kategori Abhi
4	Senin, 6 April 2026	Konsum kasi angsket
5	Senin, 5 Mei 2026	ACC Bab 1, II, III Penelitian
6	Selasa, 4 Juni 2026	Bab III III
7	Senin, 6 Juni 2026	Bab IV
8		ACC Sidang

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
1	Selasa 3 Februari 2026	- Buku Pop Bk, Permen tentang Bk - kata pengantar baru rubah & kata - kata pengantar baru lengkapi - lampiran data - Siapkan format pendaftaran ahli data - wawancara - Acc Angket rumah kelurahan - teori TPA apa dibawah tahun 2010 - siap pendataan yg - uji ahli	Jhr

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
2	kamis, 12 februari 2026	- Definisi <u>Pendapat Para ahli</u> - harus dimasukkan juga - Definisi nominal dan definisi operasional harus mencakup - kecemasan, pendapat para ahli - Tambahkan kelas vii, viii - Peraturan u1 tahun 2014 - tidak boleh melebihi kutipan - masukkan juga lataran pribadi, sosial, biologis, kognitif - sampai ciri-ciri kecemasan	Jhe

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
3	Selasa, 7 April 2026	- Cari arti maksud pengaruh - Tambahkan pelaksanaan Layanan klasikal - Bagian teori a. Pengaruh b. Peraturan menteri tentang Simbingan c. layanan klasikal d. kece masan.	Jhs

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
4	06/2026 / April	- konsultasi angket dan jumlah sampel - jumlah responden ditetapkan - Rancangan - uji validasi dan reliabilitas jika sudah melakukan uji coba - lakukan penyebaran angket sesuai kelompok sampel - penutupan bab III - persiapan pertemuan pertama	

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
5	7 / 2026 mei	- Pelaksanaan laporan klasifikasi - menurut pendapat kesimpulan - anekdot - ayat titik 3 kali - kemasan masukan awal - jenis kemasan - menurut sumber lain - sama-sama di bagian teori - AEC bab 1-5	

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
6	Seni, 8 Juni 2016	perbaiki bagian data primer sesuai di teori	

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
7	Senin. 6 maret	Perbaiki bahan label	Jhs

Ke-	Tanggal	Catatan Konsultasi	Tanda Tangan
8	Selasa, 7 Mei 2016	perbaiki dan siap disediakan	

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS

1. Nama Lengkap : Hikmah
2. NIM : 220101060425
3. Tempat Tanggal Lahir : Parang Batang, 05 juni 2003
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Alamat : Jl. Jend Soeharto RT. 01, RW. 001, Kecamatan Hanau, Kabupaten Seruyan, Provinsi Kalimantan Tengah
6. Nomor HP : 087843834960
7. Alamat Email : Pembuang@icloud.com
8. Pengalaman Organisasi:
 - a. Anggota divisi Tahfidz LDK Nurul Fata Periode 2022/2023
 - b. Anggota divisi Habsyi LDK Nurul Fata Periode 2023/2024