



**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN  
DIRI SISWA KELAS X DI SMAN 1 RAMBATAN**

**SKRIPSI**

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
(S-1)  
Jurusan Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

**Rini Solihah**  
**NIM 14 108 102**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
BATUSANGKAR  
2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rini Solihah

Nim : 14 108 102

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul: **“PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X DI SMAN 1 RAMBATAN”** adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila di kemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, Agustus 2018

Yang membuat pernyataan,



**Rini Solihah**  
**NIM 14 108 102**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing SKRIPSI atas nama RINI SOLIHAN, NIM: 14 108 102 dengan judul: **"PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X DI SMAN 1 RAMBATAN"**, memandang bahwa SKRIPSI yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan untuk dilanjutkan ke sidang *munaqasyah*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan semestinya.

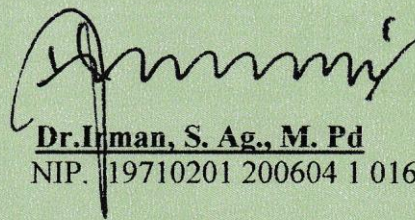
Batusangkar, 27 Agustus 2018

**Pembimbing I**



**Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons**  
NIP. 19680319 199603 2 001

**Pembimbing II**

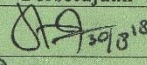
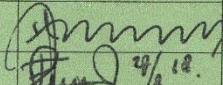
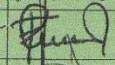



**Dr. Irman, S. Ag., M. Pd**  
NIP. 19710201 200604 1 016

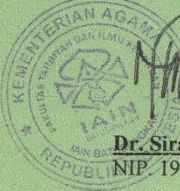

### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama Rini Solihah, NIM: 14 108 102, judul: **PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X DI SMAN 1 RAMBATAN**, telah diuji dalam Ujian *Munaqasyah* Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Batusangkar yang dilaksanakan tanggal 13 Agustus 2018.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama/NIP Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan dan Tanggal Persetujuan
1	Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons NIP. 19680319 199603 2 001	Ketua Sidang/ Pembimbing I	 20/8/18
2	Dr. Irman, S.Ag., M.Pd NIP. 19710201 200604 1 016	Pembimbing II/ Penguji IV	
3	Dra. Fadhilah Syafwar, M.Pd NIP. 19670810 199303 2 002	Penguji I	 24/8/18
4	Dasril, S.Ag., M.Pd NIP. 19750201 200501 1 007	Penguji II	 27-8-18

Batusangkar, 27 Agustus 2018  
Mengetahui  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu  
Keguruan

  
  
**Dr. Sirajul Munir, M.Pd**  
NIP. 19740725 199903 1 003

## ABSTRAK

**Rini Solihah, NIM: BK 14 108 102** judul skripsi: **Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan.** Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Batusangkar, 2018.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik sociodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.

Jenis penelitian ini adalah menggunakan metode eksperimen dengan tipe *one group pretest posttest*, dengan sampel penelitian sebanyak 10 orang. Analisis data menggunakan uji-t. Hasil dari penelitian ini yaitu  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Artinya bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan.

**Kata kunci** : Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama, Kepercayaan Diri.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN KEASLIAN SKRIPSI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

ABSTRAK ..... i

DAFTAR ISI..... ii

**BAB I PENDAHULUAN..... 1**

A. Latar Belakang Masalah..... 1

B. Identifikasi Masalah..... 10

C. Batasan Masalah..... 11

D. Rumusan Masalah ..... 11

E. Tujuan Penelitian ..... 11

F. Manfaat dan Luaran Penelitian ..... 11

G. Definisi Operasional..... 12

1. Kepercayaan diri..... 12

2. Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama ..... 12

**BAB II LANDASAN TEORI ..... 15**

A. Kepercayaan Diri ..... 15

1. Pengertian Kepercayaan Diri..... 15

2. Ciri-ciri Orang yang Percaya Diri ..... 18

3. Ciri-ciri Orang yang Kurang Percaya Diri ..... 20

4. Aspek-aspek Kepercayaan Diri ..... 22

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri ..... 28

6. Jenis-jenis Kepercayaan Diri..... 33

7. Kiat Menumbuhkan Kepercayaan Diri..... 35

B. Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama..... 37

1. Bimbingan Kelompok ..... 37

2. Teknik Sociodrama..... 48

C. Keterkaitan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama dengan Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa .....	57
D. Kajian Penelitian yang Relevan .....	62
E. Kerangka Berpikir .....	64
F. Hipotesis.....	65
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>66</b>
A. Jenis Penelitian.....	66
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	67
C. Populasi dan Sampel .....	67
1. Populasi .....	67
2. Sampel .....	68
D. Pengembangan Instrumen .....	69
E. Desain Penelitian.....	76
F. Teknik Pengumpulan Data.....	77
G. Teknik Analisis Data .....	79
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>81</b>
A. Pendahuluan .....	81
B. Deskripsi Data .....	81
1. Deskripsi Data Hasil <i>PreTest</i> .....	81
2. Pelaksanaan Layanan/ <i>Treatment</i> .....	83
3. Deskripsi Data Hasil <i>PostTest</i> .....	113
C. Analisis.....	130
D. Pembahasan.....	134
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>138</b>
A. Kesimpulan .....	138
B. Saran.....	138
<b>DAFTAR KEPUSTAKAAN</b>	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian dalam diri seseorang yang akan menentukan keberhasilan orang tersebut dalam bertindak dan melakukan sesuatu sebab kepercayaan diri akan membuat seseorang menjadi optimis dan yakin dalam bertindak. Menurut Gufron dan Risnawita (2010: 35) kepercayaan diri adalah “keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis”. Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang dimana ditunjukkan dengan keyakinan akan kemampuan dirinya, bersikap objektif, bertanggung jawab dalam bertindak, bersikap rasional, dan realistis.

Pendapat lain menyatakan bahwa “kepercayaan diri sebagai keyakinan dalam diri seseorang bilamana ia mampu mencapai kesuksesan dengan berpijak pada usahanya sendiri” Rahman (dalam Suwarjo dan Eliasa, 2011: 74). Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk mencapai kesuksesan dimana ia tidak bergantung pada orang lain namun bergantung pada kemampuan dirinya.

Kepercayaan diri memiliki beberapa jenis. Menurut Angelis (2000: 58-59) terdapat tiga jenis kepercayaan diri, yaitu:

1. Berkenaan dengan tingkah laku  
Adalah kepercayaan diri anda untuk bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas anda, baik tugas-tugas paling sederhana, seperti membayar tagihan tepat waktu, hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
2. Berkenaan dengan emosi  
Adalah kepercayaan diri anda untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi. Untuk memahami segala yang anda rasakan,



menggunakan emosi untuk melakukan pilihan yang tepat, melindungi diri dari sakit hati, atau mengetahui cara bergaul yang sehat dan langgeng.

### 3. Bersifat spiritual

Merupakan kepercayaan diri yang terpenting dari ketiganya, seperti keyakinan anda pada takdir dan semesta alam, keyakinan bahwa hidup ini memiliki tujuan yang positif, bahwa keberadaan anda punya makna, dan ada tujuan tertentu dari hidup anda yang 70, 80, atau 90 tahun di planet ini.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri terbagi menjadi tiga jenis. Pertama, berkenaan dengan tingkah laku yaitu kepercayaan diri dalam melakukan tindakan dan mengerjakan sesuatu. Kedua, kepercayaan diri berkenaan dengan emosi yaitu kepercayaan diri dalam keyakinan mengelola emosi. Ketiga, kepercayaan diri berkenaan dengan spiritual yaitu kepercayaan diri dalam keyakinan pada takdir dan tujuan hidup yang baik.

Adapun ciri-ciri perilaku yang mencerminkan kepercayaan diri yang tinggi menurut Lie (dalam Rahayu, 2013: 68) adalah “yakin kepada diri sendiri, tidak tergantung pada orang lain, tidak ragu-ragu, merasa diri berharga, tidak meyombongkan diri, dan memiliki rasa keberanian untuk bertindak”. Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi yakin terhadap kemampuan dirinya sehingga ia berani atau tidak ragu-ragu dalam bertindak dan tidak bergantung pada orang lain namun tidak sombong dengan kemampuan yang dimilikinya dan merasa bahwa dirinya berharga bagi orang lain dan lingkungannya. Artinya orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan yakin dalam bertindak karena ia yakin dengan kemampuannya tanpa menyombongkan diri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian dalam diri seseorang yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Ghufron & Risnawita (2010: 37-38) faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu “konsep diri, harga diri, pengalaman dan pendidikan”.

Konsep diri merupakan pandangan tentang diri yaitu bagaimana seseorang memandang dan menilai tentang dirinya, sebagaimana yang

dinyatakan oleh Gufron dan Risnawita (2010: 14) bahwa konsep diri adalah “apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh seseorang mengenai dirinya”. Konsep diri akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang dimana ketika baik konsep diri seseorang maka akan baguslah kepercayaan dirinya.

Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri selanjutnya yaitu harga diri merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya berdasarkan hubungannya dengan orang lain, sebagaimana pendapat Gufron dan Risnawita (2010: 40) harga diri adalah “penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain”. Semakin tinggi harga diri seseorang maka semakin tinggi pula kepercayaan dirinya sebab penilaian orang lain terhadap diri akan mempengaruhi penilaian diri seseorang terhadap dirinya.

Selanjutnya faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah pengalaman dimana kepercayaan diri dapat diperoleh dari pengalaman hidup seseorang di masa lalu sebab pengalaman penting untuk mengembangkan pribadi yang sehat, melalui pengalaman seseorang akan belajar untuk melakukan yang lebih baik. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Lauster (2004: 10) “kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa pengalaman hidup akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.

Faktor selanjutnya yaitu pendidikan dimana ketika seseorang yang berpendidikan tinggi maka akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Sebaliknya seseorang yang berpendidikan rendah maka akan memiliki kepercayaan diri yang rendah pula. Seseorang dengan tingkat pendidikan rendah akan berada di bawah kekuasaan orang lain dan ia akan merasa rendah diri karena kemampuan dirinya yang kurang, sebagaimana yang dinyatakan oleh Gufron dan Risnawita (2010: 37-38) yaitu:

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan akan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai

pendidikan tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang dimana tingkat pendidikan berbanding lurus dengan tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang tinggi akan meningkatkan rasa percaya diri seseorang karena ia merasa lebih mampu dalam melakukan sesuatu dibandingkan dengan orang lain yang berpendidikan lebih rendah darinya.

Berbagai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri di atas perlu mendapat dukungan agar kepercayaan diri tersebut dapat dibangun dengan baik. Menurut Rahayu (2013:74) bahwa “faktor-faktor yang membangun kepercayaan diri perlu mendapat dukungan dari orangtua, lingkungan, maupun guru di sekolah”. Maka dari itu guru di sekolah perlu membantu siswa dalam membangun kepercayaan dirinya. Berbagai cara yang dapat dilakukan oleh guru dalam membangun kepercayaan diri siswa yaitu “melalui berbagai bentuk kegiatan, seperti memupuk keberanian dalam bertanya, peran aktif guru terhadap siswa, latihan diskusi, berlomba dalam pencapaian prestasi serta belajar bercerita di depan kelas”. (Rahayu, 2013:76)

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa membangun kepercayaan diri siswa dapat dilakukan oleh guru BK melalui berbagai bentuk kegiatan salah satunya melalui kegiatan bimbingan kelompok. Hal ini sesuai dengan pernyataan di atas bahwa kegiatan untuk membangun kepercayaan diri dapat dilakukan dengan memupuk keberanian dalam bertanya maupun melalui latihan diskusi. Sesuai dengan kegiatan bimbingan kelompok yaitu mengentaskan masalah secara bersama-sama melalui diskusi dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan memberikan kesempatan secara luas kepada anggota peserta bimbingan untuk berpendapat. Melalui bimbingan kelompok siswa akan dilatih untuk berdiskusi dan melakukan tanya jawab dengan anggota bimbingan sehingga keberanian dan keaktifan siswa akan meningkat.

Layanan Bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan kepada sejumlah orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga siswa dapat mengembangkan kemampuan dirinya secara optimal. Artinya anggota peserta bimbingan kelompok secara aktif mengikuti kegiatan dalam bimbingan kelompok untuk membantu mengentaskan permasalahan yang dialami oleh semua anggota peserta bimbingan, sebagaimana pendapat Tohirin (2007: 170) dimana bimbingan kelompok adalah:

Suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah-masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu cara pemberian bantuan kepada individu melalui kegiatan kelompok untuk membahas masalah individu peserta layanan yang dilakukan secara bersama-sama. Selain itu Aqib (2012: 81) juga menyatakan tentang bimbingan kelompok sebagai berikut:

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

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa layanan bimbingan kelompok berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari serta untuk perkembangan diri siswa seperti kepercayaan diri baik dalam berinteraksi dengan orang lain maupun dalam tampil di depan kelas. Kepercayaan diri yang tinggi akan menunjang perkembangan diri siswa baik dalam mengembangkan potensi diri maupun dalam belajar.

Bimbingan kelompok memiliki tujuan dimana hal-hal yang hendak dicapai dalam proses layanan konseling. Tujuan bimbingan kelompok yaitu melatih kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi siswa sebab dalam bimbingan kelompok semua anggota peserta bimbingan akan mengemukakan pendapatnya dan saling berinteraksi, sebagaimana yang dinyatakan oleh Tohirin (2007: 172) mengenai tujuan bimbingan kelompok adalah “secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa)”. Sukardi (2003: 53) juga menjelaskan tujuan dan manfaat layanan BKp bagi para anggota kelompok sebagai berikut:

1. Memberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya. Pendapat mereka itu boleh jadi bermacam-macam ada yang positif dan ada yang negatif. Semua pendapat itu melalui dinamika kelompok (dan berperannya guru pembimbing) diluruskan (bagi pendapat-pendapat yang salah/ negatif), disinkronisasikan dan dimantapkan sehingga para siswa memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan luas.
2. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang bersangkutan paut dengan hal-hal yang mereka bicarakan di dalam kelompok.
3. Dengan sikap positif tersebut diharapkan dapat merangsang para siswa untuk menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik itu.
4. Melalui program-program tersebut diharapkan dapat mendorong siswa untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana mereka programkan semula.

Berdasarkan kutipan di atas dapat diketahui bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk melatih peserta bimbingan untuk berpendapat, menimbulkan sikap positif peserta bimbingan sehingga sikap tersebut akan membuat para peserta bimbingan menyusun program kegiatan yang akan menunjang kehidupannya baik dalam menerima sokongan atau kebaikan maupun dalam menolak keburukan atau hal-hal yang tidak mendukung bagi

perkembangan diri dan kehidupannya. Selain itu diharapkan agar program itu terwujud dalam kehidupan sehari-hari.

Bimbingan kelompok memiliki beberapa tahapan pelaksanaan. Menurut Prayitno (2012: 170-171) terdapat 5 tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu “tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap penyimpulan dan tahap pengakhiran”. Tahap pembentukan merupakan tahap mengumpulkan para calon anggota kelompok oleh pemimpin kelompok dengan anggota 8-10 orang. Tahap peralihan yaitu tahap dimana pemimpin kelompok menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya, yaitu kegiatan inti dari layanan bimbingan kelompok serta menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk masuk pada tahap selanjutnya.

Selanjutnya tahap kegiatan merupakan tahap inti dari pelaksanaan layanan dimana para anggota kelompok memainkan perannya masing-masing, saling berinteraksi kemudian saling bertukar pendapat dan berbagi pengalaman secara terbuka tentang perasaannya masing-masing pada saat itu. Pada tahap ini dilaksanakan sosiodrama dengan tahapan yaitu: persiapan, membuat skenario, menentukan kelompok yang akan memainkan peran sesuai dengan kebutuhan skenario, menentukan kelompok penonton dan menjelaskan tugasnya, pelaksanaan sosiodrama, evaluasi dan diskusi, terakhir ulangan permainan.

Selanjutnya tahap penyimpulan yaitu tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Terakhir yaitu tahap pengakhiran dimana pada tahap ini pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan pada saat yang dianggap tepat. Pada tahap ini pemimpin kelompok berperan memberikan penguatan terhadap hasil yang telah dicapai dalam kegiatan tersebut dan membahas serta menanyakan tentang tindak lanjut dari kegiatan.

Bimbingan kelompok dapat dilakukan melalui berbagai teknik salah satunya yaitu teknik sosiodrama, sebagaimana yang dinyatakan oleh Nurihsan (2005: 17) bahwa “kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya menggunakan

prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan sosiodrama, diskusi panel dan teknik lainnya yang berkaitan dengan kegiatan kelompok”. Kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok dimana seluruh peserta kegiatan secara aktif berpartisipasi dalam setiap kegiatan bimbingan.

Sosiodrama merupakan kegiatan bermain peran untuk membantu pemecahan masalah dalam situasi sosial dimana individu akan memainkan peran tertentu dalam situasi masalah yang ingin dipecahkan tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat Tohirin (2007: 293) bahwa:

Sosiodrama merupakan suatu cara membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Sesuai namanya, masalah-masalah yang didramakan adalah masalah-masalah sosial. Metode ini dilakukan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama, individu akan memerankan suatu peran tertentu dari suatu situasi masalah sosial.

Dapat dipahami bahwa teknik sosiodrama merupakan salah satu cara dalam pemecahan masalah dengan cara memainkan peran dalam situasi masalah yang ingin diselesaikan tersebut. Pelaksanaan bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama yaitu kegiatan bimbingan yang dilaksanakan dengan kegiatan bermain peran dalam kegiatan belajar mengajar di kelas dimana siswa dilatih untuk tampil di depan kelas dan menyatakan pendapatnya.

Kegiatan sosiodrama akan melatih siswa untuk berpendapat dan tampil di depan kelas yaitu melalui kegiatan bermain peran. Sosiodrama ini penting untuk diberikan kepada siswa untuk membangun dan meningkatkan kepercayaan diri agar siswa menjadi terlatih untuk mengemukakan pendapatnya serta percaya diri untuk tampil di depan kelas. Teknik sosiodrama dapat melatih keberanian siswa untuk mengemukakan pendapat serta membuat siswa lebih aktif dalam proses diskusi belajar di kelas. Hal ini dapat dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Dinamika kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok akan membuat siswa aktif dalam kegiatan bimbingan. Selain itu juga dapat membuat siswa yang

diberikan tugas untuk memainkan peran dapat berusaha untuk mengeksplorasi perilaku sesuai dengan perannya sehingga siswa yang semula pemalu untuk tampil dan berbicara di depan kelas menjadi tidak pemalu untuk tampil dan berbicara di depan kelas. Selain itu siswa yang kurang berani untuk berpendapat dapat belajar untuk berpendapat. Setelah melakukan sosiodrama ini diharapkan terjadi perubahan perilaku pada diri siswa yaitu dari kurang percaya diri menjadi lebih percaya diri.

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Naqiyah tentang “Penerapan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Keterampilan Berkomunikasi Siswa” (2013) didapatkan hasil penelitian bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat diterapkan untuk membantu siswa meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi. Berkenaan dengan hal tersebut, dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan, peneliti ingin mengadakan penelitian terkait dengan peningkatan kepercayaan diri siswa melalui teknik sosiodrama.

Fenomena yang terjadi di lapangan yang peneliti temukan di SMA N 1 Rambatan. Berdasarkan hasil observasi terhadap siswa diketahui bahwa:

Terdapat beberapa diantara siswa yang kurang mampu untuk menyampaikan pendapatnya di depan kelas. Siswa tampak ragu untuk menyatakan pendapat. Siswa lebih sering diam ketika proses diskusi di kelas maupun ketika guru bertanya atau meminta siswa untuk tampil di depan kelas (Hasil observasi, 15 Februari 2018).

Selain itu berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK ibu DD diketahui bahwa:

Sebagian besar siswa tidak percaya diri ketika belajar di kelas. Saat mereka belajar siswa tidak mampu untuk tampil di depan kelas, mereka ragu dan gugup. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi hal tersebut yaitu dengan memberikan layanan informasi tentang pentingnya percaya diri dan tentang motivasi belajar agar siswa mampu meningkatkan rasa percaya dirinya (Guru BK, 15 Februari 2018).



Selain itu berdasarkan wawancara dengan guru ibu ML yang mengajar di kelas X peneliti memperoleh informasi bahwa “diantara siswa kelas X sebagian besar tidak percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas dimana siswa merasa malu, takut dan gugup. Siswa juga ragu-ragu ketika ingin berpendapat di kelas sehingga mereka kurang aktif dalam proses pembelajaran di kelas” (Guru Mata Pelajaran, 22 Februari 2018).

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa berinisial DP, yang menyatakan bahwa:

Saya merasa tidak percaya diri di kelas saat belajar. Saat belajar di kelas saya lebih sering diam dan kurang aktif karena saya tidak berani dan ragu-ragu untuk menyatakan pendapat. Saya merasa takut dan gugup untuk tampil di depan kelas karena takut salah dan akan ditertawakan oleh teman-teman (Siswa, 22 Februari 2018).

Berdasarkan fenomena di atas dapat dipahami bahwa siswa yang kurang percaya diri menjadi pasif dalam kegiatan belajar. Siswa menjadi sulit dalam mengaktualisasikan dirinya karena merasa kurang percaya dengan kemampuan dirinya dan merasa dirinya kurang mampu dibandingkan dengan orang lain. Hal ini juga akan mempengaruhi hasil belajar siswa karena siswa tidak mampu mengaktualisasikan dirinya di sekolah dan pasif dalam proses pembelajaran di kelas.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti perlu untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Maka judul penelitian ini yaitu **“Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan yang terungkap dalam latar belakang, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini terkait dengan fenomena di latar belakang adalah:

1. Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan

2. Pengaruh Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan
3. Pengaruh Rendahnya Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Belajar Siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan
4. Faktor Penyebab Rendahnya Kepercayaan Diri Siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan

#### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas peneliti membatasi masalah yang akan dibahas yaitu “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang penelitian ini maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.

#### **F. Manfaat dan Luaran Penelitian**

Penelitian ini diharapkan mempunyai daya guna sebagai berikut:

##### 1. Teoritik

Guna teoritik dari penelitian ini yaitu menambah pengetahuan tentang pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama terhadap kepercayaan diri siswa.

##### 2. Praktik

Guna praktik penelitian ini yaitu guru bimbingan dan konseling dapat mengetahui apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama terhadap kepercayaan diri siswa dan lebih umumnya

kepada seluruh pembaca untuk mendapatkan informasi tentang cara meningkatkan kepercayaan diri salah satunya melalui sosiodrama.

### 3. Luaran Penelitian

Penulis berharap hasil penelitian ini akan diterbitkan pada jurnal ilmiah.

4. Sebagai syarat untuk meraih gelar sarjana pendidikan strata 1 di bidang ilmu pendidikan bimbingan dan konseling di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.

## G. Definisi Operasional

Istilah-istilah dalam penelitian ini banyak sekali, terutama hal yang berkaitan dengan judul penelitian. Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahaminya, maka berikut ini akan penulis jelaskan beberapa istilah yang memerlukan pemahaman lebih jauh. Adapun istilah-istilah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Kepercayaan diri

Menurut Rahman (dalam Suwarjo dan Eliasa, 2011: 74) “kepercayaan diri sebagai keyakinan dalam diri seseorang bilamana ia mampu mencapai kesuksesan dengan berpijak pada usahanya sendiri”. Sedangkan menurut Gufron dan Risnawita (2010: 35) kepercayaan diri adalah “keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis”.

Kepercayaan diri yang peneliti maksud disini adalah keyakinan seseorang terhadap kekuatan dan kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu yang berpijak pada usahanya sendiri. Kepercayaan diri tersebut di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

### 2. Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama

### **a. Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas topik tertentu secara bersama-sama. Menurut Tohirin (2007: 170) dimana bimbingan kelompok adalah:

Suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah-masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Bimbingan kelompok yang penulis maksud di sini adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Kegiatan ini bertujuan untuk membahas masalah atau topik yang berguna bagi peserta kegiatan bimbingan kelompok dalam hal ini yaitu tentang kepercayaan diri siswa.

Bimbingan kelompok ini dilakukan dengan 5 tahapan yaitu “tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap penyimpulan dan tahap pengakhiran” (Prayitno, 2012: 170-171). Setiap tahap kegiatan bimbingan kelompok ini akan membantu peserta kegiatan bimbingan untuk saling berinteraksi dan memahami setiap kegiatan yang dilaksanakan sehingga peserta akan lebih memahami tentang apa yang sedang dibahas khususnya tentang kepercayaan diri. Hal ini juga berguna bagi semua peserta kegiatan bimbingan agar saling memahami dan saling berinteraksi sehingga proses kegiatan bimbingan akan berjalan dengan lancar.

### **b. Sosiodrama**

Menurut Silberman dan Auerbach (2008: 144) permainan peran yaitu “merupakan cara untuk membantu individu agar dapat

memahami sesuatu dan melatih keterampilan”. Sedangkan menurut Tohirin (2007: 293) sosiodrama adalah:

Sosiodrama merupakan suatu cara membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Sesuai namanya, masalah-masalah yang didramakan adalah masalah-masalah sosial. Metode ini dilakukan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama, individu akan memerankan suatu peran tertentu dari suatu situasi masalah sosial.

Sosiodrama yang peneliti maksud di sini adalah kegiatan bermain peran atau mendramatisasikan tingkah laku dalam situasi sosial yaitu kegiatan belajar mengajar di kelas. Kegiatan ini bertujuan untuk melatih keterampilan siswa dalam berpendapat dan tampil di depan kelas serta meningkatkan kepercayaan diri siswa sehingga siswa menjadi aktif dalam proses belajar mengajar di kelas.

### **c. Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama**

Bimbingan kelompok teknik sosiodrama merupakan kegiatan bimbingan yang dilakukan oleh beberapa individu untuk memecahkan masalah melalui kegiatan bermain peran dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Hal ini sesuai dengan pendapat Nurihsan (2005: 17) yang menyatakan bahwa “kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan sosiodrama, diskusi panel dan teknik lainnya yang berkaitan dengan kegiatan kelompok”.

Kegiatan bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang peneliti maksud adalah kegiatan bimbingan kelompok oleh beberapa siswa dengan memainkan peran dalam situasi belajar mengajar di kelas untuk melatih kepercayaan diri siswa. Diharapkan melalui kegiatan bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini siswa dapat melatih keberaniannya untuk berpendapat dan tampil di depan kelas

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kepercayaan Diri**

##### **1. Pengertian Kepercayaan Diri**

Seseorang dalam mencapai keberhasilan dan kesuksesan dalam hidupnya tidak terlepas dari pengaruh kepercayaan diri orang tersebut. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mudah baginya untuk mencapai kesuksesan, maka dalam hal ini kepercayaan diri penting bagi diri seseorang untuk membantu mencapai kesuksesan dalam hidupnya. Terdapat berbagai definisi mengenai kepercayaan diri berikut pengertian kepercayaan diri menurut beberapa ahli.

Menurut Gufron dan Risnawita (2010: 35) kepercayaan diri adalah “keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan terhadap diri sendiri, yakin terhadap kemampuan diri sehingga orang yang percaya diri akan optimis.

Sedangkan Lauster (dalam Gufron dan Risnawita, 2010: 34) mendefinisikan “kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian seseorang dimana di dalamnya terdapat sebuah keyakinan akan kemampuan diri sehingga orang tersebut menjadi optimis, gembira dan bertanggung jawab dalam bertindak. Berdasarkan hal tersebut dapat

diketahui bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang positif apabila dikelola dengan baik.

Sementara Anthony (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010: 34) menyatakan bahwa “kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan”. Senada dengan pendapat di atas Maesaroh (dalam Suwarjo dan Eliasa, 2011: 74) menyatakan tentang kepercayaan diri yaitu “suatu keyakinan dalam diri seseorang bahwa dia memiliki kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang sebenarnya didasari pada perasaan positif dan harga diri mencapai kesuksesan berpijak pada usahanya sendiri”. Seseorang yang percaya diri tidak bergantung pada orang lain namun keyakinannya dalam melakukan sesuatu didasari oleh kemampuan dan usahanya sendiri.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri akan mengantarkan seseorang pada jalan kesuksesan sebab seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan merasa mampu untuk melakukan sesuatu secara mandiri namun bukan berarti mutlak tanpa bantuan dari orang lain. Seseorang yang memiliki rasa kepercayaan diri akan memiliki kesadaran diri yang tinggi dan menerima kenyataan serta senantiasa berprasangka baik sehingga ia merasa mampu untuk mandiri.

Senada dengan pendapat di atas Rahman menyatakan bahwa “kepercayaan diri sebagai keyakinan dalam diri seseorang bilamana ia mampu mencapai kesuksesan dengan berpijak pada usahanya sendiri” (Suwarjo dan Eliasa, 2011: 74). Berdasarkan kutipan tersebut dapat diketahui bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk mencapai kesuksesan dimana ia tidak bergantung pada orang lain namun bergantung pada kemampuan dirinya. Selain itu Angelis (2000: 5) mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah “sesuatu yang

harus mampu menyalurkan segala yang kita ketahui dan segala yang kita kerjakan”. Banyak seseorang yang memiliki pengetahuan dan kemampuan namun tidak menyalurkan kemampuan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri akan membuat seseorang yakin dan termotivasi dalam melakukan apa yang ia ketahui, yang ia mampu melakukannya dan apa yang diinginkan.

Selanjutnya Ramadhani (2008: 115-116) juga menyatakan tentang pengertian kepercayaan diri yaitu:

Keyakinan akan kemampuan diri sendiri untuk mencapai sesuatu yang dicita-citakannya. Hakikat kepercayaan diri bersumber dari prinsip-prinsip dan nilai luhur yang diyakini oleh individu, bukan merupakan kelebihan fisik, materi atau prestasi semata. Orang yang percaya diri merasa bahwa dia telah melakukan yang terbaik dengan usahanya, dan berusaha mengaktualkan nilai-nilai luhur dalam hidupnya.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri bukan berasal dari diri seseorang karena kelebihan-kelebihan yang dimiliki seperti kekayaan dan fisik. Kepercayaan diri bersumber dari keyakinan akan kemampuan diri yang berasal dari nilai-nilai luhur yang diyakini.

Selain itu Fatimah (2006: 149) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah “sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya”. Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam kehidupan seseorang yang perlu dikelola dengan baik. Kepercayaan diri yang baik akan mampu membawa seseorang pada jalan kesuksesan dan keberhasilan dalam hidupnya, dengan rasa percaya diri seseorang tidak akan mudah terpengaruh oleh orang lain sebab ia teguh pada pendirian dan keputusan yang ia ambil, selalu berpikir positif sehingga ia akan selalu optimis dalam menghadapi segala sesuatu.



## 2. Ciri-ciri Orang yang Percaya Diri

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri dapat dilihat melalui beberapa ciri/karakteristik tertentu. Beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Percaya akan potensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima dan menghadapi penolakan orang lain atau kelompok.
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- d. Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil).
- e. Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha diri sendiri atau tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain).
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya.
- g. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi (Fatimah, 2006: 149-150).

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang proporsional yaitu yakin akan kemampuan dirinya, tidak menunjukkan sikap konformis agar dapat diterima oleh orang lain, berani menerima penolakan dari orang lain. Selain itu orang yang percaya diri mampu mengendalikan diri dengan baik dan percaya bahwa keberhasilan dan kegagalan bergantung pada usaha diri sendiri. Selanjutnya orang yang percaya diri juga memiliki cara pandang yang positif terhadap diri, orang lain maupun lingkungan dan memiliki harapan yang realistis.

Pendapat lain juga menyatakan tentang beberapa ciri individu yang memiliki kepercayaan diri. Menurut Hakim (2004: 5-6) ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri antara lain:

- a. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan sesuatu.
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi.
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
- f. Memiliki kecerdasan yang mantap.
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
- h. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya.
- i. Memiliki keterampilan bersosialisasi.
- j. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
- k. Memiliki pengalaman hidup yang membuat mentalnya menjadi kuat atau tahan menghadapi berbagai cobaan hidup.
- l. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki rasa kepercayaan diri mampu bersikap tenang dan menghadapi segala situasi yang tidak ia sukai, memiliki potensi yang memadai dalam melakukan sesuatu dan dapat diterima oleh lingkungan dengan baik karena mampu berinteraksi dengan baik dengan lingkungannya. Selain itu seseorang yang memiliki kepercayaan diri berpendidikan tinggi dan berpengalaman sehingga ia mampu menghadapi berbagai tantangan hidup.

Hal ini diperkuat oleh pendapat Yoder dan Proctor (dalam Rahayu, 2013: 69) bahwa seseorang dikatakan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi yaitu “ketika seseorang tersebut aktif namun tidak berlebihan, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, mudah bergaul, berpikir positif, penuh tanggung jawab, energik dan tidak mudah putus asa, mampu bekerjasama serta mempunyai jiwa kepemimpinan”. Dapat dipahami bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi adalah orang yang senantiasa melakukan sesuatu secara aktif tanpa berlebihan berpikir positif dan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Selain itu orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi mudah dalam bergaul, penuh semangat,

bertanggung jawab, optimis, mampu bekerja sama dengan orang lain dan mampu menjadi pemimpin.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri positif tidak membutuhkan pengakuan dan pujian akan prestasi atau kemampuan yang ia miliki. Hal ini disebabkan karena ia memiliki pandangan positif mengenai dirinya dan orang lain, mampu untuk menjadi diri sendiri, mampu mengendalikan diri dengan baik serta memiliki harapan yang tidak berlebihan (realistik), maka dengan begitu ia akan mampu untuk menerima segala sesuatu sesuai dengan kenyataan.

### 3. Ciri-ciri Orang yang Kurang Percaya Diri

Orang yang kurang percaya diri memiliki ciri atau karakteristik seperti yang diungkapkan oleh Fatimah (2006: 150) di antaranya adalah sebagai berikut:

- a. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata dengan mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
- b. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.
- c. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak, memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri).
- d. Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif.
- e. Takut gagal, sehingga menghindari segala risiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
- f. Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus.
- g. Selalu menempatkan/memosisikan diri sebagai yang terakhir karena menilai dirinya tidak mampu.
- h. Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat bergantung pada keadaan dan pengakuan penerimaan serta bantuan orang lain).

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang kurang percaya diri akan menunjukkan sikap konformis agar dapat diterima oleh orang lain, takut akan ditolak dan sulit untuk menerima kekurangan diri. Selain itu orang yang kurang percaya diri memiliki sifat pesimis, takut akan kegagalan dan menolak pujian yang ditujukan secara tulus. Orang yang

kurang percaya diri juga menempatkan dirinya pada posisi terahir karena merasa tidak mampu dan mudah menyerah serta bergantung pada bantuan orang lain.

Selanjutnya Hakim mengidentifikasi berbagai gejala perilaku tidak percaya diri di kalangan remaja terutama yang berusia sekolah antara SMP dan SMA, yaitu:

- a. Takut menghadapi ulangan
- b. Menarik perhatian dengan cara yang kurang wajar.
- c. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat.
- d. Salah tingkah atau grogi saat tampil di depan kelas.
- e. Timbulnya rasa malu yang berlebihan.
- f. Tumbuhnya sikap pengecut.
- g. Sering mencontek pada saat menghadapi tes.
- h. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi.
- i. Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis.
- j. Tawuran dan main keroyok. E-Journal: (Hakim, 2016: 3)

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa ciri remaja usia sekolah SMP/SMA yang kurang percaya diri biasanya takut untuk menghadapi ujian, menarik perhatian dengan cara yang kurang wajar, dan tidak mampu mengemukakan pendapat. Selain itu gejala lainnya yaitu gugup saat tampil di depan kelas, rasa malu yang berlebihan dan pengecut. Siswa yang kurang percaya diri juga sering mencontek saat ujian, mudah cemas saat menghadapi situasi yang tidak disukainya, grogi saat berinteraksi dengan lawan jenis dan suka melakukan tawuran dan keroyokan.

Rasa kepercayaan diri yang rendah disebabkan oleh beberapa faktor. Yoder dan Proctor (dalam Rahayu, 2013: 71) mengemukakan terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mempunyai kepercayaan diri rendah, antara lain:

- a. Krisis dasar kepercayaan kepada orang tua;
- b. Trauma transisi;
- c. Kecemburuan antar anak dalam keluarga;
- d. Krisis kompetensi dengan teman;
- e. Transisi dari tergantung menjadi tidak ketergantungan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa orang yang kurang percaya diri sulit dalam berinteraksi dengan lingkungannya karena ia memiliki rasa rendah diri, pesimis dan berpikir negatif sehingga ia takut dalam menghadapi segala sesuatu yang akan berakibat pada kegagalan dalam mencapai keberhasilan dan kesuksesan dalam hidupnya. Kepercayaan diri yang rendah dalam diri seseorang disebabkan oleh faktor lingkungan seperti lingkungan keluarga dimana individu kurang mempercayai orangtuanya, kecemburuan sosial antar saudara, trauma, merasa kurang berkompensi dibanding teman-temannya dan perubahan dari semula bergantung pada orang lain menjadi mandiri.

#### **4. Aspek-aspek Kepercayaan Diri**

Terdapat berbagai aspek dalam kepercayaan diri. Adapun aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010: 36) yaitu:

- a. Keyakinan kemampuan diri  
Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis  
Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
- c. Objektif  
Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab  
Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan Realistis  
Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berikut ini penjelasan dari masing-masing kelima aspek tersebut:

1) Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu. Hal ini berdasarkan pendapat Bandura (dalam Aziz, 2014: 20) dimana keyakinan diri yaitu “keyakinan seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa keyakinan diri dapat menggambarkan tingkat kepercayaan diri seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Baron dan Byrne (dalam Aziz, 2014: 20) bahwa “individu yang memiliki keyakinan diri yang tinggi akan menunjukkan antusiasme dan kepercayaan diri yang kuat”.

Adapun karakteristik orang yang mempunyai keyakinan diri menurut Steer dan Porter (dalam Aziz, 2014: 22-23) adalah sebagai berikut:

- a) Orientasi pada tujuan: perilaku seseorang dengan keyakinan diri yang tinggi akan selalu persisten, positif dan mengarah pada keberhasilan dan berorientasi pada tujuan.
- b) Orientasi kendali internal: kendali individu mencerminkan tingkat dimana mereka percaya bahwa perilaku mempengaruhi apa yang terjadi pada dirinya.
- c) Tingkat usaha yang dikembangkan dalam suatu situasi: keyakinan seseorang terhadap kemampuannya menentukan tingkat motivasinya.
- d) Jangka waktu bertahan dalam menghadapi hambatan: semakin kuat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya, semakin besar dan tekun mereka berusaha.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa orang yang memiliki keyakinan diri adalah orang yang senantiasa berorientasi pada tujuan untuk mencapai keberhasilan. Selain itu orang yang

memiliki keyakinan diri akan mampu dalam mengendalikan diri karena ia sadar bahwa apa yang akan terjadi dipengaruhi oleh bagaimana ia berperilaku. Selanjutnya orang yang memiliki keyakinan diri akan memiliki motivasi diri yang baik. Artinya semakin yakin ia dengan kemampuan dirinya maka semakin tinggi motivasi dirinya. Terakhir orang yang memiliki keyakinan diri akan mampu dalam menghadapi hambatan. Artinya semakin yakin ia dengan kemampuan dirinya maka semakin besar kemampuannya dalam menghadapi hambatan dan semakin tekun ia dalam berusaha.

## 2) Optimis

Optimis yaitu berpikir positif atau berpandangan baik dalam menghadapi segala situasi atau lingkungan dan diri sebagaimana yang dinyatakan oleh Snyder (dalam Ghufon dan Risnawita, 2014: 95-96) dimana “optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju ke arah kebaikan”. Pendapat ini diperkuat oleh Segerestrom (dalam Ghufon dan Risnawita, 2011: 95) bahwa “optimisme adalah cara berfikir yang positif dan realistis dalam memandang sesuatu”. Artinya optimisme merupakan cara berfikir seseorang yang menggambarkan cara berfikir positif dan realistis atau berlebihan dalam memandang segala sesuatu, tidak mudah putus asa dan pantang menyerah.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa optimisme menggambarkan kepercayaan diri seseorang sebagaimana yang dinyatakan oleh Hakim (2004: 5-6) bahwa “seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah (optimis)”. Artinya seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi memiliki optimisme yang tinggi pula. Pendapat ini diperkuat oleh pendapat Fatimah (2006:150) bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi

“mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dan situasi di luar dirinya”. Artinya orang yang memiliki kepercayaan diri memiliki cara pandang yang positif terhadap diri dan orang lain serta berbagai hal dan berbagai situasi yang terjadi.

Adapun ciri-ciri orang yang optimis menurut Scherver dan Carter (dalam Ghufro dan Risnawita, 2010: 98-99) adalah:

- a) Individu yang optimis akan berusaha menggapai pengharapan dengan pemikiran yang positif;
- b) Yakin akan kelebihan yang dimiliki;
- c) Biasanya bekerja keras menghadapi stres dan tantangan sehari-hari secara efektif, berdoa dan mengakui adanya faktor keberuntungan dan faktor lainnya yang turut mendukung keberhasilannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa individu yang optimis akan berusaha dalam menggapai sesuatu dengan pengharapan yang positif karena ia yakin dengan kelebihan yang ia miliki, sehingga ia akan bekerja keras dalam dalam menggapainya serta mampu menghadapi stres dan tantangan. Sejalan dengan pendapat di atas ciri dari individu yang optimis juga dinyatakan oleh Robinson (dalam Ghufro dan Risnawita, 2011: 98-99) yaitu:

Individu yang memiliki sikap optimis jarang menderita depresi dan lebih mudah menggapai kesuksesan dalam hidup, memiliki kepercayaan, dapat berubah kearah yang lebih baik, adanya pemikiran dan kepercayaan mencapai sesuatu yang lebih dan selalu berjuang dengan kesadaran penuh.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa individu yang optimis jarang mengalami depresi karena memiliki keyakinan dan kepercayaan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi masalah sehingga ia akan lebih mudah dalam mencapai kesuksesan. Selain itu individu yang optimis dapat berubah ke arah yang lebih baik serta memiliki pemikiran dan keyakinan bahwa ia mampu



melakukan sesuatu yang lebih sehingga ia akan berusaha dan berjuang secara penuh dalam melakukan sesuatu.

### 3) Objektif

Objektif artinya memandang sesuatu sesuai kebenaran apa adanya bukan menurut kebenaran pribadi. Sebagaimana dinyatakan dalam Kamus Bahasa Indonesia (2011: 367) objektif diartikan mengenai keadaan yang sebenarnya tanpa dipengaruhi pendapat atau pandangan pribadi. Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri akan memandang segala sesuatu sesuai kebenaran apa adanya bukan menurut kebenaran pribadinya.

### 4) Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab berarti individu mahu menerima konsekuensi atas segala yang telah dilakukannya. Individu yang bertanggung jawab ketika melakukan kesalahan tidak akan mencari-cari alasan atau kambing hitam untuk menutupi kesalahannya. Artinya ia mampu menanggung segala kesalahan yang telah ia buat sesuai dengan konsekuensi.

Menurut Zubaedi (2011: 76) tanggung jawab adalah “sikap dan perilaku seseorang untuk melaksanakan tugas dan kewajibannya, yang seharusnya dilakukan terhadap diri sendiri, masyarakat, lingkungan (alam, sosial, dan budaya), negara, dan Tuhan YME”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa bertanggung jawab adalah melaksanakan tugas dan kewajiban terhadap diri sendiri, orang lain, lingkungan, negara dan agama yaitu pada Tuhan.

### 5) Rasional dan Realistis

Rasional dan realistis berarti memandang sesuatu berdasarkan realita atau pemikiran akal sehat. Berfikir rasional merupakan sebuah perwujudan dari cara pandang seseorang dalam memecahkan suatu

permasalahan yang terjadi. Umumnya seseorang yang mempunyai pemikiran rasional selalu menggunakan prinsip 5W1H dalam setiap menghadapi sesuatu terutama dalam hal permasalahan (Tohirin, 2006: 97).

Sedangkan realistik adalah bersifat nyata (*real*) (KBI, 2011: 450). Artinya individu yang bersifat realistik akan memandang sesuatu berdasarkan kenyataan dan mengambil keputusan tanpa pertimbangan, ia akan mengambil keputusan dengan mempertimbangkan fakta dan akal sehat.

Selain itu pendapat lain juga menyatakan tentang berbagai aspek kepercayaan diri yaitu :

- a. Tidak tergantung pada orang lain  
Jika berusaha atau berbuat sesuatu tidak melihat orang lain dan yakin akan kemampuan yang dimilikinya. Walaupun Dia gagal, akan tetapi Ia akan berusaha bangkit atau kembali memulainya kembali.
- b. Tanpa ragu-ragu atau tidak plin-plan dalam mengambil keputusan  
Mampu bertindak dan mengambil keputusan dalam hal apapun dengan tegas dan tidak ragu-ragu. Meyakini keputusan yang diutarakan itu benar-benar sesuai dengan kemampuannya.
- c. Mempunyai persuasif sehingga memperoleh banyak dukungan  
Mampu mengubah sikap, pandangan atau prilaku orang lain, sebagai hasilnya pihak yang dipengaruhi melaksanakan dengan kesadaran sendiri (membujuk secara halus).
- d. Mempunyai penampilan yang meyakinkan sehingga disegani  
Memilih model pakaian yang cocok dengan dirinya, karena penampilan diri sangat diperhatikan untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Saleh (dalam Atok, 2010)

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi tidak bergantung pada orang lain, sebab ia yakin dengan kemampuan dirinya, ia juga tegas dalam mengambil keputusan sebab keputusan yang ia ambil sesuai dengan pemahaman dan kemampuan dirinya. Selain itu seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi mampu mengubah sikap dan perilaku orang lain tanpa memaksa.

Orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi juga mampu berpenampilan menarik sehingga membuat dirinya disegani oleh orang lain.

## **5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri menurut Ghufon & Risnawita (2010: 37-38) adalah “konsep diri, harga diri, pengalaman dan pendidikan”. Berikut ini penjelasan mengenai aspek-aspek tersebut.

### **a. Konsep diri**

Konsep diri merupakan pemikiran seseorang mengenai dirinya. Gufron dan Risnawita (2010: 14) menyatakan bahwa konsep diri adalah “apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh seseorang mengenai dirinya”. Selanjutnya Hurlock (dalam Gufron dan Risnawita, 2010: 13) menyatakan bahwa konsep diri merupakan “gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional, aspiratif, dan prestasi yang mereka capai”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa konsep diri merupakan gambaran atau pemikiran seseorang mengenai dirinya, baik fisik, psikis, sosial, emosional, aspiratif, dan prestasi yang dicapai. Senada dengan pendapat di atas Burn (dalam Gufron dan Risnawita, 2010: 13) juga menyatakan tentang konsep diri yaitu “kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai”. Artinya konsep diri merupakan pandangan diri seseorang tentang dirinya secara keseluruhan di mata orang lain.

Konsep diri seseorang akan mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri. Hal ini dinyatakan oleh Hasballah (dalam Suwarjo dan Eliasa 2011: 75) bahwa:

Landasan dasar terbentuknya percaya diri seseorang terletak pada pemahaman konsep dirinya. Perkembangan konsep diri yang sehat akan menimbulkan kepercayaan diri. Hal ini menunjukkan bahwa rasa percaya diri seseorang tergantung pada pemahaman tentang siapa dirinya sebagai individu yang berkompeten.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa konsep diri yang positif akan membentuk kepercayaan diri yang tinggi demikian pula sebaliknya konsep diri yang negatif akan membentuk kepercayaan diri yang rendah. Dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi memandang positif terhadap dirinya baik dalam bersikap, bertindak maupun dalam berpenampilan.

Konsep diri dipengaruhi oleh beberapa hal. Menurut Rifanto (2010: 67-71) ada 5 hal yang mempengaruhi konsep diri, antara lain:

- 1) Peran yang dimiliki oleh seseorang
- 2) Perbandingan
- 3) Pernyataan-pernyataan (*judgement*) yang dibuat oleh orang lain
- 4) Pengalaman-pengalaman akan keberhasilan dan kegagalan
- 5) Budaya

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa konsep diri dipengaruhi oleh peran atau posisi seseorang dalam lingkungannya, perbandingan-perbandingan dirinya dengan orang di lingkungannya dan pernyataan orang lain terhadap dirinya. Selain itu konsep diri juga dipengaruhi oleh pengalaman dalam meraih keberhasilan serta budaya dimana seseorang tinggal.

Sedangkan Sobur (2003: 521) menyebutkan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi konsep diri individu, faktor-faktor tersebut yaitu:

- 1) *Self appraisal-viewing as an object*  
Istilah ini menunjukkan suatu pandangan, yang menjadikan diri sendiri sebagai objek dalam komunikasi, atau dengan kata lain adalah kesan kita terhadap diri kita sendiri.

2) *Reactions and responses of other*

Konsep diri juga berkembang dalam rangkain interaksi kita dengan masyarakat. Oleh sebab itu konsep diri dipengaruhi oleh reaksi serta respon orang lain terhadap diri kita.

3) *Roley you play-role taking*

Bermain peran akan mempengaruhi konsep diri seseorang, adanya aspek peran yang kita mainkan sedikit banyak akan mempengaruhi konsep diri kita. Permainan peran inilah yang merupakan awal dari pengembangan konsep diri.

4) *Reference group*

Kelompok rujukan adalah kelompok yang menjadi anggota di dalamnya. Jika kelompok ini kita anggap penting, dalam arti mereka dapat menilai dalam bereaksi pada kita, hal ini akan menjadi kekuatan untuk menentukan konsep diri.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa konsep diri dipengaruhi oleh bagaimana seseorang berinteraksi dengan lingkungan masyarakat yang akan membentuk pengalaman dan pandangan masyarakat tentang dirinya. Hal ini akan membentuk pandangan tentang bagaimana ia memandang tentang dirinya sendiri dan bagaimana orang lain memandang tentang dirinya.

b. Harga diri

Harga diri merupakan penilaian seseorang tentang dirinya. Menurut Gufron dan Risnawita (2010: 40) harga diri adalah “penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain”. Dapat dipahami bahwa harga diri merupakan penilaian terhadap diri yang didasarkan pada hubungan dengan orang lain.

Harga diri akan memengaruhi kepercayaan diri dimana hal ini dinyatakan oleh Santoso (dalam Gufron dan Risnawita, 2010: 37) bahwa “tingkat harga diri seseorang akan memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang”. Berdasarkan kutipan tersebut dapat diketahui bahwa bagaimana seseorang menilai tentang dirinya akan memengaruhi kepercayaan dirinya, ketika seseorang menilai positif tentang dirinya

maka ia akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi demikian juga sebaliknya, sebagaimana seseorang yang menilai dirinya mampu untuk melakukan sesuatu pekerjaan maka ia akan percaya diri untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut.

Harga diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Gufron dan Risnawita (2010: 47) menyatakan dua faktor yang memengaruhi harga diri seorang individu yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti “jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik individu dan faktor eksternal seperti lingkungan sosial, sekolah, dan keluarga”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa harga diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal seperti jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik individu. Seseorang akan memiliki harga diri yang tinggi ketika ia dapat menerima dirinya sesuai jenis kelaminnya, memiliki kecerdasan yang tinggi serta memiliki kondisi fisik yang sempurna. Selain itu harga diri dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti lingkungan sosial, sekolah, dan keluarga. Seseorang yang berada di lingkungan sosial dan sekolah yang mendukung, serta berada dalam lingkungan keluarga yang selalu mendukungnya maka ia akan memiliki harga diri yang tinggi, demikian pula sebaliknya seseorang yang cacat dan berada di lingkungan sosial dan keluarga yang tidak mendukung akan memiliki harga diri yang rendah.

Dapat dipahami bahwa keseluruhan aspek harga diri di atas akan memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Artinya seseorang yang dapat menerima dirinya sesuai jenis kelaminnya, memiliki kecerdasan yang tinggi, memiliki fisik yang sempurna, berada dalam lingkungan (sosial, sekolah dan keluarga) yang mendukung, maka orang tersebut akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

c. Pengalaman

Pengalaman merupakan sesuatu yang telah dilalui di masa lalu yang akan menjadi pelajaran hidup. Menurut Lauster (2004: 10) “kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup”. Sejalan dengan itu Anthony (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010: 37) mengemukakan bahwa “pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa pengalaman hidup seseorang akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Pengalaman hidup dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang atau bahkan sebaliknya dapat menurunkan kepercayaan diri seseorang.

d. Pendidikan

Pendidikan akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang dalam bergaul dan berinteraksi dengan orang lain. Gufron dan Risnawita (2010: 37-38) menjelaskan sebagai berikut:

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan akan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa tingkat pendidikan seseorang berbanding lurus dengan tingkat kepercayaan diri seseorang. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih percaya diri dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah sebab ia akan merasa lebih mampu dan berkuasa di bandingkan dengan mereka yang berpendidikan rendah.

Sedangkan menurut Neil (dalam Suwarjo dan Eliasa, 2011: 75) bahwa “rasa percaya diri merupakan gabungan kombinasi dari *self esteem*

(harga diri) dan *self efficacy* (kemampuan diri)”. Senada dengan pendapat di atas Maesaroh dalam Suwarjo dan Eliasa (2011: 75) menyatakan bahwa “komponen kepercayaan diri meliputi: (1) pandangan terhadap diri sendiri secara keseluruhan (konsep diri); (2) penghargaan pada diri; dan (3) keyakinan terhadap kemampuan menyelesaikan tugas”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa rasa percaya diri terbentuk dari kombinasi antara harga diri dan kemampuan diri. Apabila seseorang memiliki harga diri yaitu penilaian terhadap diri yang baik, dan konsep diri atau pandangan terhadap diri yang positif serta yakin akan kemampuan dirinya maka ia akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

## 6. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri terdiri dari beberapa jenis. Menurut Angelis (2000: 58-59) terdapat beberapa jenis kepercayaan diri diantaranya yaitu:

- a. Berkenaan dengan tingkah laku  
Adalah kepercayaan diri anda untuk bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas anda, baik tugas-tugas paling sederhana, seperti membayar tagihan tepat waktu, hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
- b. Berkenaan dengan emosi  
Adalah kepercayaan diri anda untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi. Untuk memahami segala yang anda rasakan, menggunakan emosi untuk melakukan pilihan yang tepat, melindungi diri dari sakit hati, atau mengetahui cara bergaul yang sehat dan langgeng.
- c. Bersifat spiritual  
Merupakan kepercayaan diri yang terpenting dari ketiganya, seperti keyakinan anda pada takdir dan semesta alam, keyakinan bahwa hidup ini memiliki tujuan yang positif, bahwa keberadaan anda punya makna, dan ada tujuan tertentu dari hidup anda yang 70, 80, atau 90 tahun di planet ini.

Beberapa jenis kepercayaan diri tersebut akan dijelaskan sebagai berikut. Berkaitan dengan jenis kepercayaan diri tingkah laku, terdapat empat ciri penting, yaitu:



- 1) Keyakinan atas kemampuan sendiri untuk melakukan sesuatu.
- 2) Keyakinan atas kemampuan untuk menindak lanjuti segala prakarsa sendiri secara konsekuen.
- 3) Keyakinan atas kemampuan pribadi dalam menanggulangi segala kendala.
- 4) Keyakinan atas kemampuan memperoleh bantuan. (Angelis, 2000: 61-63)

Dapat dipahami bahwa kepercayaan diri tingkah laku yaitu kepercayaan diri seseorang berkaitan dengan tindakan. Hal ini juga berkaitan dengan keyakinan dalam melakukan sesuatu dan menghadapi kendala atau hambatan. Selanjutnya ciri yang berkaitan dengan bentuk kepercayaan diri spiritual, yaitu:

- 1) Keyakinan bahwa semesta ini adalah suatu misteri yang terus berubah, dan bahwa setiap perubahan dalam kesemestaan itu merupakan bagian dari suatu perubahan yang lebih besar lagi.
- 2) Kepercayaan atas adanya kodrat alami sehingga segala yang terjadi tak lebih dari kewajaran belaka.
- 3) Keyakinan pada diri sendiri dan pada adanya Tuhan Yang Maha Kuasa dan Maha Tinggi, Yang Maha Tahu atau apa pun ungkapan rohani kita pada Maha Pencipta semesta ini. (Angelis, 2000: 75-77)

Dapat dipahami bahwa kepercayaan diri spiritual yaitu berkaitan dengan pemahaman seseorang terhadap tujuan alam semesta diciptakan. Keyakinan terhadap diri sendiri dan terhadap Tuhan Yang Maha segalanya. Selanjutnya terkait dengan kepercayaan diri emosional terdapat lima ciri yaitu sebagai berikut:

- 1) Keyakinan terhadap kemampuan anda untuk mengetahui perasaan anda sendiri.
- 2) Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengungkapkan perasaan anda sendiri.
- 3) Keyakinan terhadap kemampuan untuk menyatukan diri dengan kehidupan orang-orang lain, dalam pergaulan yang positif dan penuh pengertian.
- 4) Keyakinan terhadap kemampuan untuk memperoleh rasa sayang, pengertian, dan perhatian dalam segala situasi, khususnya di saat mengalami kesulitan.

- 5) Keyakinan terhadap kemampuan mengetahui manfaat apa yang dapat anda sumbangkan kepada orang lain. (Angelis, 2000: 67-70)

Dapat dipahami bahwa kepercayaan diri emosional merupakan keyakinan yang kuat dalam diri seseorang untuk dapat menguasai dirinya. Artinya seseorang yang memiliki kepercayaan diri emosional yaitu seseorang yang mampu mengidentifikasi perasaannya dan mampu mengenali dan memahami perasaannya serta mampu mengungkapkan perasaannya pada orang lain.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri memiliki beberapa jenis yaitu kepercayaan diri dalam bertindak seperti seseorang yang percaya diri untuk menyelesaikan tugas-tugas pekerjaannya. Adapun kepercayaan diri emosional yaitu seperti seseorang yang percaya diri dalam mengendalikan diri dan emosinya. Selanjutnya kepercayaan diri dalam aspek spiritual dimana seorang individu yakin terhadap takdir Tuhan sehingga ia mampu untuk memaknai hidupnya.

## 7. Kiat Menumbuhkan Kepercayaan Diri

Terdapat beberapa cara untuk dapat meningkatkan rasa percaya diri. Fatimah (2006: 152-155) mengemukakan ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk memupuk, menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri, yaitu:

- a. Evaluasi diri secara obyektif
- b. Beri penghargaan terhadap diri
- c. Positif *thinking*
- d. Gunakan *self-affirmation*
- e. Berani mengambil resiko.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa untuk memupuk rasa percaya diri seseorang harus mengevaluasi dirinya secara obyektif dan dapat menghargai diri sendiri. Selain itu untuk memupuk rasa percaya diri seseorang juga harus berprasangka baik dan memberikan penguatan pada diri serta berani dalam mengambil resiko.

Selain itu menurut Santrock (2003: 338) bahwa “ada dua sumber dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri yaitu hubungan dengan orang tua dan teman sebaya”. Berdasarkan hal tersebut dukungan sosial dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri yaitu dukungan dari orangtua dan teman sebaya, hal ini seperti dukungan dalam bentuk dorongan atau penguatan, pengakuan serta penghargaan atau pujian. Hal ini akan membantu seseorang menjadi percaya diri karena ia mendapat dukungan dan penghargaan dari lingkungan sosialnya.

Faktor yang dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri juga dinyatakan oleh Suwarjo dan Eliasa (2010: 74-75) sebagai berikut:

- a. Pengendalian diri  
Mutlak diperlukan bagi siapa saja untuk mengenali dirinya sendiri, segala kelebihan atau kekurangan diketahui untuk meningkatkan perkembangan sikap pribadi.
- b. Umpan balik  
Sarana yang efektif untuk berinteraksi baik dengan diri sendiri maupun lingkungannya untuk memperoleh jati diri kita yang sebenarnya agar mempermudah perkembangannya.
- c. Upaya pembentukan sikap  
Sebuah upaya untuk mengembangkan segi positif dan mengatasi segi negative yang dimiliki sehingga mampu memupuk sikap-sikap positif sesuai dengan peran anda.
- d. Pengembangan diri  
Hendaknya sejalan dengan penyesuaian terhadap lingkungan sosial, yang dapat membangkitkan rasa puas, karena selain anda mampu mengembangkan diri, lingkungan pun mampu menerima diri anda dengan baik.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa untuk membantu meningkatkan rasa percaya diri seseorang harus mampu untuk mengendalikan diri dengan baik dan melakukan umpan balik dalam interaksi sosial agar menemukan jati dirinya yang sesungguhnya. Selain itu untuk meningkatkan rasa percaya diri seseorang harus mengembangkan sikap positif dalam dirinya dan mengembangkan dirinya

dalam melakukan penyesuaian dengan lingkungan agar dapat diterima dengan baik dalam lingkungan.

Berikut juga Lauster (2004: 11-13) menyatakan ada sepuluh petunjuk untuk memperbaiki kepercayaan pada diri sendiri seperti:

- a. Carilah sebab-sebab Anda merasa rendah diri
- b. Atasi kelemahan Anda
- c. Cobalah memperkembangkan bakat dan kemampuan anda lebih jauh
- d. Bahagialah dengan keberhasilan anda dalam suatu bidang tertentu dan janganlah ragu-ragu untuk bangga atasnya
- e. Bebaskan diri anda dari pendapat orang lain
- f. Jika misalnya anda tidak puas dengan pekerjaan anda tapi tidak melihat sesuatu kemungkinannya untuk memperbaiki diri anda, maka kembangkanlah bakat-bakat anda melalui sesuatu *hobby*.
- g. Jika anda diminta untuk melakukan pekerjaan yang sukar, cobalah melakukan pekerjaan anda dengan rasa optimis
- h. Janganlah terlalu bercita-cita, karena cita-cita kelewat batas tidak baik
- i. Jangan terlalu sering membandingkan diri anda dengan orang lain.
- j. Janganlah mengambil sebagian *motto* ungkapan yang berbunyi, “apapun juga yang dilakukan dengan baik oleh orang lain saya harus dapat melakukannya dengan sama baiknya”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa cara untuk meningkatkan kepercayaan diri yaitu memahami dan mengevaluasi diri, menemukan hal apakah yang menyebabkan rasa rendah diri tersebut. Selanjutnya untuk mengatasi kelemahan yang menjadi penyebab rasa rendah diri tersebut, kembangkan potensi, bakat dan sikap positif dalam diri, jangan membandingkan diri dengan orang lain dan jangan menaruh harapan dan cita-cita yang terlalu tinggi.

## **B. Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama**

### **1. Bimbingan Kelompok**

#### **a. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam BK yang diberikan pada sekelompok individu untuk memecahkan

masalah secara bersama-sama dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Menurut Prayitno (2004: 2) layanan bimbingan kelompok adalah:

Layanan yang mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi, dan/atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok, yang diikuti semua anggota di bawah bimbingan pemimpin kelompok, serta membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian anggota kelompok.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membahas pemecahan masalah secara bersama dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Senada dengan pendapat di atas Tohirin (2007: 170) mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan:

Suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktifitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah-masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam kegiatan kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok. Kegiatan ini untuk membahas topik yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan. Sedangkan menurut Sukardi dan Kusmawati (2008: 78) layanan Bimbingan kelompok ini merupakan:

Layanan yang memungkinkan peserta didik (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing/konselor) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya baik

sebagai individu maupun sebagai pelajar dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan tertentu.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan oleh seseorang (konselor) kepada beberapa orang individu (siswa) untuk memecahkan masalah peserta layanan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Selain itu dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling dimana peserta layanan terdiri dari sekelompok individu yang akan membahas topik yang berguna bagi peserta layanan dan semua peserta ikut serta secara aktif dalam kegiatan diskusi.

#### **b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok memiliki beberapa tujuan yang hendak dicapai. Menurut Prayitno (2004: 3), tujuan Bimbingan kelompok secara khusus adalah:

BKP bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual, hangat, dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan.

Berdasarkan kutipan di atas bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik yang hangat, terkini dan menarik. Selain itu bimbingan kelompok bertujuan membentuk tingkah laku yang efektif dalam menghadapi permasalahan yang sedang dibahas serta mengembangkan kemampuan komunikasi peserta layanan.

Selain itu Sukardi (2008: 67) juga menjelaskan tujuan dan manfaat layanan Bimbingan kelompok bagi para anggota kelompok sebagai berikut:

5. Memberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya. Pendapat mereka itu boleh jadi bermacam-macam, ada yang positif dan ada yang negatif. Semua pendapat itu, melalui dinamika kelompok (dan berperannya guru pembimbing) diluruskan bagi pendapat-pendapat;
6. Memiliki pemahaman yang objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang bicarakan itu. Pemahaman yang objektif, tepat dan luas itu diharapkan dapat;
7. menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang bersangkutan-paut dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok. “Sikap positif” disini dimaksudkan: menolak hal-hal yang salah/buruk/negatif dan menyokong hal-hal yang benar/baik/positif. Sikap positif ini lebih jauh diharapkan dapat merangsang para siswa untuk;
8. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan “penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik” itu. Lebih jauh lagi, program-program kegiatan itu diharapkan dapat mendorong siswa untuk;
9. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk menbuahkan hasil sebagaimana mereka programkan semula.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan pemahaman yang objektif, tepat dan luas oleh peserta layanan terhadap tema yang sedang dibahas dalam hal ini diwujudkan melalui dinamika kelompok. Selanjutnya mengembangkan sikap positif terhadap diri dan lingkungan sehingga peserta layanan mampu menyusun program kegiatan dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapinya dan mewujudkan program-program tersebut. Selain itu Tohirin (2007: 172) juga mengemukakan bahwa “secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa)”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok yaitu secara umum untuk mengembangkan kemampuan berinteraksi dan berkomunikasi siswa.

Secara khusus tujuan bimbingan kelompok untuk membahas topik permasalahan yang sedang aktual dan pembahasan tersebut akan memberikan kontribusi bagi perkembangan kepribadian, sosial dan emosi siswa.

**c. Komponen dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Pelaksanaan layanan Bimbingan kelompok dipimpin oleh seorang pemimpin kelompok (konselor) dan diikuti oleh beberapa peserta layanan. Berikut ini penjelasan mengenai komponen tersebut.

1) Pemimpin Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok harus dipimpin oleh seorang pemimpin kelompok, pemimpin kelompok menurut Prayitno (2012: 153) adalah:

Konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktek konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan lainnya konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok, dalam bimbingan kelompok tugas PK adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling.

Dapat dipahami bahwa pemimpin kelompok merupakan seorang profesional di bidang bimbingan dan konseling. Pemimpin kelompok bertugas memimpin jalannya kegiatan bimbingan agar tercapainya tujuan konseling.

Senada dengan pendapat di atas Tohirin (2007: 171) mengemukakan bahwa “pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktek pelayanan bimbingan dan konseling”. Adapun pemimpin kelompok harus memiliki karakteristik dan peran yaitu sebagai berikut:



a) Karakteristik pemimpin kelompok (PK)

Layanan bimbingan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok, adapun karakteristik pemimpin kelompok menurut Prayitno (2012: 153-154) adalah sebagai berikut:

- (1) Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok yang bebas, terbuka, demokratis, konstruktif, saling mendukung dan meringankan beban, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembirakan, dan membahagiakan, serta mencapai tujuan bersama kelompok
- (2) Memiliki WPKNS luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas dan mensinergikan materi bahasan yang tumbuh dalam aktifitas kelompok
- (3) Memiliki kemampuan hubungan antar-personal berdasar kewibawaan yang hangat dan nyaman, sabar dan memberi kesempatan, demokratis dan kompromistik (tidak antagonistik) dalam mengambil kesimpulan dan keputusan, tanpa memaksakan, dalam ketegasan dan kelembutan, jujur dan tidak berpura-pura, disiplin dan kerja keras.

b) Peran pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok mempunyai peran penting dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Adapun peranan pemimpin kelompok menurut Prayitno (2012: 155-156) yaitu :

- (1) Pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri atas 8-10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu:
  - (a) Terjadinya hubungan antara anggota kelompok, menuju keakraban diantara mereka.
  - (b) Tumbuhnya tujuan bersama di antara anggota kelompok dalam suasana kebersamaan.
  - (c) Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok.

- (d) Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara dan tidak menjadi yes-man.
- (e) Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok ini berusaha dan mampu "tampil beda" dari kelompok lain.
- (2) Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok apa, mengapa dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dilaksanakan.
- (3) Pentahapan kegiatan bimbingan kelompok
- (4) Penilaian segera (Laiseg) hasil layanan bimbingan kelompok.
- (5) Tindak lanjut layanan

Dapat dipahami bahwa pemimpin kelompok berperan dalam pembentukan kelompok bimbingan dan berperan dalam jalannya kegiatan bimbingan. Kegiatan bimbingan tersebut memiliki beberapa tahapan yaitu pembentukan, penstrukturan, kegiatan, penilaian dan tindak lanjut.

## 2) Anggota kelompok (AK)

Anggota kelompok merupakan peserta layanan dari bimbingan kelompok. Sebagaimana pendapat Prayitno (2012: 156) bahwa:

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok, konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok.

Bimbingan kelompok memiliki komponen yaitu pemimpin kelompok yang memiliki tugas yaitu mengatur dan mengawasi jalannya kegiatan serta menghidupkan dinamika kelompok. Selanjutnya anggota kelompok yaitu bertugas membahas topik

masalah yang telah disepakati secara bersama dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

#### **d. Azas dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Terdapat beberapa azas yang harus dipatuhi dan dilaksanakan dalam melakukan layanan bimbingan kelompok. Secara umum, azas-azas dalam layanan bimbingan kelompok menurut Prayitno (2012: 162-164) yaitu:

##### 1) Kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui anggota kelompok dan tidak disebarluaskan di luar kelompok. Di sini posisi azas kerahasiaan sama posisinya seperti dalam layanan konseling perorangan. PK dengan sungguh-sungguh hendaknya memantapkan azas ini sehingga seluruh AK berkomitmen penuh untuk melaksanakannya.

##### 2) Kesukarelaan

Kesukarelaan AK dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konselor (PK). Kesukarelaan terus-menerus dibina melalui upaya PK mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan dalam BKp. Dengan kesukarelaan itu, AK akan dapat mewujudkan peran aktif diri mereka masing-masing untuk mencapai tujuan layanan.

##### 3) Azas-azas lain

Dinamika kelompok dalam BKp semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan asas kegiatan dan keterbukaan. Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu maupun ragu. Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan. AK diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini. Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertata krama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengemas isi bahasan. Asas keahlian diperlihatkan oleh PK dalam mengolah kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa dalam pelaksanaan BKp terdapat tiga azas yang menjadi landasan pelaksanaan BKp yaitu azas kerahasiaan maksudnya bahwa apapun yang dibahas dan disampaikan dalam kegiatan Bimbingan kelompok hanya diketahui oleh anggota kelompok Bimbingan kelompok tanpa boleh diketahui oleh orang lain di luar anggota kelompok Bimbingan kelompok. Selanjutnya azas kesukarelaan maksudnya adalah anggota kelompok Bimbingan kelompok hendaknya secara sukarela mengikuti kegiatan Bimbingan kelompok sehingga tujuan dari pelaksanaan Bimbingan kelompok dapat terlaksana dengan baik.

Azas-azas lain yaitu azas kegiatan dan keterbukaan dimana anggota kelompok Bimbingan kelompok diharapkan dapat berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan dan tidak malu-malu dalam menyampaikan pendapat dan ide-idenya. Azas kekinian dimaksudkan agar anggota kelompok Bimbingan kelompok menyampaikan dan membahas hal-hal yang bersifat aktual atau kekinian. Azas kenormatifan dimaksudkan agar dalam pelaksanaan kegiatan tetap memperhatikan norma dan tatakrama dalam berkomunikasi. Sedangkan Azas keahlian diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam mengelola dan mengontrol jalannya kegiatan.

#### **e. Materi Layanan Bimbingan Kelompok**

Materi-materi yang dapat diberikan dalam layanan Bimbingan kelompok beragam sesuai dengan kebutuhan dan kesepakatan dari anggota kelompok. Menurut Sukardi (2008: 65) materi layanan Bimbingan kelompok yang dapat diberikan yaitu:

- 1) Pengenalan sikap dan kebiasaan, bakat, minat dan cita-cita serta penyalurannya.

- 2) Pengenalan kelemahan diri dan penanggulangannya, kekuatan diri dan pengembangannya.
- 3) Pengembangan kemampuan berkomunikasi, menerima/menyampaikan pendapat, bertingkah laku dan hubungan sosial, baik di rumah, sekolah, maupun di masyarakat, teman sebaya di sekolah dan luar sekolah dan kondisi/ peraturan sekolah.
- 4) Sikap dan kebiasaan belajar yang baik di sekolah dan di rumah sesuai dengan kemampuan pribadi siswa.
- 5) Pengembangan teknik-teknik penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian sesuai dengan kondisi fisik, sosial dan budaya.
- 6) Orientasi dan informasi karier, dunia kerja, dan upaya memperoleh penghasilan.
- 7) Orientasi dan informasi perguruan tinggi sesuai dengan karier yang hendak dikembangkan.
- 8) Pengambilan keputusan dan perencanaan masa depan.

Berdasarkan kutipan di atas dapat diketahui bahwa materi layanan Bimbingan kelompok sangat beragam. Materi yang dibahas tergantung pada kebutuhan anggota kelompok layanan saat itu dan sesuai dengan kesepakatan bersama. Materi-materi yang dibahas menggambarkan permasalahan yang sedang dihadapi oleh anggota kelompok, misalnya masalah kepercayaan diri. Materi ini terkait dengan cara-cara meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar.

#### **f. Standar Operasionalisasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok**

Kegiatan layanan Bimbingan kelompok memiliki beberapa tahap kegiatan. Menurut Tohirin (2007: 176-177), bahwa “layanan bimbingan kelompok menempuh tahap-tahap kegiatan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, analisis hasil evaluasi, tindak lanjut dan laporan”. Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa tahap dalam layanan bimbingan kelompok yaitu perencanaan dimana merencanakan kapan, dimana dan siapa yang akan menjadi peserta layanan, tahap pelaksanaan yaitu membahas topik yang

telah disepakati. Tahap selanjutnya yaitu tahap evaluasi yaitu melakukan penilaian tentang hasil yang telah dicapai dalam pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya menganalisis hasil evaluasi dan memberikan tindak lanjut serta membuat laporan.

Sedangkan menurut Prayitno (2012: 170-171) terdapat 5 tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu “tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap penyimpulan dan tahap pengakhiran”. Tahap-tahap tersebut dijelaskan oleh Prayitno (2012: 170-171) sebagai berikut:

- 1) Tahap pembentukan yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.
- 2) Tahap peralihan yaitu tahap untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
- 3) Tahap kegiatan yaitu tahapan kegiatan inti untuk membahas topik-topik tertentu.
- 4) Tahap penyimpulan tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.
- 5) Tahap pengakhiran yaitu merupakan tahap akhir dari seluruh kegiatan. kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya, dan salam hangat perpisahan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memiliki lima tahap. Pertama, tahap pembentukan yaitu merupakan awal dari dibentuknya kelompok. Kedua, tahap peralihan yaitu beralih dari kegiatan awal (seperti perkenalan dan pengantaran). Ketiga, tahap kegiatan merupakan kegiatan inti dari layanan dimana membahas mengenai topik yang telah disepakati. Keempat, tahap penyimpulan yaitu merefleksi kembali apa yang telah dilakukan dan dicapai oleh

anggota kelompok. Kelima, tahap pengakhiran yaitu kelompok melakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya.

## **2. Teknik Sociodrama**

### **a. Pengertian Sociodrama**

Sociodrama merupakan kegiatan bermain peran atau mendramatisasikan tingkah laku. Menurut Djamarah (2010: 88) teknik sociodrama adalah “pada dasarnya mendramatisasikan tingkah laku dalam hubungannya dengan masalah sosial”. Artinya sociodrama yaitu mendramatisasikan tingkah laku yang berkaitan dengan masalah yang hendak di atasi dalam lingkungan sosial.

Selanjutnya Abimanyu (1996: 219-220) menyatakan bahwa teknik sociodrama dapat menjadi alat untuk menilai tingkah laku klien. Prosedur sociodrama dirancang oleh konselor untuk memancing timbulnya tingkah laku dan untuk menilai unjuk kerja tingkah tujuan klien itu. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa melalui sociodrama konselor akan bisa menilai tingkah laku klien yang bermasalah yang hendak diatasi.

Selanjutnya Winkel (dalam Sukardi, 1987: 543) juga menjelaskan tentang pengertian teknik sociodrama adalah “salah satu problem yang kerap dihadapi oleh murid dalam pergaulan sehari-hari yang diperankan atau dimainkan oleh beberapa murid dengan tujuan bersama-sama mencari penyelesaian”. Artinya sociodrama merupakan memerankan peran tertentu untuk mengatasi masalah dalam pergaulan sehari-hari yang dilakukan secara bersama-sama untuk mencari pemecahan masalah yang sedang dihadapi tersebut.

Selain itu Abimanyu (1996: 221-222) menyatakan bahwa:

Teknik sociodrama ini dapat digunakan untuk klien yang phobia atau takut terhadap situasi khusus atau objek khusus seperti: kursi dokter gigi, kamar periksa dokter, mobil, air, elevator, laba-laba, gelap dan sebagainya. Sociodrama juga bisa digunakan dalam

hubungan antar pribadi, seperti: hubungan antara ayah dengan anaknya, suami dan isteri yang susah, pekerja dan majikannya, atau seseorang dengan teman-temannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa teknik sosiodrama dapat digunakan dalam penyelesaian masalah phobia maupun masalah dalam hubungan sosial dengan cara mendramatisasikan tingkah laku seperti apa adanya yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Artinya sosiodrama merupakan salah satu cara untuk mengentaskan suatu masalah dengan mempraktekkan secara langsung situasi masalah tersebut untuk ditemukan solusinya.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Roestiyah (1991: 90) sosiodrama merupakan “teknik dimana siswa mendramatisasikan tingkah laku, atau ungkapan gerak gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia”. Terkadang banyak situasi psikologis dan sosial yang sulit untuk dijelaskan dengan kata-kata saja, maka dari itu perlu didramatisasikan yaitu siswa diparticipasikan untuk berperan dalam peristiwa sosial tersebut. Hal ini juga dinyatakan oleh Santrock (dalam Prisnawati, 2016: 3) mengenai permainan sosiodrama yaitu “permainan yang melibatkan interaksi sosial dengan teman-teman sebaya”. Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat dipahami bahwa sosiodrama merupakan dramatisasi atau permainan yang dilakukan dalam interaksi sosial agar siswa dapat berpartisipasi langsung dalam situasi masalah yang sedang ia hadapi sehingga ia dapat memahami dan mendapatkan pemecahan masalah dalam situasi yang sedang ia hadapi.

Senada dengan pendapat di atas Tohirin (2007: 293) menyatakan bahwa:

Sosiodrama merupakan suatu cara membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Sesuai namanya, masalah-masalah yang dramakan adalah masalah-maslaah sosial. Metode ini dilakukan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama,



individu akan memerankan suatu peran tertentu dari suatu situasi masalah sosial.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa sosiodrama merupakan cara dalam membantu pemecahan masalah melalui mendramatisasikan masalah tersebut dengan cara bermain peran. Peserta layanan akan memainkan peran tertentu dalam situasi masalah sosial dan menemukan pemecahan masalah tersebut.

Selain itu Barkley, *et.al* (2005: 226) menyatakan bermain peran (sosiodrama) yaitu “sebuah situasi yang didesain secara sengaja di mana mahasiswa memperagakan atau mengasumsikan karakter-karakter atau identitas-identitas yang biasanya tidak mereka asumsikan untuk mencapai tujuan-tujuan pembelajaran”.

Sedangkan Silberman dan Auerbach (2008: 144) menyatakan tentang permainan peran yaitu merupakan cara untuk membantu individu agar dapat memahami sesuatu dan melatih keterampilan. Permainan peran dapat membuat peserta permainan peran memahami perasaannya terkait konflik yang sedang ia hadapi sehingga ia mampu mengubah perilaku atau melatih suatu keterampilan tertentu. Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa teknik sosiodrama merupakan salah satu teknik untuk mengentaskan masalah dengan cara memainkan peran sesuai dengan situasi masalah tersebut sebagaimana dalam kehidupan nyata.

#### **b. Tujuan Teknik Sosiodrama**

Teknik sosiodrama memiliki beberapa tujuan yang hendak dicapai. Adapun tujuan sosiodrama Menurut Djamarah (2010: 88) yaitu:

- 1) Agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain.
- 2) Dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab.
- 3) Dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan.
- 4) Merangsang kelas untuk berpikir dan memecahkan masalah.

Dapat dipahami bahwa kegiatan sosiodrama bertujuan agar peserta kegiatan sosiodrama mampu untuk menghayati dan menghargai perasaan orang lain. Belajar membagi tanggung jawab dalam masing-masing peran yang dimainkan serta belajar dalam mengambil keputusan dan merangsang pikiran dalam memecahkan suatu permasalahan.

Pendapat lain menyatakan tentang tujuan sosiodrama yaitu:

- 1) Menggambarkan bagaimana seseorang atau beberapa orang menghadapi suatu situasi sosial
- 2) Mengambarkan bagaimana cara memecahkan masalah sosial
- 3) Mengembangkan sikap kritis terhadap tingkah laku yang harus atau jangan dilakukan dalam situasi sosial tertentu
- 4) Memberikan kesempatan untuk meninjau situasi sosial dari berbagai sudut pandang (Nursalim, 2002: 63-64)

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa melalui sosiodrama siswa dapat menggambarkan tentang bagaimana seseorang dalam menghadapi suatu situasi sosial tertentu. Kemudian untuk melatih cara memecahkan masalah, mengembangkan sikap kritis tentang bagaimana sikap yang harus dilakukan dan jangan dilakukan dalam suatu situasi sosial tertentu. Selanjutnya untuk meninjau ulang suatu situasi sosial dari berbagai sudut pandang sehingga akan timbul suatu pemahaman baru dalam pemecahan masalah dalam situasi tersebut.

### **c. Langkah-langkah Teknik Sosiodrama**

Teknik sosiodrama memiliki langkah dalam pelaksanaannya. Sosiodrama dilakukan dimana pemecahan masalah individu diperoleh melalui penghayatan peran tentang situasi masalah yang tengah dihadapi siswa, dalam hal ini pemecahan masalah didiskusikan pada pementasan peran selanjutnya (Tohirin, 2007: 293).

Djamarah (2010: 89) mengemukakan tentang langkah-langkah teknik sosiodrama yaitu:

- 1) Tetapkan dahulu masalah-masalah sosial yang menarik perhatian siswa untuk dibahas.

- 2) Ceritakan kepada kelas (siswa) mengenai isi dari masalah-masalah dari konteks cerita tersebut.
- 3) Tetapkan siswa yang dapat atau mau bersedia untuk memainkan peranannya di depan kelas.
- 4) Jelaskan kepada pendengar mengenai peranan mereka pada waktu sosiodrama sedang berlangsung.
- 5) Berunding kepada para pelaku untuk berunding beberapa menit sebelum mereka memainkan peranannya.
- 6) Akhiri sosiodrama pada waktu situasi pembicaraan mencapai ketegangan.
- 7) Akhiri sosiodrama dengan diskusi kelas untuk bersama-sama memecahkan masalah persoalan yang ada pada sosiodrama.
- 8) Jangan lupa menilai hasil sosiodrama tersebut sebagai bahan pertimbangan lebih lanjut.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa teknik sosiodrama yaitu menentukan dahulu apa yang hendak di bahas dan menyampaikan konteks masalah yang hendak didramakan. Selanjutnya menentukan peserta yang akan memainkan peran dalam drama tersebut dan menjelaskan peran yang akan mereka mainkan dan merundingkannya. Tahap selanjutnya yaitu mengakhiri sosiodrama saat situasi mencapai ketegangan dan mendiskusikan pemecahan masalah yang telah didramakan dan terakhir menilai hasil sosiodrama.

Selanjutnya Silberman (2015:181) menyatakan tentang prosedur pelaksanaan permainan peran sebagai berikut:

- 1) Dengan bantuan seorang murid, tunjukkan teknik dasar permainan peran (jika diperlukan) dalam sebuah situasi, misalnya seorang murid memprotes gurunya atas nilai nilai yang diperolehnya.
- 2) Buatlah skenarionya dan jelaskan kepada murid-murid.
- 3) Mintalah empat murid secara sukarela mengambil peran dalam permainan peran tersebut. Berikan tugas kepada seorang sukarelawan untuk menjadi tokoh standar, yaitu sang guru, dan perintahkan tiga sukarelawan lainnya secara bergantian berperan sebagai muridnya.
- 4) Mintalah ketiga murid keluar dari kelas dan menentukan urutan mereka masuk ke dalam kelas untuk berpartisipasi. Setelah siap,

murid pertama masuk kembali dan memulai permainan peran bersama tokoh standar.

- 5) Setelah tiga menit, hentikan permainan dan mintalah murid kedua masuk ke dalam kelas dan mengulangi situasi yang sama. Murid yang pertama bisa tetap tinggal di dalam kelas. Setelah tiga menit bersama murid kedua, panggilah murid ketiga dan ulangi skenarionya.
- 6) Pada akhir permainan, mintalah semua murid membandingkan gaya ketiga sukarelawan dengan mengkaji teknik-teknik mana yang efektif, serta mencatat hal-hal yang perlu diperbaiki.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa prosedur pelaksanaan sosiodrama yaitu menunjukkan teknik dasar permainan peran, membuat skenario dan menjelaskannya pada siswa. Selanjutnya meminta beberapa murid untuk memainkan peran sesuai skenarion, kemudian meminta pada murid secara bergantian memainkan perannya dan membandingkannya. Terakhir, mengkaji teknik mana yang efektif dan mengevaluasi hal-hal yang perlu diperbaiki.

#### **d. Kelebihan Teknik Sosiodrama**

Teknik sosiodrama memiliki beberapa kelebihan. Djamarah (2010: 89-90) menyatakan tentang beberapa kelebihan teknik sosiodrama yaitu:

- 1) Siswa melatih dirinya untuk melatih, memahami dan mengingat isi bahan yang akan diramalkan.
- 2) Siswa akan terlatih untuk berinisiatif dan berkreasi. Pada waktu main drama para pemain dituntut untuk mengemukakan pendapatnya sesuai dengan waktu yang tersedia.
- 3) Bakat yang terdapat pada siswa dapat dipupuk sehingga dimungkinkan akan muncul atau akan tumbuh bibit seni drama dari sekolah. Jika seni drama dibina dengan baik kemungkinan besar mereka akan menjadi pemain yang baik kelak.
- 4) Kerja sama antar pemain dapat ditumbuhkan dan dibina dengan sebaik-baiknya.
- 5) Siswa memperoleh kebiasaan untuk menerima dan membagi tanggung jawab dengan sesamanya.
- 6) Bahasa lisan siswa dapat dibina menjadi bahasa yang baik agar mudah dipahami oleh orang lain.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa diantara kelebihan sosiodrama yaitu siswa dapat terlatih untuk memahami sesuatu baik peran yang hendak ia mainkan, maupun memahami situasi masalah yang sedang dihadapinya serta memahami perasaan orang lain. Selain itu sosiodrama dapat meningkatkan kreativitas dan bakat siswa. Sosiodrama juga dapat meningkatkan rasa kebersamaan melalui kerja sama, meningkatkan rasa tanggung jawab dan meningkatkan kemampuan dalam berkomunikasi.

**e. Kelemahan Teknik Sosiodrama**

Adapun selain kelebihan, teknik sosiodrama juga memiliki kelemahan. Djamarah (2010: 90) menyatakan bahwa terdapat beberapa kelemahan dalam teknik sosiodrama seperti:

- 1) Sebagian besar anak yang tidak ikut bermain drama mereka menjadi kurang kreatif
- 2) Banyak memakan waktu, baik waktu persiapan dalam rangka pemahaman isi bahan pelajaran maupun pada pelaksanaan pertunjukan
- 3) Memerlukan tempat yang cukup luas, jika tempat bermain sempit menjadi kurang bebas.
- 4) Sering kelas lain terganggu oleh suara pemain dan para penonton yang kadang-kadang bertepuk tangan dan sebagainya.

Praktek sosiodrama memiliki beberapa kelemahan yaitu terdapat beberapa siswa yang hanya akan menjadi penonton atau tidak berpartisipasi dalam bermain peran maka ia akan menjadi kurang kreatif. Selain itu teknik ini akan memakan waktu yang cukup lama dalam pelaksanaan maupun persiapan dan membutuhkan tempat yang cukup luas agar pelaksanaan sosiodrama dapat berjalan dengan lancar. Terakhir, sosiodrama dapat mengganggu ketenangan lingkungan sekolah di sekitar karena suara para pemain maupun penonton.

#### **f. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama**

Sosiodrama dapat diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok sebagaimana yang dinyatakan oleh Tohirin bahwa “sosiodrama dapat digunakan sebagai salah satu cara dalam bimbingan kelompok” (Tohirin, 2007: 293). Begitu juga Nurihsan (2005: 17) bahwa “kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan sosiodrama, diskusi panel dan teknik lainnya yang berkaitan dengan kegiatan kelompok”. Selain itu bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dengan teknik sosiodrama yaitu karena dalam bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok maka diharapkan siswa akan berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok sehingga siswa akan terlatih agar mampu berpendapat dan tampil di depan kelas tanpa ragu, malu dan rasa takut.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki beberapa teknik salah satunya yaitu teknik sosiodrama (bermain peran). Teknik sosiodrama merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok melalui bermain peran dengan tujuan untuk memecahkan masalah siswa khususnya masalah sosial.

Melalui teknik sosiodrama siswa akan memainkan salah satu peran tertentu sesuai dengan situasi masalah yang hendak diselesaikan. Pemecahan masalah siswa diperoleh melalui penghayatan peran tentang situasi masalah yang sedang dihadapinya. Adapun langkah-langkah dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama adalah:

##### **1) Tahap I Pembentukan**

Pada tahap ini merupakan tahap untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok dimana kegiatan yang dilaksanakan meliputi:

- a) Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan kelompok.
- b) Menjelaskan cara-cara dan azas-azas kegiatan kelompok.
- c) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri.
- d) Teknik khusus.
- e) Permainan penghangatan/pengakraban. (Prayitno, 2017: 151)

## 2) Tahap II Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan tentang:

- a) Kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- b) Menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap ketiga).
- c) Membahas suasana yang terjadi.
- f) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota. Kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan). (Prayitno, 2017: 152)

## 3) Tahap III Kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari pelaksanaan layanan dimana para anggota kelompok memainkan perannya masing-masing, saling berinteraksi kemudian saling bertukar pendapat dan berbagi pengalaman secara terbuka tentang perasaannya masing-masing pada saat itu. Materi pembahasan adalah materi tentang apa yang sedang dibutuhkan oleh anggota kelompok pada saat itu. Materi dapat berasal dari pemimpin kelompok (kelompok tugas) maupun materi dari anggota kelompok.

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan meliputi:

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok.
- b) Tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok.
- c) Anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas.
- d) Kegiatan selingan. (Prayitno, 2017: 154)

Pada tahap ini dilaksanakan sosiodrama dengan langkah sebagai berikut:

- a) Menentukan judul dan garis besar cerita yang akan didramatisasikan.
- b) Membuat skenario sosiodrama.
- c) Menjelaskan judul dan garis besar permasalahan kepada anggota kelompok.
- d) Memilih siswa yang akan memainkan peran dan siswa yang menjadi kelompok penonton.
- e) Melaksanakan sosiodrama
- f) Menghentikan sosiodrama pada saat situasi sedang memuncak dan kemudian membuka diskusi umum.
- g) Ulangan permainan. (Aini & Nursalim, 2012: 88 )

#### 4) Tahap IV Penyimpulan

Pada tahap penyimpulan ini pemimpin kelompok meminta anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan. pemimpin kelompok juga meminta anggota untuk mengemukakan pesan dan harapan. (Prayitno, 2017: 156)

#### 5) Tahap V Pengakhiran

Pada tahap ini pemimpin kelompok membahas kegiatan lanjutan. Selanjutnya kelompok mengakhiri kegiatan. (Prayitno, 2017: 157)

### **C. Keterkaitan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama dengan Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa**

Kepercayaan diri yang tinggi pada diri siswa akan mengantarkannya menjadi individu yang mandiri, bertanggung jawab dan mampu mengaktualisasikan dirinya sehingga siswa akan mudah untuk meraih kesuksesan dalam hidupnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Gunawan (dalam Suwarjo dan Eliasa, 2011: 75) bahwa:

Kepercayaan diri sangat mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam menata dan menyongsong masa depan. Kepercayaan diri yang tinggi akan mendorong fisik dan psikis dalam mengambil keputusan yang sangat berharga bagi kehidupan manusia itu sendiri.



Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri yang tinggi akan menentukan pencapaian keberhasilan dan kesuksesan dalam hidup seseorang dengan begitu kepercayaan diri perlu dipupuk agar menjadi rasa percaya diri yang tinggi dan positif. Keberhasilan siswa dalam pencapaian prestasi belajar yang baik akan diperoleh jika siswa memiliki rasa percaya diri yang tinggi dalam proses belajar serta bergaul dengan teman sebaya dan aktif serta tanggap dengan materi pelajaran dalam proses belajar mengajar.

Berbagai cara dapat dilakukan oleh guru dalam membangun kepercayaan diri siswa yaitu “melalui berbagai bentuk kegiatan, seperti memupuk keberanian dalam bertanya, peran aktif guru terhadap siswa, latihan diskusi, berlomba dalam pencapaian prestasi serta belajar bercerita di depan kelas” (Rahayu, 2013:76). Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa salah satu cara yang dapat dilakukan oleh guru BK untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa yaitu dengan memupuk keberanian dalam bertanya dan latihan berpendapat dimana hal ini dapat dilakukan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok. Kegiatan latihan diskusi dan memupuk keberanian siswa ini dapat dilakukan melalui praktik sosiodrama dimana dilaksanakan dengan *setting* kegiatan belajar mengajar di kelas. Hal ini dilakukan agar siswa dapat melatih kemampuannya dalam berbicara dan berpendapat dalam kegiatan diskusi dan belajar di kelas.

Kepercayaan diri terbagi menjadi beberapa jenis sebagaimana yang dikemukakan oleh Angelis (2000: 58-59) yaitu:

- a) Berkenaan dengan tingkah laku  
Adalah kepercayaan diri anda untuk bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas anda, baik tugas-tugas paling sederhana, seperti membayar tagihan tepat waktu, hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
- b) Berkenaan dengan emosi  
Adalah kepercayaan diri anda untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi. Untuk memahami segala yang anda rasakan, menggunakan emosi untuk melakukan pilihan yang tepat, melindungi diri dari sakit hati, atau mengetahui cara bergaul yang sehat dan langgeng.

c) Bersifat spiritual

Merupakan kepercayaan diri yang terpenting dari ketiganya, seperti keyakinan anda pada takdir dan semesta alam, keyakinan bahwa hidup ini memiliki tujuan yang positif, bahwa keberadaan anda punya makna, dan ada tujuan tertentu dari hidup anda yang 70, 80, atau 90 tahun di planet ini.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri berkenaan dengan tingkah laku dan emosi dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan salah satunya melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Hal ini dapat dilakukan dengan latihan berdiskusi, tanya jawab dan mendramatisasikan tingkah laku untuk meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu Tohirin (2007: 290) menyatakan bahwa “beberapa jenis metode bimbingan kelompok yang bisa diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok adalah program *homeroom*, karyawisata, diskusi kelompok, kegiatan kelompok, organisasi siswa, sosiodrama, psikodrama dan pengajaran remedial”.

Berdasarkan hal tersebut maka dapat diketahui bahwa sosiodrama dapat diterapkan dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok. Selanjutnya Tohirin (2007: 293) juga berpendapat tentang sosiodrama bahwa:

Sosiodrama merupakan suatu cara membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Sesuai namanya, masalah-masalah yang didramakan adalah masalah-masalah sosial. Metode ini dilakukan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama, individu akan memerankan suatu peran tertentu dari suatu situasi masalah sosial.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat menjadi sarana untuk melatih kepercayaan diri siswa yaitu melalui praktek langsung dengan bermain peran sesuai skenario. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama akan melatih siswa dalam berpendapat, tampil di depan kelas dan memberikan tanggapan dalam proses belajar mengajar, dengan begitu siswa akan terlatih untuk berpendapat dan tampil di depan kelas sehingga kepercayaan dirinya akan meningkat.

Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama memiliki tujuan salah satunya yaitu mengatasi masalah kepercayaan diri siswa dalam situasi belajar melalui praktek langsung dengan mendramatisasikan situasi sesuai dengan kenyataan, dengan begitu siswa akan mampu memahami dan menghayati peran yang ia mainkan melalui eksplorasi perilaku sesuai peran yang ia mainkan. Selain itu siswa yang semula pemalu dan takut untuk berpendapat dan tampil di depan kelas akan mampu untuk berpendapat dan tampil di depan kelas dengan percaya diri.

Hal ini diperkuat oleh pendapat Sobur (2003: 521) mengenai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya yaitu "*role you play-role taking* dimana bermain peran akan mempengaruhi konsep diri seseorang, adanya aspek peran yang kita mainkan sedikit banyak akan mempengaruhi konsep diri kita. Permainan peran inilah yang merupakan awal dari pengembangan konsep diri".

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh konsep diri dimana dapat dikembangkan melalui permainan peran. Aspek peran yang dimainkan oleh seseorang akan mempengaruhi konsep dirinya. Permainan peran akan mengembangkan konsep diri seseorang yaitu bagaimana ia memandang tentang dirinya melalui peran yang ia mainkan.

Pendapat ini diperkuat dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Naqiyah (2013, p. 9-10) dimana dalam hasil penelitian dinyatakan bahwa:

Siswa yang telah melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama mengaku mampu meningkatkan rasa percaya dirinya. Siswa lebih percaya diri untuk mengemukakan pendapat, berkomunikasi dengan orang yang belum dikenalnya, menampilkan bakat dan kemampuannya, serta menyelesaikan masalahnya. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, siswa dapat melaksanakan bimbingan kelompok dari awal sampai akhir dengan baik. Berdasarkan pelaksanaan bimbingan kelompok teknik sosiodrama siswa berani untuk mengemukakan pendapat, bertanya jika mereka tidak mengerti, memberikan umpan balik saat proses bimbingan kelompok, antusias mengikuti bimbingan kelompok, dan mampu menyampaikan pesan dan kesan dari kegiatan bimbingan kelompok ini.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa sebab melalui sosiodrama siswa dapat memahami cara penyelesaian masalah. Hal ini sesuai pendapat Sukardi (dalam Naqiyah, 2013, p.14) tentang tujuan dan manfaat dari sosiodrama salah satunya adalah “menambah serta memperkaya pengalaman siswa untuk dapat menghayati tentang sesuatu yang dipikirkan, dirasakan atau diinginkannya dalam situasi-situasi sosial tertentu”. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dipahami bahwa melalui sosiodrama siswa dapat menghayati peran serta keinginannya yaitu untuk dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya dengan begitu siswa akan dapat menentukan sikap dan tindakan yang harus ia lakukan agar dapat mewujudkan keinginannya. Selain itu siswa akan mampu memahami situasi sosial baik dirinya maupun orang lain yang akan menghantarkan siswa untuk dapat menentukan tindakan yang tepat dalam situasi sosial yang sedang ia hadapi.

Menurut Santrock (2003: 338) bahwa “ada dua sumber dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri yaitu hubungan dengan orang tua dan teman sebaya”. Berdasarkan hal tersebut maka teman sebaya memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri seseorang seperti dukungan dari teman sebaya dalam interaksi sosial. Dimana dukungan tersebut dapat berupa pengakuan, pujian ataupun penghargaan dimana hal ini dapat mendorong seseorang untuk yakin dan percaya terhadap dirinya sendiri. Dukungan tersebut terjadi dalam situasi interaksi sosial dimana hal ini dapat diterapkan melalui sosiodrama. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Santrock (dalam Prisnawati: 3) mengenai permainan sosiodrama yaitu “permainan yang melibatkan interaksi sosial dengan teman-teman sebaya”. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dipahami bahwa interaksi sosial dengan teman sebaya dalam sosiodrama dapat mempengaruhi kepercayaan diri. Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa.

#### **D. Kajian Penelitian yang Relevan**

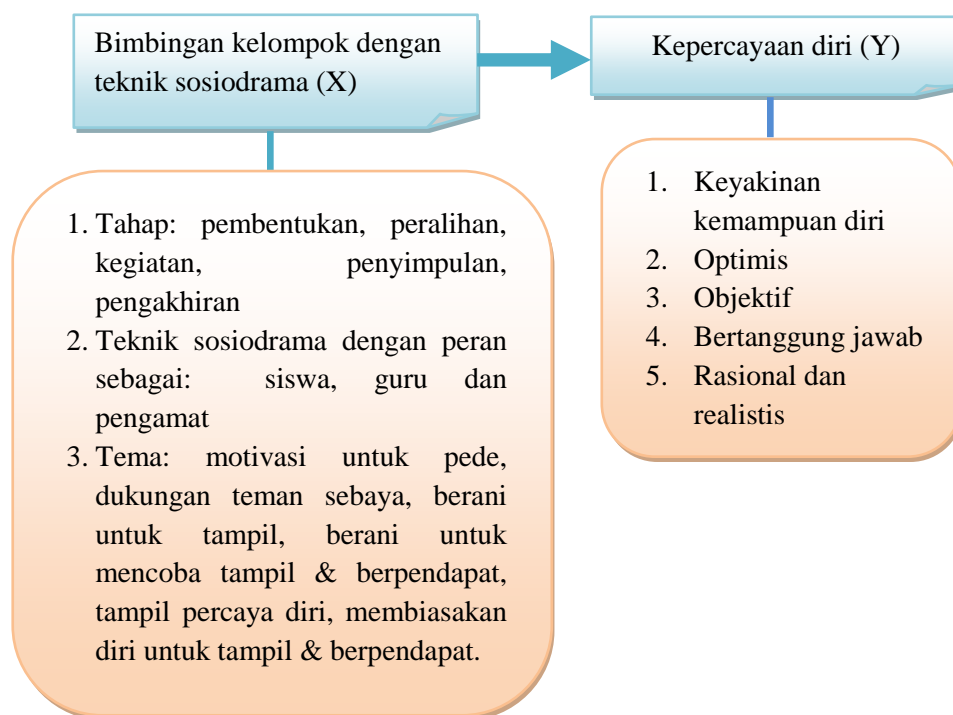
1. Penelitian yang dilakukan oleh Rita Sugiarti pada tahun 2017 dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Perilaku Menyontek Siswa Kelas XI SMAN 2 Sawahlunto”. Aspek yang diteliti yaitu kepercayaan diri dan perilaku menyontek siswa dalam rangka untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan perilaku menyontek siswa kelas XI SMAN 2 Sawahlunto. Hasil penelitian terkait dengan hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku menyontek terungkap bahwa antara kepercayaan diri dengan perilaku menyontek siswa SMAN 2 Sawahlunto terdapat hubungan yang signifikan. Hal ini berarti bahwa kepercayaan diri menentukan perilaku menyontek siswa. Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan penulis yaitu salah satu variabel kedua penelitian sama yaitu kepercayaan diri serta persamaannya terdapat pada metode penelitian yaitu metode dengan pendekatan kuantitatif. Sedangkan perbedaannya yaitu terdapat pada jenis penelitian dimana jenis penelitian yang penulis gunakan yaitu eksperimen sedangkan pada penelitian relevan menggunakan jenis penelitian korelasi.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Khotimah pada tahun 2016 dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Islam terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII di MTs Muhammadiyah Batusangkar”. Aspek yang diteliti yaitu layanan konseling islam dan kepercayaan diri siswa dalam rangka untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara layanan konseling islam terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan yaitu terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa setelah pelaksanaan layanan konseling islam. Adapun persamaan dari penelitian relevan ini dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu memiliki salah satu variabel yang sama yaitu kepercayaan diri serta memiliki persamaan pada metode penelitiannya yaitu kuantitatif dan jenis penelitian eksperimen. Sedangkan perbedaan penelitian

relevan ini dengan penelitian penulis yaitu pada variabel X dimana penelitian relevan memiliki variabel X layanan konseling islam sedangkan pada penelitian penulis memiliki variabel X yaitu bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Refliana pada tahun 2015 dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Interaksi Sosial Siswa Kelas VIII.1 di MTsN Pitalah Kecamatan Batipuh Kabupaten Tanah Datar”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keseluruhan siswa anggota bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama memiliki interaksi yang sangat baik, artinya bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh signifikan terhadap interaksi sosial siswa kelas VIII.1 di MTsN Pitalah kecamatan Batipuh kabupaten Tanah Datar”. Adapun persamaan dari penelitian relevan ini dengan penelitian penulis yaitu memiliki variabel X yang sama yaitu bimbingan kelompok teknik sosiodrama serta jenis penelitian eksperimen. Sedangkan perbedaannya yaitu terdapat pada variabel Y yaitu interaksi sosial dan kepercayaan diri serta pada penelitian relevan untuk melihat seberapa besar pengaruh variabel X terhadap variabel Y sedangkan pada penelitian penulis hanya untuk melihat adakah pengaruh variabel X terhadap peningkatan variabel Y.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Febi Ramayanti, Tri Umari dan Raja Arlizon pada tahun 2017 Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Sosiodrama terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Negeri 4 Pekanbaru TP 2016/2017”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh sosiodrama terhadap komunikasi interpersonal yaitu 42,8% pada kelompok eksperimen 1 dan 50,6% pada kelompok eksperimen 2 berada pada kategori kuat, sehingga sosiodrama memberi pengaruh positif terhadap komunikasi interpersonal siswa. Adapun persamaan dari penelitian

relevan ini dengan penelitian penulis yaitu memiliki variabel X yang sama yaitu sosiodrama serta jenis penelitian eksperimen. Sedangkan perbedaannya yaitu terdapat pada variabel Y yaitu komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri. Selain itu pada penelitian relevan yaitu untuk mengetahui bagaimana perbedaan siswa yang diberikan perlakuan sosiodrama dengan siswa yang tidak diberikan perlakuan sosiodrama di SMA Negeri 4 Pekanbaru ditinjau dari aspek keterbukaan, empati, sikap positif, sikap mendukung, dan kesetaraan. Sedangkan pada penelitian penulis untuk melihat pengaruh variabel X terhadap peningkatan variabel Y.

#### E. Kerangka Berpikir



#### Keterangan:

Berdasarkan kerangka berpikir di atas dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang terdiri dari lima tahap merupakan perlakuan (*treatment*) yang peneliti lakukan pada subjek penelitian yaitu sepuluh siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan yang

mempunyai kepercayaan diri rendah dan tinggi, yang pada akhirnya akan membantu siswa agar menjadi pribadi yang percaya diri yang memiliki lima aspek yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

Adapun peran yang akan dimainkan dalam sosiodrama yaitu sebagai siswa, guru dan pengamat. Setiap *treatment* memiliki tema berbeda-beda yaitu motivasi untuk pede, dukungan teman sebaya, berani untuk tampil, berani untuk mencoba tampil & berpendapat, tampil percaya diri, membiasakan diri untuk tampil & berpendapat.

#### **F. Hipotesis**

Berdasarkan pemaparan teoritik di atas, maka rumusan hipotesis atau dugaan sementara pada penelitian ini adalah:

Ha: bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ).

Ho: bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tidak berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan ( $t_{hitung} < t_{tabel}$ ).



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya, maka metode penelitian yang akan dipakai yaitu metode penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Menurut Soekamto (dalam Halim, 2011: 166) ”penelitian eksperimen adalah bentuk penelitian yang dilakukan melalui percobaan, yakni antara kelompok yang diberi perlakuan (*treatment*) dengan kelompok lain sebagai kelompok kontrol, maka hasilnya pun diharapkan merupakan akibat dari percobaan tersebut”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan melakukan uji coba yaitu antara kelompok yang diberikan *treatment* dan kelompok kontrol, dimana hasil penelitian akan menghasilkan perbedaan akibat dari *treatment* tersebut.

Menurut Kasiram (2008: 211) penelitian eksperimen adalah “model penelitian dimana peneliti memanipulasi suatu stimuli atau kondisi, kemudian mengobservasi pengaruh atau akibat dari perubahan stimuli atau kondisi tersebut pada obyek yang dikenai stimuli atau kondisi tersebut”. Artinya penelitian eksperimen merupakan penelitian dimana peneliti melakukan manipulasi kemudian menilai perubahan yang terjadi akibat manipulasi tersebut.

Sedangkan menurut Bungin (2005: 58) penelitian eksperimen yaitu apabila penelitian bertujuan meramalkan dan menjelaskan hal-hal yang terjadi atau yang akan terjadi di antara variabel-variabel tertentu melalui upaya manipulasi atau pengontrolan variabel-variabel tersebut atau hubungan di antara mereka, agar ditemukan hubungan, pengaruh, atau perbedaan salah satu atau lebih variabel. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh yang terjadi

pada variabel-variabel tertentu setelah dilakukan manipulasi terhadap variabel tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan memberikan *treatment* atau perlakuan tertentu terhadap salah satu variabel penelitian, untuk memunculkan suatu kejadian atau keadaan yang akan diteliti. Artinya dalam penelitian ini memberikan pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Selain itu juga dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk melihat sejauh mana variabel bebas (*treatment*) memberikan pengaruh terhadap variabel terikat.

Peneliti dalam penelitian eksperimen menyusun variabel yang menyatakan bahwa adanya hubungan sebab akibat antar variabel. Variabel yang diteliti termasuk variabel bebas dan variabel terikat, dimana pada penelitian ini variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dan variabel terikat adalah kepercayaan diri siswa. Apakah benar bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa. Penelitian eksperimen ini akan melihat seberapa besar variabel bebas (bimbingan kelompok teknik sosiodrama) memberikan pengaruh terhadap variabel terikat (kepercayaan diri).

## **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Adapun waktu penelitian ini yaitu September 2017 – Juli 2018. Tempat penelitian yaitu di SMAN 1 Rambatan.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Semua penelitian memiliki objek yang jelas untuk diteliti yang disebut populasi. Populasi merupakan objek atau subjek yang akan diteliti yang berada pada suatu wilayah. Menurut Arikunto (2002: 102) “populasi merupakan sekumpulan data yang menjadi penelitian dalam suatu ruang lingkup tertentu”. Artinya populasi merupakan data yang akan diteliti dalam ruang lingkup tertentu.

Pendapat di atas didukung oleh Sugiyono (2013: 80) yang menyatakan bahwa populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Adapun yang akan menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan.

*Tabel 3. 1*  
*Populasi*

No.	Lokal	Jumlah Siswa
1.	X. MIA. 1	22
2.	X. MIA. 2	24
3.	X. IIS. 1	25
4.	X. IIS. 2	26
<b>Jumlah</b>		<b>97</b>

Sumber: Dokumentasi SMAN 1 Rambatan

## 2. Sampel

Menurut Hanafi (2011: 101) sampel adalah “pengambilan sebagian populasi yang akan dijadikan sebagai sumber data yang dapat mewakili jumlah populasi yang ada”. Selanjutnya menurut Narbuko dan Achmadi (2015:107) sampel yang baik adalah “sampel yang memiliki populasi atau yang representatif artinya yang menggambarkan keadaan populasi atau mencerminkan populasi secara maksimal tetapi walaupun mewakili sampel bukan merupakan duplikat dari populasi”. Pendapat tersebut menjelaskan bahwa karena populasi jumlahnya terlalu besar dan tidak memungkinkan bagi calon peneliti untuk menelitinya secara bersamaan, maka perlu untuk diambil perwakilan dari populasi yang akan dijadikan objek penelitian, atau yang disebut dengan sampel.

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Nasution (2006: 98) *purposive*

*sampling* yaitu “dilakukan dengan mengambil orang-orang yang terpilih betul oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu”. Sedangkan menurut Sugiyono (2013: 85) dimana *sampling purposive* adalah “teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Misalnya akan melakukan penelitian tentang kualitas makanan, maka sampel sumber datanya adalah orang yang ahli makanan, atau penelitian tentang kondisi politik suatu daerah, maka sampel sumber datanya adalah orang yang ahli politik”. Artinya teknik *purposive sampling* ini digunakan dengan cara pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yaitu sampel yang memenuhi kriteria tentang apa yang akan diteliti. Kriteria tersebut yaitu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah yang diketahui dari hasil pengolahan skala kepercayaan diri pada 97 orang siswa. Dimana dari hasil skala diketahui 10 orang siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah akan menjadi sampel penelitian dan selanjutnya diberikan *treatment* berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama (hasil skala lengkap terlampir).

#### **D. Pengembangan Instrumen**

Instrumen penilaian yang digunakan untuk mengukur objek yang akan dinilai baik tes maupun non tes harus memiliki bukti validitas dan reliabilitas. Dari sinilah peneliti dapat mengetahui apakah data yang didapatkan dapat dipercaya atau tidak. Berikut penjelasan mengenai validitas dan reliabilitas tersebut.

##### **1. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

###### **a. Validitas**

Sukardi (2010: 121) mengungkapkan bahwa “suatu instrumen dikatakan valid jika instrumen yang digunakan dapat mengukur apa yang hendak diukur”. Selanjutnya menurut Arifin (2011: 245) “validitas adalah suatu derajat ketetapan instrumen (alat ukur), maksudnya apakah instrumen yang digunakan betul-betul tepat untuk mengukur apa yang hendak diukur”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa

validitas instrumen merupakan ketepatan instrumen untuk mengukur apa yang akan diukur.

Instrumen yang valid harus mempunyai validitas internal, yang dimaksud dengan validitas internal yaitu:

Pada dasarnya validitas internal adalah masalah pengendalian, yaitu sejauh mana peneliti berhasil mengendalikan ubahan-ubahan sehingga tumbuh keyakinan bahwa perbedaan atau pengaruh yang terungkap dari penelitian tersebut benar-benar disebabkan oleh perlakuan atau faktor yang dieksperimentkan. (Hanafi, 2011: 167)

Ada beberapa macam validitas internal yaitu:

1) Validitas konstruk

Validitas konstruk menunjukkan suatu tes mengukur sebuah konstruk sementara (Sukardi, 2010: 123). Validitas konstruk dilakukan dengan cara meminta penilaian dari ahli setelah kisi-kisi angket dibuat dengan berlandaskan pada teori. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Sugiyono (2013:125) bahwa:

Untuk menguji validitas konstruk, dapat digunakan pendapat ahli (*judgment experts*). Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli. Para ahli diminta pendapatnya tentang instrumen yang telah disusun itu. Mungkin para ahli akan memberikan keputusan: instrumen dapat digunakan tanpa perbaikan, ada perbaikan dan mungkin dirombak total.

2) Validitas isi

Validitas isi adalah derajat dimana sebuah tes mengukur cakupan substansi yang ingin diukur. Validitas isi mencakup hal-hal yang berkaitan dengan apakah bunyi item-item menggambarkan apa yang hendak diukur. (Sukardi,

2010: 123). Artinya validitas isi dapat dilihat berdasarkan bunyi item apakah sesuai dengan apa yang ingin diukur.

Selanjutnya menurut Kerlinger (dalam Hanafi, 2011: 117) bahwa:

Validitas suatu instrumen dapat dilihat dari bentuk (konstruk) patokan (kriteria), dan isi. Untuk mendapatkan validitas isi yang baik, penyusunan instrumen perlu memperhatikan hal-hal; (1) rumuskan tujuan dengan jelas, (2) arahkan kisi-kisi pada tujuan, (3) mengembangkan ruang lingkup lebih mendetail, (4) memilih tipe item, (5) menyusun item dan instrumen, (6) mereview instrumen, (7) menganalisis hasil uji coba, (8) revisi instrumen.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa untuk melihat validitas isi yaitu dengan merumuskan tujuan dan mengarahkan kisi-kisi sesuai tujuan. Selanjutnya mengembangkan ruang lingkup dan memilih tipe item. Selanjutnya menyusun item dan instrumen dan mereviewnya serta menganalisis hasil uji coba dan merevisi instrumen.

### 3) Validitas Item

Penyusunan skala, item yang tidak memperlihatkan kualitas yang baik atau tidak valid secara statistik harus disingkirkan atau direvisi terlebih dahulu sebelum dapat dijadikan bagian dari skala. Setelah direvisi item-item yang valid maka dapat dijadikan skala.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa terdapat tiga macam validitas internal yaitu validitas konstruk, validitas isi dan validitas item. Adapun validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstruk dan validitas isi. Validitas isi merupakan ketepatan bunyi dari setiap item apakah sudah benar-benar dapat

mengukur apa yang hendak di teliti. Validitas isi dilakukan dengan cara membuat kisi-kisi skala.

**Tabel 3. 2**  
**Kisi-kisi Instrumen Penelitian Kepercayaan Diri**

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No Item		Jlh
			+	-	
Kepercayaan Diri	Memiliki Keyakinan akan kemampuan diri	1. Berpandangan positif	1, 2	3, 4	4
		2. Mampu mengendalikan diri	5, 6	7, 8	4
		3. Memiliki tingkat motivasi diri yang tinggi	9, 10	11, 12	4
		4. Memiliki kemampuan yang besar dalam menghadapi hambatan dan tekun dalam berusaha	13, 14	15, 16	4
	Optimis	1. Berusaha menggapai pengharapan dengan pemikiran yang positif	17, 18	19, 20	4
		2. Yakin akan kelebihan yang dimiliki	21, 22	23, 24	4
		3. Bekerja keras menghadapi stres dan tantangan	25, 26	27, 28	4
		4. Berdoa dan yakin bahwa keberhasilan dipengaruhi oleh banyak faktor	29, 30	31, 32	4
	Objektif	1. Mampu memandang sesuatu sesuai keadaan sebenarnya bukan menurut kebenaran pribadi	33, 34	35, 36	4
		2. Mampu menghargai dan menerima pendapat orang lain	37, 38	39, 40	4
	Bertanggung jawab	1. Kemampuan mengemban tugas dan kewajiban	41, 42	43, 44	4

		2. Berani menanggung resiko/tidak mencari alasan ketika berbuat kesalahan	45, 46	47, 48	4
	Rasional dan Realistis	1. Menganalisis dan memecahkan masalah dengan akal sehat	49, 50	51, 52	4
		2. Mengambil keputusan dengan mempertimbangkan fakta dan akal sehat	53	55	2
Jumlah					<b>54</b>

Selanjutnya untuk menguji validitas konstruk peneliti meminta penilaian dari ahli setelah kisi-kisi angket dibuat yaitu Bapak Dasril, S.Ag., M.Pd. Adapun hasil uji validitas instrumen skala kepercayaan diri dengan ahli dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 3. 3**  
**Hasil Validitas Konstruk Skala Kepercayaan Diri**  
**pada Siswa Kelas X SMAN 1 Rambatan**

No Item	Penilaian	No Item	Penilaian
1	Valid tanpa revisi	29	Valid tanpa revisi
2	Valid tanpa revisi	30	Valid dengan revisi
3	Valid tanpa revisi	31	Valid tanpa revisi
4	Valid tanpa revisi	32	Valid tanpa revisi
5	Valid dengan revisi	33	Valid tanpa revisi
6	Valid tanpa revisi	34	Valid tanpa revisi
7	Valid tanpa revisi	35	Valid tanpa revisi
8	Valid dengan revisi	36	Valid tanpa revisi
9	Valid tanpa revisi	37	Valid tanpa revisi
10	Valid tanpa revisi	38	Valid tanpa revisi
11	Valid tanpa revisi	39	Valid tanpa revisi
12	Valid tanpa revisi	40	Valid tanpa revisi
13	Valid tanpa revisi	41	Valid tanpa revisi



14	Valid tanpa revisi	42	Valid tanpa revisi
15	Valid tanpa revisi	43	Valid tanpa revisi
16	Valid tanpa revisi	44	Valid tanpa revisi
17	Valid tanpa revisi	45	Valid tanpa revisi
18	Valid tanpa revisi	46	Valid tanpa revisi
19	Valid tanpa revisi	47	Valid tanpa revisi
20	Valid tanpa revisi	48	Valid tanpa revisi
21	Valid tanpa revisi	49	Valid tanpa revisi
22	Valid tanpa revisi	50	Valid tanpa revisi
23	Valid tanpa revisi	51	Valid tanpa revisi
24	Valid tanpa revisi	52	Valid tanpa revisi
25	Valid tanpa revisi	53	Valid tanpa revisi
26	Valid tanpa revisi	55	Valid tanpa revisi
27	Valid tanpa revisi		
28	Valid tanpa revisi		

#### b. Reliabilitas

Menurut Arifin (2011: 248) “reliabilitas adalah derajat konsistensi instrumen yang bersangkutan. Reliabilitas berkaitan dengan pertanyaan, apakah suatu instrumen dapat dipercaya sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan”. Hal ini berarti suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika selalu memberikan hasil yang sama pada waktu atau kesempatan yang berbeda. Sedangkan menurut Sudaryono (2013: 120) “reliabilitas adalah hasil ukur berkaitan erat dengan eror dalam pengambilan sampel yang mengacu pada inkonsistensi hasil ukur apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok yang berbeda”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa instrumen dikatakan reliabel apabila instrumen diujicobakan pada kelompok berbeda maka akan memberikan hasil yang sama atau relatif sama.

Untuk menentukan reliabilitas suatu instrument dapat dilakukan dengan berbagai cara sebagai berikut:

1) Metode Belah Dua (*split-half method*)

Menurut Yusuf (2014: 243) berdasarkan pelaksanaannya “suatu instrument diberikan kepada sekelompok responden, kemudian skor yang didapat masing-masing individu dibagi menjadi dua”. Artinya semua nomor genap dijumlahkan skornya, demikian juga untuk nomor ganjil, sehingga seorang responden mendapatkan dua kelompok nilai. Selanjutnya cari korelasi dari kedua kelompok untuk masing-masing responden.

2) Metode Ulangan (*test-retest*)

Menurut Yusuf (2014: 247) Metode ulangan ialah “dengan memberikan instrument yang sama kepada sejumlah subjek yang sama pada waktu yang berbeda, tetapi dalam kondisi pengukuran yang relatif sama”.

3) Metode Bentuk Paralel (*parallel form reliability*)

Teknik ini membutuhkan dua set atau dua bentuk format instrument. Kedua bentuk instrument itu seimbang. Adapun cara yang penulis gunakan untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini adalah menggunakan program SPSS 20 dengan teknik *Alpha Cronbach*. Siregar (2013: 86) menyatakan bahwa “instrumen dapat dikatakan reliabel bila memiliki koefisien reliabilitas  $> 0.6$ , menggunakan *Alpha Cronbach*”.

Adapun dalam penelitian ini penulis menggunakan metode bentuk ulangan (*test-retest*) dengan menggunakan program SPSS 20 teknik *Alpha Cronbach*. Adapun hasil uji reliabilitas instrumen kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. 4**  
**Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri**

<i>Reliability Statistics</i>	
Cronbach's Alpha	N of Items
,864	54

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa hasil perhitungan reliabilitas menggunakan SPSS 20 adalah 0,864. Hal ini berarti bahwa instrumen tersebut reliabel dan terpercaya sebagai alat pengumpul data penelitian.

### E. Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Experimental Design* dengan tipe *One group pretest-posttest*, artinya hanya kelompok eksperimen saja yang akan diukur berdasarkan dari *treatment* yang diberikan, pelaksanaannya dengan cara memberikan *pre-test* terlebih dahulu sebelum diberikan tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan yang diberikan terhadap siswa setelah ini baru diberikan *post-test* untuk mengukur seberapa besar pengaruh yang muncul setelah diberikan *treatment*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. 5**  
**Model Desain Pre-Eksperimen**

<i>Pre-Test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-Test</i>
<b>O<sub>1</sub></b>	<b>X</b>	<b>O<sub>2</sub></b>

Maksud dari tabel di atas adalah peneliti akan melakukan pengukuran pada subjek penelitian (O<sub>1</sub>) untuk diberikan *pre-test* sebelum diberikan perlakuan atau *treatment* (X), kemudian memberikan *treatment*, dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi *post-test* (O<sub>2</sub>). Peneliti kemudian membandingkan O<sub>1</sub> dan O<sub>2</sub> untuk melihat seberapa perbandingan yang timbul.

Perbandingan ini dilakukan dengan cara menganalisis hasil *pre-test* dan *post-test* untuk melihat seberapa besar pengaruh layanan bimbingan kelompok

terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Secara umum langkah-langkah dalam penelitian eksperimen adalah:

1. Menetapkan sampel penelitian
2. Melakukan *pre-test*, yaitu memberika tes berupa pertanyaan tentang kepercayaan diri sebelum dilakukannya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa.
3. Melakukan *treatment* dengan memberikan perlakuan pada subjek penelitian yaitu pemberian layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Myrick mengatakan bahwa, “untuk penelitian eksperimen, seorang peneliti memberikan *treatment* maksimal 6 kali pertemuan dengan durasi 45-50 menit” (2003: 222-223). Penelitian ini peneliti memberikan layanan sebanyak 6 kali pertemuan dengan durasi 40-60 menit.
4. Memberikan *post-test* pada subjek setelah diberikan perlakuan, dengan mengulang pelaksanaan tes dengan memberikan skala yang sama dengan tes awal terhadap subjek penelitian, dengan tujuan untuk membandingkan hasil tes pertama dengan tes kedua untuk melihat apakah ada peningkatan skor atau tidak.

#### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Pada suatu penelitian banyak cara yang dapat dilakukan untuk memperoleh data. Pada penelitian ini, instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah pernyataan dalam bentuk skala yaitu skala kepercayaan diri. Penilaian skor untuk kepercayaan diri siswa dalam belajar ini diukur dengan menggunakan model skala *Likert*.

Jawaban pada setiap item instrumen yang menggunakan skala *Likert* mempunyai gradasi yaitu bentuk positif (internal) dan bentuk negatif (eksternal). Peneliti memilih skala *Likert* dalam penelitian ini karena peneliti ingin melihat kondisi kepercayaan diri siswa dalam belajar, jawaban dari skala *Likert* memiliki alternatif jawaban berupa “Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD),

Jarang (JR) dan Tidak pernah (TP)” (Sugiyono, 2013: 93-94). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. 6**  
**Skor Skala *Likert***

<b>Alternatif Jawaban</b>	<b>Item Positif</b>	<b>Item Negatif</b>
Selalu (SL)	5	1
Sering (SR)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Jarang (JR)	2	4
Tidak pernah (TP)	1	5

1. Skor maksimum  $5 \times 54 = 270$

Keterangan: skor maksimum nilai tertinggi adalah 5, jadi 5 dikalikan dengan jumlah skala keseluruhan yang berjumlah 54 item dan hasilnya 270.

2. Skor minimum  $1 \times 54 = 54$

Keterangan: skor minimum nilai tertinggi adalah 1, jadi 1 dikalikan dengan jumlah skala keseluruhan yang berjumlah 54 item dan hasilnya 54.

3. Rentang  $270 - 54 = 216$

Keterangan: rentang diperoleh dari jumlah skor maksimum dikurangi dengan jumlah item skala.

4. Banyak kriteria adalah 5 tingkatan yang di interpretasi data dengan menggunakan kategori (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah).

5. Panjang kelas interval  $216 : 5 = 43.2$

Keterangan: panjang kelas interval diperoleh dari hasil rentang dibagi dengan banyaknya kriteria.

Klasifikasi skor kepercayaan diri siswa adalah sebagai berikut :

**Tabel 3. 7**  
**Rentangan Skor Kepercayaan Diri Siswa**

<b>No</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategori</b>
1.	226.8 – 270	Sangat tinggi

2.	183.6 – 225.8	Tinggi
3.	140.4 – 182.6	Sedang
4.	97.2 – 139.4	Rendah
5.	54 – 96.2	Sangat rendah

### G. Teknik Analisis Data

Analisis data dari hasil pengumpulan data sangat penting dalam penyelesaian kegiatan penelitian ilmiah, sebab jika tidak diolah maka akan menjadi data yang mati (Kasiram, 2008: 119). Analisis data penting dilakukan agar data memiliki makna.

Menurut Arikunto (2006: 309), teknik analisis data merupakan “suatu cara yang digunakan untuk mengolah data hasil penelitian guna memperoleh suatu kesimpulan”. Data yang terkumpul akan dianalisa menggunakan uji t (t-tes). Pada pengujian ini t-test digunakan untuk menguji perbedaan kedua nilai tersebut secara signifikan.

Menurut Seniasi, *et.al*, (2005: 119) teknik analisis data dilakukan dengan cara membandingkan hasil rerata *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dengan memakai metode statistik sehingga nantinya mendapatkan kesimpulannya yaitu dengan uji-t. Seniasi, *et.al* menyatakan “untuk melihat perbedaan antara *pre-test* ( $O_1$ ) dengan *post-test* ( $O_2$ ) dapat digunakan analisis statistik dengan *correlated data t-test/paired sample t-test*”.

Menurut Sudijono (2005: 144) langkah-langkah analisis data adalah:

- a. Mencari D (*Difference*) variabel X dan variabel Y.
- b. Mencari *Mean* dan *Difference*.
- c. Menghitung perbedaan rerata dengan uji-t dengan rumus sebagai berikut:

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

Keterangan:

$M_D$  = Mean of *difference*.

$SD_D$  = Mean *deviasi standart* dari *difference*.

$SE_{MD}$  = Standar *error* kedua mean of *differnce*.

Harga  $t$  hitung dibandingkan dengan harga kritik  $t$  pada tabel taraf signifikansi. Apabila  $t$  hitung ( $t_o$ ) besar nilainya dari  $t$  tabel ( $t_t$ ), maka hipotesis nihil ( $h_o$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $h_a$ ) diterima. Artinya bimbingan kelompok teknik sosiodrama berpengaruh signifikan untuk meningkatkan kepercayaan diri. Tapi apabila harga  $t$  hitung ( $t_o$ ) kecil dari harga  $t$  tabel ( $t_t$ ) maka hipotesis nihil ( $h_o$ ) diterima dan hipotesis alternatif ( $h_a$ ) ditolak, artinya bimbingan kelompok teknik sosiodrama tidak berpengaruh signifikan untuk meningkatkan kepercayaan diri.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pendahuluan**

Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk melihat pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Penelitian yang peneliti lakukan adalah untuk melihat adakah pengaruh bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan.

Mengawali kegiatan penelitian, maka peneliti melakukan *pretest* terlebih dahulu sebelum dilakukan tindakan sebanyak 6 kali kepada siswa dengan menyebarkan skala untuk mengungkap kepercayaan diri siswa pada kelas X. Setelah itu dilakukan *posttest* untuk melihat ada tidaknya perubahan setelah diberikan tindakan.

#### **B. Deskripsi Data**

##### **1. Deskripsi Data Hasil *PreTest***

Penelitian ini menggunakan model pra-eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*, peneliti melakukan dua kali pengukuran kepercayaan diri siswa, yaitu sebelum dilakukan bimbingan kelompok (*pretest*) dan sesudah dilakukan bimbingan kelompok (*posttest*). Dilakukan dengan cara mengaplikasikan skala kepercayaan diri kepada subjek penelitian, sehingga diperoleh hasil sesuai dengan skor dan klasifikasi kepercayaan diri siswa. Pada penelitian ini yang menjadi sampel penelitian peneliti yaitu 10 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yaitu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil pengolahan skala kepercayaan diri.



Berdasarkan data pengukuran tersebut diketahui dari pengolahan skala sebanyak 97 orang maka diambil 9 orang yang mempunyai kepercayaan diri rendah dan 1 orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi untuk dijadikan sampel penelitian agar terciptanya dinamika kelompok. Siswa yang menjadi fokus penelitian penulis paparkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4. 1**  
**Rekapitulasi Skor *Pretest* Siswa**  
**N=10**

No	Kode siswa	Kelas	Skor	Kategori
1	S	X MIA <sup>2</sup>	117	Rendah
2	SK	X IIS <sup>2</sup>	122	Rendah
3	AFP	X MIA <sup>1</sup>	121	Rendah
4	AD	X MIA <sup>1</sup>	141	Tinggi
5	WDBA	X IIS <sup>1</sup>	116	Rendah
6	AJJ	X IIS <sup>1</sup>	123	Rendah
7	AP	X ISS <sup>1</sup>	122	Rendah
8	VWI	X IIS <sup>2</sup>	119	Rendah
9	IN	X IIS <sup>2</sup>	115	Rendah
10	AA	X MIA <sup>2</sup>	120	Rendah
<b>Jumlah</b>			<b>1216</b>	<b>Rendah</b>
<b>Rata-rata</b>			<b>121.6</b>	

Klasifikasi skor untuk melihat kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa adalah sebagai berikut:

$$\text{Skor maximum} : 5 \times 54 = 270$$

$$\text{Skor minimum} : 1 \times 54 = 54$$

$$\text{Rentang skor} : 270 - 54 = 216$$

$$\text{Panjang kelas interval} : 216 : 5 = 43.2$$

Berdasarkan perolehan angka diatas maka dapat dilihat rentangan skor kepercayaan diri siswa pada tabel di bawah ini.

**Tabel 4. 2**  
**Rentangan Skor Kepercayaan Diri Siswa**  
**N= 54**

No	Skor	Kategori
1.	226.8 – 270	Sangat tinggi
2.	183.6 – 225.8	Tinggi
3.	140.4 – 182.6	Sedang
4.	97.2 – 139.4	Rendah
5.	54 – 96.2	Sangat rendah

Berdasarkan hasil pengolahan *pretest* yang peneliti lakukan didapatkan hasil bahwa rata-rata siswa memiliki kepercayaan diri rendah. Selanjutnya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dilakukan *treatment* dengan memberikan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

## 2. Pelaksanaan Layanan/*Treatment*

Pelaksanaan *treatment* yang peneliti berikan layanan bimbingan kelompok ada 10 orang, dimana bimbingan kelompok dilaksanakan menggunakan teknik sosiodrama dengan seting suasana belajar mengajar di kelas. *Treatment* yang peneliti berikan sebanyak 6 kali, dengan masing-masing pertemuan memiliki durasi empat puluh menit lebih hingga lima puluh menit. Setiap *treatment* yang peneliti berikan membahas tentang topik tugas yaitu topik yang berasal dari peneliti sebagai pemimpin kelompok. Bimbingan kelompok dilaksanakan menggunakan teknik sosiodrama dengan seting suasana belajar mengajar di kelas untuk melatih kepercayaan diri siswa agar mahu dan tidak ragu-ragu untuk berbicara dan berpendapat saat diskusi, berani untuk tampil di depan kelas sehingga siswa menjadi aktif saat diskusi kelas. Tiap-tiap *treatment* dilakukan dengan lima tahapan yaitu; a) tahap pembentukan, b) tahap peralihan, c) tahap kegiatan, d) tahap penyimpulan e) tahap pengakhiran sebagai berikut:

a. *Treatment 1*

Sebelum melakukan penelitian yaitu melaksanakan bimbingan kelompok, terlebih dahulu yang peneliti siapkan adalah membuat rancangan tentang bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini yang disebut dengan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL), RPL ini dibuat untuk membantu peneliti dalam pelaksanaan *treatment* agar apa yang peneliti lakukan bisa berjalan dengan lancar dan tujuan penelitian ini bisa tercapai. *Treatment* pertama ini pada hari Senin, 9 Juli 2018 jam 14.30-15.30 dilaksanakan di kelas X.MIPA.2 yang dihadiri oleh 10 orang anggota kelompok. Pada *treatment* ini peneliti melaksanakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dimana sebelum melaksanakan sosiodrama peneliti mengawali dengan bimbingan kelompok terlebih dahulu.

Pada *treatment* yang pertama ini, peneliti melakukan sebuah permainan yaitu tepuk konsentrasi, permainan ini diberikan agar anggota lebih akrab lagi dan aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan ini dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Pelaksanaan secara teknisnya dapat dilihat dari langkah-langkah sebagai berikut:

1) Tahap Pembentukan

Pada *treatment* ini peneliti melakukan pembentukan dalam kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan suasana yang akrab dan menciptakan dinamika kelompok dengan melibatkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah pada kegiatan kelompok. Kegiatan awal yang peneliti lakukan dalam bimbingan kelompok ini adalah membaca salam, berdo'a dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok yang telah hadir dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Suasana pada tahap awal ini masih belum akrab karena anggota kelompok belum begitu saling kenal satu sama lain, dan sebelumnya

anggota kelompok belum pernah melaksanakan bimbingan kelompok. Maka dari itu peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan azas dalam pelaksanaan bimbingan kelompok serta materi dan tata cara pelaksanaan bimbingan kelompok. Selanjutnya peneliti memberikan selingan untuk mencairkan suasana dengan melakukan sebuah permainan yaitu tepuk konsentrasi, dengan permainan ini diharapkan anggota kelompok lebih aktif dan lebih berkonsentrasi dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok.

## 2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kembali tentang kegiatan bimbingan kelompok, selanjutnya tanya jawab dengan anggota kelompok apakah kegiatan bimbingan kelompok dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya dengan pelaksanaan sebagai berikut, “bagaimana ada yang ingin ditanyakan? Baiklah jika tidak kita akan lanjut pada tahap kegiatan yaitu melaksanakan sosiodrama. Apakah semuanya sudah siap?”.

## 3) Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dalam kegiatan bimbingan kelompok dengan pelaksanaan sebagai berikut, “pada kegiatan ini kita akan melaksanakan bimbingan kelompok dengan topik tugas yaitu topik berasal dari ibuk sebagai pemimpin kelompok. Dimana topik kita yaitu meningkatkan kepercayaan diri yang akan dilaksanakan melalui sosiodrama dengan seting suasana belajar mengajar di kelas. Sebelum kita melaksanakan sosiodrama ibuk akan menjelaskan tentang skenario sosiodrama yang telah ibuk berikan pada kalian semua dengan tema yaitu motivasi untuk pede”. Selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan tentang garis besar cerita dan menentukan peran masing-masing siswa. “bagaimana? Apakah bisa

dimengerti apa yang telah ibuk jelaskan? Nah kalau sudah sekarang kita tentukan peran kalian masing-masing. Silahkan secara sukarela siapa yang ingin memilik perannya masing-masing?” para siswa ada yang menunjuk untuk memilih peran yang ingin mereka mainkan, namun terdapat beberapa siswa yang hanya diam sehingga pemimpin kelompoklah yang menunjuk peran mereka masing-masing.

Pemimpin kelompok juga menjelaskan tentang tata pelaksanaan sosiodrama dimana adegan dilaksanakan berdasarkan gambaran skenario yang telah disampaikan sebelumnya. Untuk pelaksanaannya seperti dialog dan sebagainya itu diserahkan pada siswa, bagaimana kreasi dan seni siswa untuk melaksanakannya. “baiklah untuk pelaksanaannya berdasarkan skenario sedangkan untuk kreasi dan pengembangan peran masing-masing sesuai kreatifitas dan seni kalian masing-masing asal tidak melanggar norma dan aturan”. Selanjutnya melaksanakan sosiodrama dengan skenario sebagai berikut:

Ketika sedang proses belajar mengajar di kelas saat itu guru sedang mengambil absen dan memanggil nama BRB. Saat itu beberapa siswa di kelas mencemooh dan hal ini membuat seisi kelas tertawa. Hal ini menjadikan sebuah awal bagi Berbi menjadi pribadi yang pemalu dan rendah diri. Hingga BRB menjadi lebih pendiam dan canggung di kelasnya karena namanya yang sering ditertawakan oleh teman-temannya dan karena penampilan fisiknya yang kurang menarik menurut dirinya.

Guru : “assalamu’alaikum”

Semua Siswa : “wa’alaikumussalam buk”

Guru : “baiklah, sebelum mengawali kegiatan belajar kita pada hari ini ibuk akan mengambil absen terlebih dahulu. AG, BRB..

VN : “hahahaha, nggak cocok sama sekali. Bertolak belakang..hahah”

Semua Siswa : “hahahahah..” (seluruh siswa di kelas menertawakan nama BRB yang menurut mereka itu lucu sehingga hal ini membuat awal bagi BRB menjadi pribadi yang pemalu dan rendah diri karena menurutnya penampilan fisiknya juga membuat dirinya merasa tidak percaya diri).

Guru : “sudah-sudah jangan ribut, ibuk lanjutkan absen”

Siswa RN : “hahah, liat tuh..penampilannya aja gitu, tapi namanya BRB” (seisi kelas kembali tertawa sehingga hal ini membuat BRB semakin menunduk malu).

Guru : “sudah..tidak ada lagi yang mencemooh. Coba kalian bawakan pada diri kalian jika kalian yang berada pada posisi BRB saat ini bagaimana?” (seketika kelas menjadi hening).

(Proses belajar mengajar berjalan dan guru selama jam PBM sering menyebut nama BRB dan memerintahkannya untuk berpendapat).

Guru : “ayo BRB sekarang kamu menjadi artis di kelas ini karena itu artinya kamu harus pede di kelas ini, tapi jangan sombong” (kata guru di kelas itu dengan nada serius membuat para siswa tidak lagi berani untuk menertawakan BRB).

Siswa BRB : “iya buk” (BRB menjawab dengan tegas dan bersemangat, meski masih merasa tidak pede).

Selanjutnya pemimpin kelompok menghentikan sosiodrama dan membuka diskusi umum. Pemimpin kelompok meminta pendapat pada anggota kelompok khususnya pada pengamat mengenai

pelaksanaan masing-masing peran yang telah dilaksanakan dalam sosiodrama serta berkaitan dengan kepercayaan diri yang telah ditampilkan oleh anggota kelompok.

Secara umum para siswa masih pasif dalam diskusi hanya pengamat yang berkomentar yaitu SR “menurut saya para pemain sosiodrama masih canggung dan belum dapat menghayati masing-masing perannya. Kemudian pada tema ini nampak bahwa awal dari ketidakpercayaan diri BRB karena cemoohan teman-temannya namun guru memberikan motivasi sehingga BRB menjadi yakin dengan dirinya untuk pede”.

#### 4) Tahap Penyimpulan

Berdasarkan pelaksanaan *treatment* tersebut, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyimpulkan dan menyatakan apa yang dapat diambil dari kegiatan serta membuat komitmen. Menurut BRB yaitu, “saya bisa merasakan bahwa apa yang saya perankan tadi juga saya rasakan dalam kehidupan sehari-hari, dan seperti yang dikatakan oleh guru dalam sosiodrama tadi saya akan mencoba untuk tidak menjadikan rintangan sebagai alasan untuk tidak berubah”.

Selain itu SR mengatakan “kesimpulan kegiatan tadi yaitu bahwa jangan jadikan cemoohan atau kata-kata orang lain menjadi penghalang bagi kita dan meski ada halangan kita jangan mau berhenti berusaha untuk maju. Saya akan mencoba untuk berlatih dengan baik agar dapat melaksanakan bimbingan kelompok dengan baik dan mengingat motivasi guru dalam sosiodrama tadi agar saya juga bisa berani untuk berbicara”.

Selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengemukakan kesannya tentang kegiatan ini dimana SR mengatakan, “kesan dari kegiatan ini yaitu bahwa ternyata teman-teman yang saya pikir dari

kelas yang berbeda-beda tidak akan bisa melakukan kegiatan bersama-sama seperti ini, namun nyatanya kegiatan ini membuat saya sadar jika kita adalah sama dengan tujuan yang sama di sekolah ini meski kita berbeda-beda kelas serta jurusan dan ini asyik. Pesan saya agar kita bisa berteman dengan baik untuk ke depannya”.

#### 5) Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok bahwasanya kegiatan ini akan segera berakhir. “Baiklah sekian kegiatan bimbingan kelompok kita pada hari ini dan untuk kegiatan lanjutan kita telah sepakat untuk melaksanakan kembali kegiatan bimbingan kelompok pada waktu yang sama di hari yang telah kita sepakati. Pada kegiatan selanjutnya ibuk berharap kita akan lebih aktif dalam berbicara dan berpendapat serta lebih kreatif dan tidak kaku dalam memainkan perannya masing-masing. Terimakasih atas segala partisipasinya dan mohon maaf atas segala kesalahan. Kita tutup dengan membacakan alhamdulillahirobbil’alamiin. Assalamu’alaikum.wr.wb”.

#### b. *Treatment 2*

*Treatment* kedua ini dilakukan pada hari Rabu, 11 Juli 2018 jam 14.35-15.30 di dalam kelas. Sebelum *treatment* kedua ini dilaksanakan peneliti juga membuat Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk membantu dan mempermudah peneliti dalam pelaksanaan *treatment* ini. Pelaksanaan *treatment* kedua ini kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai skenario dengan langkah-langkah sebagai berikut:

##### 1) Tahap Pembentukan

Kegiatan ini diawali dengan mengucapkan salam dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mencoba menanyakan kembali terkait materi yang dibahas



sebelumnya. Selanjutnya pemimpin kelompok memberikan selingan yaitu permainan “kelipatan 3 dor”, untuk memacu lagi semangat anggota kelompok.

## 2) Tahap Peralihan

Setelah melakukan tanya jawab terkait materi yang dibahas sebelumnya dan selingan, selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan kembali tentang tujuan dari bimbingan kelompok ini karena pada pertemuan sebelumnya masih ada beberapa anggota kelompok yang malu-malu untuk mengungkapkan pendapat.

Setelah itu menanyakan kepada anggota kelompok apakah sudah siap untuk lanjut ke tahap berikutnya, kemudian menjelaskan materi yang akan dibahas yaitu melaksanakan kembali sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai dengan skenario.

## 3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan kembali topik bahasan mengenai pelaksanaan sosiodrama yaitu “dukungan teman sebaya”. Selanjutnya dilaksanakan sosiodrama dengan skenario sebagai berikut:

Suatu ketika saat sedang diskusi di kelas TK diperintahkan oleh guru untuk menjawab pertanyaan yang diajukan oleh kelompok lain. Saat itu karena pertanyaan diajukan oleh ST, TK merasa tidak yakin dengan jawabannya. TK merasa ragu dan terbata-bata ketika menjawabnya, sehingga ia ditertawakan oleh teman-temannya dan sejak saat itu ia enggan untuk berbicara saat proses diskusi di kelas. Hal ini terus terjadi pada TK sehingga TK menjadi lebih pendiam di dalam kelas dan merasa rendah diri saat berbicara di kelas. Hal ini juga memancing emosi dan ketidak nyamanan Guru yang mengajar di kelas karena kelas yang sering meribut dan diskusi tidak

membuahkan hasil. Akhirnya TK hanya pasif saat di kelas dan hal ini membuat nilai TK semakin menurun.

Guru : “Silahkan pada kelompok lain untuk mengajukan pertanyaan pada kelompok 2 dan ibuk minta pada yang belum berbicara untuk menjawab pertanyaannya”.

(Saat itu ST segera mengangkat tangan).

Siswa ST : “Baiklah saya ingin bertanya pada kelompok 2. Bagaimana jika seseorang tidak melaksanakan kewajiban atau perintah agamanya, bagaimana dengan akhlaknya?”

(saat itu siswa kelompok 2 menyuruh TK untuk menjawab pertanyaan ST. Akhirnya dengan ragu-ragu dan terpaksa ST menjawabnya)

Siswa TK : “Baiklah..ehm, baiklah saya akan menjawab, akan men..”(suara TK terdengar gemetar dan grogi membuat kelas menjadi semakin hening)

Siswa RN : “Udah deh cepetan jawab aja, cepetan, lama amat” (ujar RN teman sekelompok TK. TK menjadi semakin ragu)

Siswa TK : “mmm...menurut saya..menurut saya itu berarti, maksud saya orang yang tidak melakukan shalat itu kafir..”

Semua Siswa : “hahahah...” (seisi kelas menjadi riuh membuat wajah TK semakin pucat pasi karena malu. TK segera duduk, menunduk malu dan hanya diam hingga jam belajar berakhir.

Guru :”sudah-sudah, tidak ada yang ribut. Ini ya yang ibuk paling tidak suka di kelas ini. Suka meribut dan mencemooh. Silahkan gantian yang lainnya menjawab.

Ibuk ingin BRB yang belum berbicara dari tadi, silahkan jawab pertanyaan ST”. (Namun CK bukannya segera berdiri dan memenuhi perintah guru malah menunduk dan hanya diam). “ayo silahkan CK. Bagaimana menurut kamu?”

Siswa CK : “nggak tahu buk” (melihat respon CK dengan wajah pucat pasi membuat para siswa menahan tawa.

Siswa ST : “Saya saja buk..”

Siswa RN : “huu..sombong mentang-mentang juara”

Guru : “kalau begitu kamu saja RN silahkan ke depan”

Siswa RN : “ya buk?” (jawab RN dengan mata terbelalak) “ndak buk” (RN menjadi pucat dan tidak berani berbicara lagi)

Guru : “pokoknya sekarang ibuk tidak ingin ada lagi yang hanya diam saat diskusi, apalagi berkata tidak tahu. Setidaknya kalian itu harus belajar untuk berbicara karena dalam diskusi ibuk tidak menuntut jawaban kalian benar. Ibuk juga tidak suka jika ada yang mencemooh teman-temannya. Ibuk ingin minggu depan kalian semuanya aktif saat diskusi, jika tidak nilai kalian tidak akan tuntas karena dalam mata pelajaran ini kita akan lebih banyak melakukan diskusi kelompok. Mengerti?”

Semua Siswa: “iya buk..” (jawab semua siswa dengan suara pelan karena takut dengan kemarahan gurunya tersebut).

Guru : “ST silahkan ke depan”

Siswa VN : “Ya buk?” (VN terkejut karena selama ini ia hanya berani mencemooh teman-temannya yang tidak

mampu. Sehingga terpaksa ia memberanikan diri untuk maju ke depan kelas).

Guru : “bagus ST sudah berani untuk tampil di depan kelas, bagaimana rasanya diperhatikan teman-teman sekelas? (VN hanya menunduk malu dan tidak bisa berkata apa-apa).

Guru : “ Sekarang BRB mana pendapatnya? Ibuk belum dengar suaranya”

Siswa BRB : (BRB tampak kaget namun ia segera memberanikan diri dengan mengingat kata-kata gurunya minggu lalu) “ya buk? Menurut saya tentang penampilan VN buk?”

Guru : “iya”

Siswa BRB : “Menurut saya buk penampilan VN sudah bagus karena sudah berani untuk tampil di depan kelas meski grogi dan ragu” (kata BRB dengan mantap).

Siswa VN : “Makasih BRB, kamu sudah muji dan mendukung aku. Aku jadi terdorong untuk bisa seperti kamu”.

Selanjutnya pemimpin kelompok menghentikan sosiodrama dan membuka diskusi umum. Pemimpin kelompok meminta pendapat pada anggota kelompok khususnya pada pengamat mengenai pelaksanaan masing-masing peran yang telah dilaksanakan dalam sosiodrama serta berkaitan dengan kepercayaan diri yang telah ditampilkan oleh anggota kelompok. Dimana SR menyatakan bahwa “permainan peran dari teman-teman sudah mulai bagus meski masih belum cukup menghayati dan kurang berkembang. Selain itu dalam sosiodrama kali ini menunjukkan bahwa peran dari teman itu sangat mempengaruhi kita untuk bisa bergerak maju dan berubah yaitu dukungan dari teman-teman”.

#### 4) Tahap Penyimpulan

Berdasarkan pelaksanaan *treatment* tersebut, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa yang didapatkannya dari kegiatan bimbingan kelompok tadi, kemudian menyimpulkan apa yang telah dibahas oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok dari sosiodrama yang telah dilaksanakan serta membuat komitmen. Menurut peserta VN “melalui kegiatan ini kita dilatih untuk bisa saling bertukar pendapat dalam diskusi, bisa saling menghargai saat berpendapat selain itu juga mengetahui tentang bagaimana cara bertindak yang baik dan benar melalui peran yang kita mainkan masing-masing”.

Selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengemukakan kesannya tentang kegiatan ini. Menurut ST “kegiatan ini membuat saya menyadari bahwa kami memiliki banyak perbedaan namun dapat menyatu ketika kita saling berinteraksi dengan baik seperti BRB dan VN. Pesan saya semoga kita bisa saling kompak dan menyatukan suara saat akan mengembangkan permainan peran nantinya dan pada ibuk pemimpin kelompok agar dapat membimbing kami untuk ke depannya”.

#### 5) Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran ini pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok bahwasanya kegiatan kita akan segera berakhir. “Baiklah bagaimana dengan kegiatan lanjutan kita? Apakah semua sepakat untuk melaksanakannya kembali hari sabtu? Baik jika demikian kita cukupkan kegiatan kita pada hari ini. Terimakasih atas segala partisipasinya. Selamat bertemu pada pertemuan selanjutnya. Mohon maaf jika ada kesalahan kita tutup dengan membacakan alhamdulillahirobbil’alamiin. Assalamu’alaikum”.

c. *Treatment 3*

*Treatment* ketiga ini dilakukan pada hari Sabtu, 14 Juli 2018 jam 14.35-15.25 di dalam kelas. Sebelum *treatment* ketiga ini dilaksanakan peneliti juga membuat Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk membantu dan mempermudah peneliti dalam pelaksanaan *treatment* ini. Pelaksanaan *treatment* ketiga ini kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai skenario dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1) Tahap Pembentukan

Kegiatan ini diawali dengan mengucapkan salam dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mencoba menanyakan kembali terkait materi yang dibahas sebelumnya. Selanjutnya pemimpin kelompok memberikan selingan yaitu permainan “jika-maka”, untuk memacu semangat anggota kelompok.

2) Tahap Peralihan

Setelah melakukan tanya jawab terkait materi yang dibahas sebelumnya dan selingan, selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan kembali tentang tujuan dari bimbingan kelompok ini karena pada pertemuan sebelumnya masih ada beberapa anggota kelompok yang malu-malu untuk mengungkapkan pendapat. Setelah itu menanyakan kepada anggota kelompok apakah sudah siap untuk lanjut ke tahap berikutnya, kemudian menjelaskan materi yang akan dibahas yaitu melaksanakan kembali sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai dengan skenario.

3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik yaitu “berani untuk tampil”. Selanjutnya dilaksanakan sosiodrama dengan skenario sebagai berikut:

Melihat hal yang terjadi pada kedua temannya di kelas beberapa hari yang lalu membuat CK dan PT semakin takut untuk tampil di depan kelas ataupun aktif dalam diskusi kelompok karena kepribadian CK dan PT yang pemalu. Hal ini membuat CK terus merasa tertekan karena rasa takutnya yang tidak jelas sementara CK tidak pernah mengalami hal-hal yang dialami teman-temannya seperti TK maupun BRB.

Saat diperintahkan untuk membaca maupun tampil di kelas CK menjadi gugup dan grogi, tiba-tiba suaranya mengecil bahkan hampir tidak terdengar. Jika sudah tampil di depan kelas CK menjadi pucat dan tertunduk. Sehingga hal ini sering membuat guru yang mengajar di kelas sering menegurnya agar mengeraskan suara saat membaca ataupun berbicara, hal ini juga sering menjadi bahan tawaan bagi teman-teman di kelasnya.

Pada hari itu juga terdapat siswa baru di kelas tersebut yaitu AD. AD adalah siswa yang tidak begitu menonjol dengan prestasi ataupun penampilan, ia adalah siswa yang biasa-biasa saja namun baik dan suka menolong.

Guru : “assalamu’alaikum..hari ini kita kedatangan siswa baru. Silahkan AD perkenalkan diri”

Siswa AD : “Assalamu’alaikum..”

Semua Siswa : “waalaikumussalam.., huuu..”(sebahagian siswa justru mencemooh bukannya menjawab salam”

Guru : “bisa tenang anak ibuk semuanya? Silahkan lanjutkan AD”

(setelah AD memepkenalkan diri proses belajar mengajar pun dimulai).

Guru : “CK, silahkan ke depan..bacakan”

Siswa CK : (Tampak ragu-ragu untuk maju ke depan kelas)

- Guru : “ayo cepat”
- Siswa VN : “Alah..penakut”
- Semua Siswa: “hahahhah..”
- Siswa CK : (menuju ke depan kelas dengan kepala menunduk dan wajah pucat). “akidah..akidah adalah suatu kekanian”
- Semua Siswa: “hahahah..apaan tuh” seisi kelas menjadi riuh).
- Guru :”diam, tidak ada yang meribut, nanti yang meribut ibuk tunjuk. Sudah lanjutkan membacanya CK”
- Siswa CK : “ mm.. suatu..adalah suatu keyakinan, keyakinan yang terhubung di dasar jiwa sehingga menjadi kokoh. Menjadi kokoh dan..” (saat itu tiba-tiba tangan CK menjadi gemetar dan wajahnya semakin pucat)
- Guru : “sudah cukup CK. Kembali ke tempat duduk. Sekarang siapa yang mau tampil ?”
- Siswa ST : “Saya buk ! saya bisa buk”
- Guru : “ok. Yang lain lah..masak ST terus? ST kasih teman-temannya kesempatan ya?”
- (ST menjadi malu karena terus menunjuk ingin menunjukkan kepintarannya pada teman-temannya).
- Guru : “AD bisa?”
- Siswa AD : “saya buk? Mm..bisa buk” (awalnya AD sedikit ragu namun akhirnya dia mau tampil)
- Guru : “bagus AD. Bisa kalian lihat? Meski AD siswa baru disini tapi dia tidak ragu dan mau tampil. Siapa yang merasa kurang mampu belajarlh darinya agar bisa tampil. Dan siapa yang merasa mampu jangan sombong lalu meremehkan teman-temannya yang tidak mampu. Baiklah kita cukupkan pembelajaran pada har ini



sampai bertemu kembali di pertemuan selanjutnya.  
Assalamu'alaikum”.

Semua Siswa: “wa'alaikumussalam”

Selanjutnya pemimpin kelompok menghentikan sosiodrama dan membuka diskusi umum. Pemimpin kelompok meminta pendapat pada anggota kelompok khususnya pada pengamat mengenai pelaksanaan masing-masing peran yang telah dilaksanakan dalam sosiodrama serta berkaitan dengan kepercayaan diri yang telah ditampilkan oleh anggota kelompok. Dimana CK berpendapat bahwa “peran yang dimainkan oleh teman-teman mulai nampak karena mereka mulai kreatif dan bisa mengembangkan permainan drama”.

#### 4) Tahap Penyimpulan

Berdasarkan pelaksanaan *treatment* tersebut, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa yang didapatkannya dari kegiatan bimbingan kelompok tadi, kemudian menyimpulkan apa yang telah dibahas oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok dari sosiodrama yang telah dilaksanakan serta membuat komitmen. Menurut peserta GT “melalui kegiatan ini kita dilatih untuk berani berpendapat dan belajar memainkan peran yang baik melalui peran yang kita mainkan dan untuk kedepannya saya akan terus belajar untuk melakukan yang terbaik bukan hanya pada kegiatan ini saja, tapi juga menerapkannya dalam kegiatan belajar di kelas”.

Selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengemukakan kesannya tentang kegiatan ini. Sebagaimana yang disampaikan oleh SR “saya terkesan saat teman-teman mulai dapat menghayati perannya masing-masing seperti CK yang menurut saya itu adalah alami tidak dibuat-buat, sehingga sosiodrama menjadi berjalan begitu

saja karena kreativitas teman-teman dan tidak canggung seperti sebelumnya. Pesan saya semoga kita bisa saling membaaur meski dari kelas yang berbeda-beda”.

#### 5) Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran ini pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok bahwasanya kegiatan akan segera berakhir. “Baiklah bagaimana dengan kegiatan lanjutan kita? Apakah semua sepakat untuk melaksanakannya kembali minggu depan? Baik jika demikian kita cukupkan kegiatan kita pada hari ini. Terimakasih atas segala partisipasinya. Selamat bertemu pada pertemuan selanjutnya. Mohon maaf jika ada kesalahan kita tutup dengan membacakan alhamdulillahirobbil’alamiin. Assalamu’alaikum”.

#### d. *Treatment* 4

*Treatment* keempat ini dilakukan pada hari Senin, 16 Juli 2018 jam 14.35-15.25 di dalam kelas. Sebelum *treatment* keempat ini dilaksanakan peneliti juga membuat Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk membantu dan mempermudah peneliti dalam pelaksanaan *treatment* ini. Pelaksanaan *treatment* keempat ini kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai skenario dengan langkah-langkah sebagai berikut:

##### 1) Tahap Pembentukan

Kegiatan ini diawali dengan mengucapkan salam dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan keadaan anggota kelompok kemudian mulai untuk masuk kepada tahap berikutnya.

##### 2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menyampaikan pada anggota kelompok bahwa pada pertemuan keempat ini akan kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda. Sebelum lanjut

untuk memulai sosiodrama, pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok terkait kesiapannya untuk melanjutkan ke tahap berikutnya.

### 3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik kali ini yaitu “berani mencoba untuk tampil dan berpendapat”. Selanjutnya dilaksanakan sosiodrama dengan skenario sebagai berikut:

PT yang pemalu dan pendiam melihat kejadian di kelas itu membuatnya semakin sulit untuk berkomunikasi karena ia merasa rendah diri apalagi saat adanya diskusi di kelas. PT hampir dapat dikatakan paling pasif di kelasnya dalam proses belajar mengajar di kelas. Saat guru menyuruh PT untuk tampil di depan kelas ia selalu menolak dan mencari alasan karena PT merasa takut jika akan di cemooh oleh teman-temannya. AD sebagai siswa baru menyadari adanya kejadian ini ia pun berinisiatif untuk membantu PT dan teman-teman lainnya untuk dapat berbicara dan tampil di depan kelas meski ia sadar jika dirinya belum cukup bagus.

Guru : “Assalamu’alaikum..apa kabarnya hari ini semuanya?”

Semua Siswa : “Wa’alaikumussalam..alhamdulillah baik buk..”

Guru : “baiklah sekarang kita akan melanjutkan pelajaran yang minggu lalu mengenai macam-macam akhlak. Ibuk ingin pendapat kalian siapa yang tahu apa saja macam-macam akhlak. Silahkan tunjuk tangan?”

Siswa AD : “PT, ayo sekarang saatnya ayo tunjuk tangan” (bisik AD sambil menyenggol tubuh PT)

Siswa PT :”nggak ah aku takut” (kata PT dengan suara pelan dan ekspresi cemas)

- Guru : “jika tidak ada akan ibuk tunjuk”
- Siswa AD : “Saya buk” (kata AD sambil mengacungkan tangan membuat PT sempat terkejut karena takut jika ia yang akan ditunjuk oleh AD)
- Guru : “bagus. Silahkan”
- Siswa AD : “Akhlak mahmudah dan akhlak mazmumah buk..”
- Guru : “bagus..benar AD akhlak mahmudah dan mazmumah. Sekarang siapa yang bisa menjelaskan maksud dari kedua macam akhlak tersebut?”

(sementara AD menyikut PT sambil berbisik)

- Siswa AD : “gimana? Mudah kan? Gampang kok.. nggak perlu takut, sekarang giliran kamu, ayo PT. PT bisa buk!”
- Guru : “ya silahkan PT”
- Siswa PT : “Duh kamu ini gimana sih main tunjuk aja” (bisik PT mulai cemas)
- Siswa AD : “udah cepetan nanti aku bantu”
- Siswa PT : “menurut saya buk..mm..akhlak mahmudah adalah akhlak terpuji dan akhlak mazmumah yaitu akhlak tercela..” (kata PT dengan suara sedikit gemetar)
- Guru : “ya.. benar bagus sekali. PT bagus sudah mau berpendapat. Sekarang siapa yang bisa memberikan contoh?”

(melihat keberanian PT yang selama ini hanya pasif membuat para siswa terkagum-kagum hal ini membuat BRB semakin termotivasi dan mendorong CK dan TK ingin belajar darinya dan AD)

- Siswa CK : “PT wah..kamu bagus banget tadi. Sekarang kamu udah berubah ya”
- Siswa PT :”enggak kok..tadi itu cuma karena terpaksa aja”
- Siswa TK : “tapi beneran bagus kok. Kamu hebat”

Siswa BRB : “Iya benar PT. Sekarang aku jadi yakin dan akan bertekad untuk berubah dan mengalahkan ST dan tidak akan menghiraukan cemoohan teman-teman, karena mereka juga belum tentu bisa seperti kamu” (menyadari bahwa dirinya mendapat banyak dukungan dari teman-temannya PT menjadi terdorong untuk melakukan saran AD untuk terus berlatih berbicara atau berpendapat).

Selanjutnya pemimpin kelompok menghentikan sosiodrama dan membuka diskusi umum. Pemimpin kelompok meminta pendapat pada anggota kelompok khususnya pada pengamat mengenai pelaksanaan masing-masing peran yang telah dilaksanakan dalam sosiodrama serta berkaitan dengan kepercayaan diri yang telah ditampilkan oleh anggota kelompok. Menurut TK “teman-teman sudah mulai menampakkan masing-masing perannya dan penghayatan peran yang dimainkan. Selain itu sosiodrama berjalan dengan sendirinya oleh teman-teman secara alami”.

#### 4) Tahap Penyimpulan

Berdasarkan pelaksanaan *treatment* tersebut, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa yang didapatkannya dari kegiatan bimbingan kelompok tadi, kemudian menyimpulkan apa yang telah dibahas oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok dari sosiodrama yang telah dilaksanakan serta membuat komitmen. Menurut pendapat AD “kesimpulan dari kegiatan ini yaitu bahwa meski banyaknya rintangan namun kita tidak boleh mudah menyerah dan harus terus mencoba agar kita bisa menunjukkan pada oranglain bahwa kita juga bisa. Setelah kegiatan ini saya akan mencobakannya dalam kegiatan belajar yang sesungguhnya di dalam kelas”.

Selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengemukakan kesannya tentang kegiatan ini. Menurut pendapat PT yang mengatakan bahwa "Saya sangat senang melakukan kegiatan bimbingan kelompok ini karena kita dapat belajar bagaimana cara berbicara dan berpendapat serta melatih kreatifitas untuk bermain drama atau akting dan pesan saya agar teman-teman ke depannya bisa lebih kompak lagi".

#### 5) Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran ini pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok bahwasanya kegiatan akan segera berakhir. "Baiklah bagaimana dengan kegiatan lanjutan kita? Apakah semua sepakat untuk melaksanakannya kembali hari rabu? Baik jika demikian kita cukupkan kegiatan kita pada hari ini. Terimakasih atas segala partisipasinya. Selamat bertemu pada pertemuan selanjutnya. Mohon maaf jika ada kesalahan kita tutup dengan membacakan alhamdulillahirobbil'alamiin. Assalamu'alaikum".

#### e. *Treatment 5*

Pada *treatment* kelima ini dilakukan pada hari Rabu, 18 Juli 2018 jam 14.37-15.25 di dalam kelas. Sebelum *treatment* kelima ini dilaksanakan peneliti juga membuat Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk membantu dan mempermudah peneliti dalam pelaksanaan *treatment* ini. Pelaksanaan *treatment* kelima ini kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai skenario dengan langkah-langkah sebagai berikut:

#### 1) Tahap Pembentukan

Kegiatan ini diawali dengan mengucapkan salam dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan keadaan anggota kelompok kemudian mulai untuk masuk kepada tahap berikutnya.

## 2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menyampaikan pada anggota kelompok bahwa pada pertemuan kelima ini akan kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda. Sebelum memulai sosiodrama, pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok terkait kesiapannya untuk melanjutkan ke tahap berikutnya.

## 3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik yaitu “tampil percaya diri”. Selanjutnya dilaksanakan sosiodrama dengan skenario sebagai berikut:

Melihat semangat dan tekad BRB dan PT untuk berubah membuat teman-temannya yang merasa rendah diri menjadi terdorong untuk berubah juga.

Siswa CK : “Gimana teman-teman? Kalau kita berpacu untuk berlatih aktif saat diskusi?”

Siswa AD : “wah ide bagus itu..” (kata AD menyela pembicaraan teman-temannya)

(saat itu pembelajaran akan segera dimulai)

Guru : “baiklah sekarang kita bentuk kelompok diskusi dan nanti masing-masing kelompok harus tampil ke depan menyampaikan hasil diskusi dan kita buka sesi tanya jawab”

Semua Siswa : “baik buk..”

Siswa AD : “momen yang bagus banget nih..ok saatnya kita bersaing”

Siswa BRB : “ok siapa takut” (jawab BRB yang berbeda kelompok dengan AD)

Siswa AD : “CK nanti kamu bagian tampil ya”

- Siswa CK : “loh kok aku sih? Aku takut nih..”
- Siswa AD : “nggak usah jadi gugup gitu, tenang aj, aku semangat dari sini. Ok? Aku yakin kamu pasti bisa. Kalau nggak sekarang kapan lagi? Kamu mahu kalah sama PT?”
- Siswa CK : “mm..iya deh aku coba”
- Guru : “silahkan kelompok 1 siapa yang tampil?”
- Siswa AD : “ayo cepetan. Kamu pasti bisa” (kata AD sambil mendorong tubuh CK).
- Siswa RN : “wah..nggak nyangka aku CK sekarang berani gitu”
- Siswa VN : “Halah..palingan cari muka aja, ntar juga bakalan sama kayak kejadian kemarin. Pucat pasi dan gagap, bikin malu aja”.
- Siswa AD : “Eh kalian, kalau kalian bisa jangan mencemooh dan ngomong di belakang..ayo tunjukkan kemampuan kalian dong”
- Siswa VN : “kamu nggak usah sok ngajarin kami deh. Kayak kamu paling pinter aja”
- Siswa AD : “setidaknya kalau kalian nggak bisa itu nggak usah sok mampu deh, apalagi mencemooh, cuma bikin kalian rugi doang karna nggak akan maju-maju” (kata AD yang sudah tidak mampu mengendalikan emosi)
- Siswa CK : “Udah deh AD nggak usah ladein mereka. Nggak ada gunanya. Biarin siapa yang mahu maju ya tentu dia harus berubah. Sekarang aku sadar kalau aku terus mendengarkan cemoohan dan komentar-komentar negatif teman-teman akan membuat aku tidak akan bisa maju dan berubah”



(kata-kata CK menyadarkan teman-temannya yang mendengarkan perdebatan mereka usai diskusi kelas hari itu, termasuk VN dan RN).

Selanjutnya pemimpin kelompok menghentikan sosiodrama dan membuka diskusi umum. Pemimpin kelompok meminta pendapat pada anggota kelompok mengenai pelaksanaan sosodrama. Dimana RN berpendapat bahwa “menurut saya sosiodrama ini sudah bagus dan kami menjadi semakin terlatih untuk memainkan peran, berpendapat, berbicara dan tampil di depan kelas”.

#### 4) Tahap Penyimpulan

Berdasarkan pelaksanaan *treatment* tersebut, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa yang didupatkannya dari kegiatan bimbingan kelompok tadi, kemudian menyimpulkan apa yang telah dibahas oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok dari sosiodrama yang telah dilaksanakan, kemudian membuat komitmen dengan anggota kelompok bahwasanya apa yang didupatkannya dari kegiatan tadi dapat diambil nilai-nilai pelajarnya dan dapat diterapkan dalam kehidupan nyata. Dimana PT berpendapat bahwa “kesimpulan kegiatan kali ini bahwa kita harus mampu mengalahkkan ketakutan dalam diri kita dan mengabaikan masukan negatif dari orang lain yang akan merugikan diri kita selain itu kegiatan ini memberikan banyak pengalaman serta pengetahuan baru bagaimana berbicara yang baik dan bertindak yang seharusnya setelah memahami situasi diri sendiri dan oranglain”.

Selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengemukakan kesannya tentang kegiatan ini. Pengamatan peneliti dan pengakuan siswa yang bersangkutan mereka terlihat sangat senang telah ikut terlibat dalam kegiatan ini. Hal ini dinyatakan oleh ST bahwa “kegiatan ini sangat menarik dan memberikan banyak pengalaman

serta pengetahuan baru dan pesan saya semoga untuk ke depannya kita dapat terus mengikuti kegiatan BK”.

#### 5) Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran ini pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok bahwasanya kegiatan akan segera berakhir. “baiklah bagaimana dengan kegiatan lanjutan kita? Apakah semua sepakat untuk melaksanakannya kembali hari sabtu? Baik jika demikian kita cukupkan kegiatan kita pada hari ini. Terimakasih atas segala partisipasinya. Selamat bertemu pada pertemuan selanjutnya. Mohon maaf jika ada kesalahan kita tutup dengan membacakan alhamdulillahirobbil’alamiin. Assalamu’alaikum”.

#### f. *Treatment 6*

Pada *treatment* keenam ini dilakukan pada hari Sabtu, 21 Juli 2018 jam 14.35-15.30 di dalam kelas. Sebelum *treatment* keenam ini dilaksanakan peneliti juga membuat Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk membantu dan mempermudah peneliti dalam pelaksanaan *treatment* ini. Pelaksanaan *treatment* keenam ini kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda sesuai skenario dengan langkah-langkah sebagai berikut:

##### 1) Tahap Pembentukan

Kegiatan ini diawali dengan mengucapkan salam dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan keadaan anggota kelompok kemudian mulai untuk masuk kepada tahap berikutnya.

##### 2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menyampaikan pada anggota kelompok bahwa pada pertemuan keenam ini akan kembali dilaksanakan sosiodrama dengan adegan yang berbeda. Sebelum memulai sosiodrama, pemimpin kelompok menanyakan kepada

anggota kelompok terkait kesiapannya untuk melanjutkan ke tahap berikutnya.

### 3) Tahap Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik yaitu “membiasakan diri untuk berani tampil dan berpendapat”. Selanjutnya dilaksanakan sosiodrama dengan skenario sebagai berikut:

Setelah kejadian sebelumnya para siswa menjadi sadar khususnya para siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah. Perlahan dengan bantuan AD dan tekad kemauan mereka akhirnya CK, BRB, PT dan TK mampu menunjukkan bahwa mereka juga bisa jadi juara di kelasnya karena keyakinan yang kuat bahwa mereka bisa meski tidak memiliki IQ setinggi ST. CK, BRB, PT dan TK terus berlatih untuk aktif berbicara saat diskusi di kelas dan tampil di depan kelas secara sukarela. Meski pada akhirnya hanya PT yang menjadi juara kelas namun akhirnya BRB, CK dan TK mendapatkan peringkat sepuluh besar. Prestas belajar mereka menjadi meningkat dari yang sebelumnya. Siswa yang suka mencemooh pun akhirnya sadar bahwa perilaku mereka selama ini salah.

Guru : “sebagaimana biasanya kita akan melaksanakan diskusi bersama secara umum tidak usah membuat kelompok, karena sebentar lagi kita akan ujian maka kita akan mengulang semua materi. Silahkan yang mau menjelaskan tentang indikator pertama. Apapun yang kalian ingat tentang pelajaran kita sebelumnya mengenai indikator pertama”.

(Semula kelas yang hening setelah beberapa siswa mengacungkan tangan , akhirnya kelas menjadi riuh karena para siswa berebut ingin berbicara).

- Siswa ST : “Saya buk”  
 Guru : “ya silahkan ST”  
 Siswa PT : “Saya bisa buk”  
 Semua Siswa : “saya buk, saya..”  
 Guru : “ya satu satu ya..bergantian”  
 Siswa ST : “Konsep dasar akidah islamiyah. Akidah menurut bahasa yaitu ikatan yang kuat yang tidak dapat digoyahkan. Jadi akidah adalah suatu keyakinan yang telah terhubung di dasar jiwa, sehingga menjadi kokoh dan dapat dijadikan pegangan”.

“plok plok plok plok” (Kelas menjadi riuh karena tepuk tangan para siswa).

- Guru : “Bagus. Bagus sekali ST, benar yang disampaikan oleh ST. Sekarang siapa yang mahu melanjutkan indikator 2?”

Siswa CK, TK: “saya bisa buk!”

BRB, AD

Siswa VN : “Saya saja buk”

Guru : “ok. VN”

Siswa VN : “Akhlak Rasulullah sebagai uswatun hasanah. Uswatun hasanah artinya teladan yang baik Nabi Muhammad SAW merupakan uswatun hasanah, bahwa pada diri Nabi terdapat contoh yang baik. Semua perilaku Nabi merupakan sifat-sifat terpuji yang selalu tercermin dalam langkah beliau. Contohnya dipercaya, jujur, pemurah, pengasih dan penyayang”.

“plok plok plok plok”

(Kelas kembali riuh dengan suara tepuk tangan)

Guru : “bagus sekali VN. Ibuk suka sekali pada kalian sudah aktif dan bisa menguasai pelajaran artinya usaha ibuk selama ini tidak sia-sia. Pertahankan. Semoga kalian semua sukses nanti dan naik kelas semuanya”.

Siswa : “aamiin” (jawab siswa serentak dengan penuh semangat).

(Kelas pun ditutup dengan penuh semangat dan ceria, guru dan para siswa tampak ceria saat kelas berahir).

Siswa AD : “waah hebat kalian, sampai-sampai aku nggak dapat jatah ngomong”

Siswa TK : “kamu juga VN..selamat ya. Kamu dipuji sama ibuk”  
(kata TK sambil mengacungkan jempol)

Siswa VN : “Makasi TK dan teman-teman, kalau bukan karena kalian mungkin aku tidak akan bisa seperti sekarang. Maaf ya aku sering mencemooh kalian” (kata VN dengan wajah menyesal).

Siswa RN : “iya teman-teman, aku baru sadar ternyata aku tidak bisa seperti kalian, selama ini hanya bisa mencemooh kalian. Maafin aku ya?”

Siswa PT : “Iya nggak papa..setidaknya sekarang kita sudah sadar dan mari kita saling mendukung untuk mencapai prestasi dan bersaing secara sehat”.

Beberapa hari kemudian..

Siswa AD : “Gimana nilai kamu TK?”

Siswa TK : “Alhamdulillah bagus AD. Lumayan naik, jadi peringkat 5”.

Siswa CK : “Wah bagus tuh, aku sih jadi 4”

Siswa ST : “Selamat ya PT kamu juara 3” (kata ST sambil menjabat tangan PT)

Siswa VN : “selamat ya..” (kata VN memberikan ucapan selamat pada PT yang disusul oleh siswa lainnya”

Siswa PT : “iya teman-teman. Makasih. Ini semua juga berkat dukungan dari kalian” (jawab PT dengan senyum lebar).

Selanjutnya pemimpin kelompok menghentikan sosiodrama dan membuka diskusi umum. Pemimpin kelompok meminta pendapat pada anggota kelompok mengenai pelaksanaan masing-masing peran yang telah dilaksanakan dalam sosiodrama serta berkaitan dengan kepercayaan diri yang telah ditampilkan oleh anggota kelompok. Anggota kelompok VN berpendapat bahwa “menurut pendapat saya masing-masing pemeran sudah dapat memainkan perannya dengan baik dan sudah dapat menunjukkan sikap percaya diri untuk berpendapat dan tampil di depan kelas. Tidak lagi ragu dan malu-malu berbicara”.

#### 4) Tahap Penyimpulan

Berdasarkan pelaksanaan *treatment* tersebut, selanjutnya pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan apa yang didupatkannya dari kegiatan bimbingan kelompok tadi, kemudian menyimpulkan apa yang telah dibahas oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok dari sosiodrama yang telah dilaksanakan. Menurut pendapat TK “melalui kegiatan ini kita dapat memahami posisi orang lain dan bagaimana cara bersikap dan bertindak yang baik serta belajar melatih kemampuan berbicara dan tampil di depan kelas. Saya akan terus menerapkan dalam kegiatan sehari-hari apa pengalaman dan ilmu yang sudah saya dapatkan dalam kegiatan ini seperti tidak lagi merasa ragu dan takut ketika hendak berpendapat”.

Selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengemukakan kesannya tentang kegiatan ini. Pengamatan peneliti dan pengakuan siswa yang bersangkutan mereka terlihat sangat senang telah ikut terlibat dalam kegiatan ini. Hal ini dapat dilihat dari pendapat AD yang mengatakan bahwa "saya merasa senang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini karena kita dapat memahami situasi sosial dan menumbuhkan kesadaran diri untuk bertindak yang baik serta melatih kemampuan untuk bermain drama atau akting dan pesan saya semoga ke depannya kita tetap dapat berteman meski tidak lagi melakukan bimbingan kelompok dan kita akan dapat mengikuti layanan BK untuk selanjutnya".

#### 5) Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran ini pemimpin kelompok menjelaskan kepada anggota kelompok bahwasannya kegiatan akan segera berakhir. "Demikianlah kegiatan kita pada hari ini dan ini merupakan pertemuan terakhir kita pada kegiatan bimbingan kelompok. Terimakasih ibu ucapkan pada anda semua karena telah ikut serta dalam menyukseskan kegiatan kita dan semoga apa yang telah kita lakukan dapat memberikan manfaat pada kita semua. Mohon maaf jika banyak kekurangan dan mungkin ada salah kata dan tindakan yang tidak disengaja. Untuk kedepannya jika ada kegiatan BK di sekolah ibu sangat berharap agar kalian dapat mengikutinya dan apa yang telah menjadi komitmen sebelumnya agar dapat terus diaplikasikan dalam kehidupan sehari-sehari, tetap semangat dan jangan lagi merasa rendah diri. Cukup sekian kegiatan kita ahiri dengan membacakan alhamdulillahirobbil'alamin. Assalamu'alaikum. wr. wb".

### 3. Deskripsi Data Hasil *PostTest*

Setelah melakukan *treatment* kemudian peneliti melakukan *posttest* dengan memberikan skala dengan pernyataan yang sama pada kelompok sampel sebanyak 10 orang. Hasil *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4. 3**  
**Rekapitulasi Skor *Posttest* Siswa**  
**N=10**

No	Kode siswa	Kelas	Skor	Kategori
1	S	X MIA <sup>2</sup>	184	Tinggi
2	SK	X IIS <sup>2</sup>	193	Tinggi
3	AFP	X MIA <sup>1</sup>	185	Tinggi
4	AD	X MIA <sup>1</sup>	204	Tinggi
5	WDBA	X IIS <sup>1</sup>	168	Sedang
6	AJJ	X IIS <sup>1</sup>	202	Tinggi
7	AP	X ISS <sup>1</sup>	189	Tinggi
8	VWI	X IIS <sup>2</sup>	172	Sedang
9	IN	X IIS <sup>2</sup>	159	Sedang
10	AA	X MIA <sup>2</sup>	201	Tinggi
<b>Jumlah</b>			<b>1857</b>	<b>Tinggi</b>
<b>Rata- rata</b>			<b>185.7</b>	

Klasifikasi skor untuk melihat kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa adalah sebagai berikut:

Skor maximum	: 5 X 54	= 270
Skor minimum	: 1 X 54	= 54
Rentang skor	: 270 – 54	= 216
Panjang kelas interval	: 216 : 5	= 43.2

Berdasarkan perolehan angka diatas maka dapat dilihat rentangan skor kepercayaan diri siswa pada tabel di bawah ini.

**Tabel 4. 4**  
**Rentangan Skor Kepercayaan Diri Siswa**  
**N= 54**

No	Skor	Kategori
----	------	----------



1.	226.8 – 270	Sangat tinggi
2.	183.6 – 225.8	Tinggi
3.	140.4 – 182.6	Sedang
4.	97.2 – 139.4	Rendah
5.	54 – 96.2	Sangat rendah

Berdasarkan tabel di atas tentang rekapitulasi skor *posttest* kepercayaan diri siswa dapat dijelaskan bahwa rata-rata nilai responden yaitu 185.7 poin berada pada kategori “tinggi”. Artinya setelah di berikan *treatment* kepercayaan diri siswa meningkat, sehingga bimbingan kelompok teknik sosiodrama tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan.

Berikut ini penjelasan tentang kepercayaan diri siswa di sekolah setelah diberikan *treatment* dilihat berdasarkan masing-masing aspek:

a. Aspek Keyakinan dan Kemampuan Diri

**Tabel 4. 5**  
**Skor *Posttest* Kepercayaan Diri**  
**Aspek Keyakinan dan Kemampuan Diri**  
**N=10**

No	Nama	Skor	Kategori Kepercayaan Diri Siswa
1	IN	44	Sedang
2	S	59	Tinggi
3	VWI	52	Sedang
4	AA	57	Tinggi
5	AP	62	Tinggi
6	AFP	48	Sedang
7	WDBA	46	Sedang
8	AJJ	57	Tinggi
9	AD	53	Sedang
10	SK	52	Sedang
<b>Jumlah</b>		<b>530</b>	<b>Sedang</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>53.0</b>	

Keterangan: kelas interval aspek keyakinan dan kemampuan diri (N= 16)

1. 67.2-80 = Sangat tinggi
2. 54.4-66.2 = Tinggi
3. 41.6-53.4 = Sedang
4. 28.8-40.6 = Rendah
5. 16-27.8 = Sangat rendah

Kelas interval di atas diperoleh berdasarkan klasifikasi skor dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Skor maximum} & : 5 \times 16 = 80 \\ \text{Skor minimum} & : 1 \times 16 = 16 \\ \text{Rentang skor} & : 80 - 16 = 64 \\ \text{Panjang kelas interval} & : 64 : 5 = 12.8 \end{aligned}$$

Berdasarkan tabel di atas tentang skor *posttest* kepercayaan diri pada aspek keyakinan dan kemampuan diri dapat dijelaskan bahwa rata-rata nilai responden yaitu 53.0 poin berada pada kategori “sedang”. Artinya kepercayaan diri siswa pada aspek keyakinan dan kemampuan diri siswa berada pada kategori “sedang”.

**Tabel 4. 6**  
**Frekuensi Aspek Keyakinan dan Kemampuan Diri**

No	Skor	Kategori	f	%
1.	67.2-80	Sangat tinggi	0	0
2.	54.4-66.2	Tinggi	4	40
3.	41.6-53.4	Sedang	6	60
4.	28.8-40.6	Rendah	0	0
5.	16-27.8	Sangat rendah	0	0
<b>Jumlah</b>			<b>10</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa kepercayaan diri siswa pada aspek keyakinan dan kemampuan diri, terdapat 40% siswa memiliki keyakinan dan kemampuan diri yang “tinggi”, dan 60% siswa memiliki keyakinan dan kemampuan diri yang “sedang”.

## b. Aspek Optimis

**Tabel 4. 7**  
**Skor *Posttest* Kepercayaan Diri**  
**Aspek Optimis**  
**N=10**

No	Nama	Skor	Kategori Kepercayaan Diri Siswa
1	IN	50	Sedang
2	S	53	Sedang
3	VWI	52	Sedang
4	AA	56	Tinggi
5	AP	55	Tinggi
6	AFP	56	Tinggi
7	WDBA	50	Sedang
8	AJJ	60	Tinggi
9	AD	64	Tinggi
10	SK	57	Tinggi
<b>Jumlah</b>		<b>553</b>	<b>Tinggi</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>55.3</b>	

Keterangan:  
interval aspek  
optimis (N=16)

1. 67.2-80 = Sangat tinggi
2. 54.4-66.2 = Tinggi
3. 41.6-53.4 = Sedang
4. 28.8-40.6 = Rendah
5. 16-27.8 = Sangat rendah

Kelas interval di atas diperoleh berdasarkan klasifikasi skor dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Skor maximum} & : 5 \times 16 = 80 \\ \text{Skor minimum} & : 1 \times 16 = 16 \\ \text{Rentang skor} & : 80 - 16 = 64 \\ \text{Panjang kelas interval} & : 64 : 5 = 12.8 \end{aligned}$$

Berdasarkan tabel di atas tentang skor *posttest* kepercayaan diri pada aspek optimis dapat dijelaskan bahwa rata-rata nilai responden yaitu 55.3 poin berada pada kategori “tinggi”. Artinya kepercayaan diri siswa pada aspek optimis berada pada kategori “tinggi”.

**Tabel 4. 8**  
**Frekuensi Aspek Optimis**

No	Skor	Kategori	f	%
1.	67.2-80	Sangat tinggi	0	0
2.	54.4-66.2	Tinggi	6	60
3.	41.6-53.4	Sedang	4	40
4.	28.8-40.6	Rendah	0	0
5.	16-27.8	Sangat rendah	0	0
<b>Jumlah</b>			<b>10</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa kepercayaan diri siswa pada aspek optimis, terdapat 60% siswa memiliki aspek optimis yang “tinggi” dan 40% siswa memiliki aspek optimis yang “sedang”.

c. Aspek Objektif

**Tabel 4. 9**  
**Skor *Posttest* Kepercayaan Diri**  
**Aspek Objektif**  
**N=10**

No	Nama	Skor	Kategori Kepercayaan Diri Siswa
1	IN	21	Sedang
2	S	27	Tinggi
3	VWI	23	Sedang
4	AA	32	Tinggi
5	AP	27	Tinggi
6	AFP	28	Tinggi
7	WDBA	26	Sedang
8	AJJ	32	Tinggi
9	AD	30	Tinggi
10	SK	32	Tinggi
<b>Jumlah</b>		<b>278</b>	<b>Tinggi</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>27.8</b>	

Keterangan: kelas interval aspek objektif (N=8)

1. 33.6-40 = sangat tinggi
2. 27.2-32.6 = tinggi
3. 20.8-26.2 = sedang
4. 14.4-19.8 = rendah

5. 8-13.4 = sangat rendah

Kelas interval di atas diperoleh berdasarkan klasifikasi skor dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Skor maximum} : 5 \times 8 = 40$$

$$\text{Skor minimum} : 1 \times 8 = 8$$

$$\text{Rentang skor} : 40 - 8 = 32$$

$$\text{Panjang kelas interval} : 32 : 5 = 6.4$$

Berdasarkan tabel di atas tentang hasil *posttest* kepercayaan diri pada aspek objektif dapat dijelaskan bahwa rata-rata nilai responden yaitu 27.8 poin berada pada kategori “tinggi”. Artinya kepercayaan diri pada aspek objektif berada pada kategori “tinggi”.

**Tabel 4. 10**  
**Frekuensi Aspek Objektif**

No	Skor	Kategori	f	%
1.	33.6-40	Sangat tinggi	0	0
2.	27.2-32.6	Tinggi	7	70
3.	20.8-26.2	Sedang	3	30
4.	14.4-19.8	Rendah	0	0
5.	8-13.4	Sangat rendah	0	0
<b>Jumlah</b>			<b>10</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa kepercayaan diri siswa pada aspek objektif, terdapat 70% siswa memiliki aspek objektif yang “tinggi” dan 30% siswa memiliki aspek objektif yang “sedang”.

d. Aspek Bertanggung Jawab

**Tabel 4. 11**  
**Skor *Posttest* Kepercayaan Diri**  
**Aspek Bertanggung Jawab**  
**N=10**

No	Nama	Skor	Kategori Kepercayaan Diri Siswa
1	IN	27	Tinggi
2	S	26	Sedang

3	VWI	24	Sedang
4	AA	32	Tinggi
5	AP	28	Tinggi
6	AFP	26	Sedang
7	WDBA	27	Tinggi
8	AJJ	31	Tinggi
9	AD	28	Tinggi
10	SK	31	Tinggi
<b>JUMLAH</b>		<b>280</b>	<b>Tinggi</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>28.0</b>	

Keterangan: kelas interval aspek bertanggung jawab (N=8)

1. 33.6-40 = sangat tinggi
2. 27.2-32.6 = tinggi
3. 20.8-26.2 = sedang
4. 14.4-19.8 = rendah
5. 8-13.4 = sangat rendah

Kelas interval di atas diperoleh berdasarkan klasifikasi skor dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Skor maximum} : 5 \times 8 = 40$$

$$\text{Skor minimum} : 1 \times 8 = 8$$

$$\text{Rentang skor} : 40 - 8 = 32$$

$$\text{Panjang kelas interval} : 32 : 5 = 6.4$$

Berdasarkan tabel di atas tentang hasil *posttest* kepercayaan diri pada aspek bertanggung jawab dapat dijelaskan bahwa rata-rata nilai responden yaitu 28.0 poin berada pada kategori “tinggi”. Artinya kepercayaan diri siswa pada aspek bertanggung jawab berada pada kategori “tinggi”.

**Tabel 4. 12**  
**Frekuensi Aspek Bertanggung jawab**

No	Skor	Kategori	f	%
1.	33.6-40	Sangat tinggi	0	0
2.	27.2-32.6	Tinggi	7	70
3.	20.8-26.2	Sedang	3	30
4.	14.4-19.8	Rendah	0	0

5.	8-13.4	Sangat rendah	0	0
<b>Jumlah</b>			<b>10</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa kepercayaan diri siswa pada aspek bertanggung jawab, terdapat 70% siswa memiliki aspek bertanggung jawab yang “tinggi” dan 30% siswa memiliki aspek bertanggung jawab yang “sedang”.

e. Aspek Rasional dan Realistis

**Tabel 4. 13**  
**Skor *Posttest* Kepercayaan Diri**  
**Aspek Rasional dan Realistis**  
**N=10**

No	Nama	Skor	Kategori Kepercayaan Diri Siswa
1	IN	16	Sedang
2	S	21	Tinggi
3	VWI	16	Sedang
4	AA	25	Sangat Tinggi
5	AP	19	Sedang
6	AFP	16	Sedang
7	WDBA	20	Tinggi
8	AJJ	22	Tinggi
9	AD	21	Tinggi
10	SK	23	Tinggi
<b>Jumlah</b>		<b>199</b>	<b>Tinggi</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>19.9</b>	

Keterangan : kelas interval aspek rasional dan realistis (N=6)

1. 25.2-30 = sangat tinggi
2. 20.4-24.2 = tinggi
3. 15.6-19.4 = sedang
4. 10.8-14.6 = rendah
5. 6-9.8 = sangat rendah

Kelas interval di atas diperoleh berdasarkan klasifikasi skor dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Skor maximum} : 5 \times 6 = 30$$

Skor minimum	: 1 X 6	= 6
Rentang skor	: 30 –6	= 24
Panjang kelas interval	: 24 : 5	= 4.8

Berdasarkan tabel di atas tentang skor *posttest* kepercayaan diri pada aspek rasional dan realistis dapat dijelaskan bahwa rata-rata nilai responden yaitu 19.9 poin berada pada kategori “tinggi”. Artinya kepercayaan diri siswa pada aspek rasional dan realistis berada pada kategori “tinggi”.

**Tabel 4. 14**  
**Frekuensi Aspek Rasional dan Realistis**

No	Skor	Kategori	F	%
1.	25.2-30	Sangat tinggi	1	10
2.	20.4-24.2	Tinggi	6	60
3.	15.6-19.4	Sedang	3	30
4.	10.8-14.6	Rendah	0	0
5.	6-9.8	Sangat rendah	0	0
<b>Jumlah</b>			<b>10</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa kepercayaan diri siswa pada aspek rasional dan realistis, terdapat 10% siswa memiliki aspek rasional dan realistis yang “sangat tinggi”, 60% siswa memiliki aspek rasional dan realistis yang “tinggi” dan 30% siswa memiliki aspek rasional dan realistis yang “sedang”.

**Tabel 4. 15**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**(Keseluruhan)**

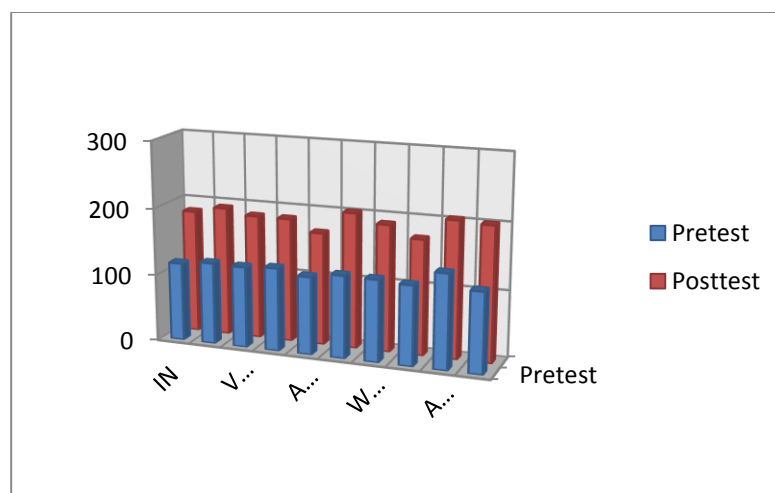
No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IN	117	Rendah	184	Tinggi	67
2	S	122	Rendah	193	Tinggi	71
3	VWI	121	Rendah	185	Tinggi	64
4	AA	124	Rendah	185	Tinggi	61
5	AP	116	Rendah	168	Sedang	52



6	AFP	123	Rendah	202	Tinggi	79
7	WDBA	122	Rendah	189	Tinggi	67
8	AJJ	119	Rendah	172	Sedang	53
9	AD	141	Tinggi	204	Tinggi	63
10	SK	120	Rendah	201	Tinggi	81
<b>Jumlah</b>		<b>1216</b>	<b>Rendah</b>	<b>1857</b>	<b>Tinggi</b>	<b>641</b>
<b>Rata- rata</b>		<b>121.6</b>	<b>Rendah</b>	<b>185.7</b>	<b>Tinggi</b>	<b>64.1</b>

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan perbandingan skor *pretest* dengan *posttest*, skor *pretest* sebanyak 1216, dengan rata-rata 121.6 berada pada kategori rendah. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan dengan skor *posttest* sebanyak 1857 dengan rata-rata 185.7 berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan perbedaan skor sebanyak 641 poin, dengan rerata perbedaan skor rata-rata 64.1. Artinya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

**Grafik 4. 1 Perbandingan skor *Pretest-Posttest* tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan (Keseluruhan)**



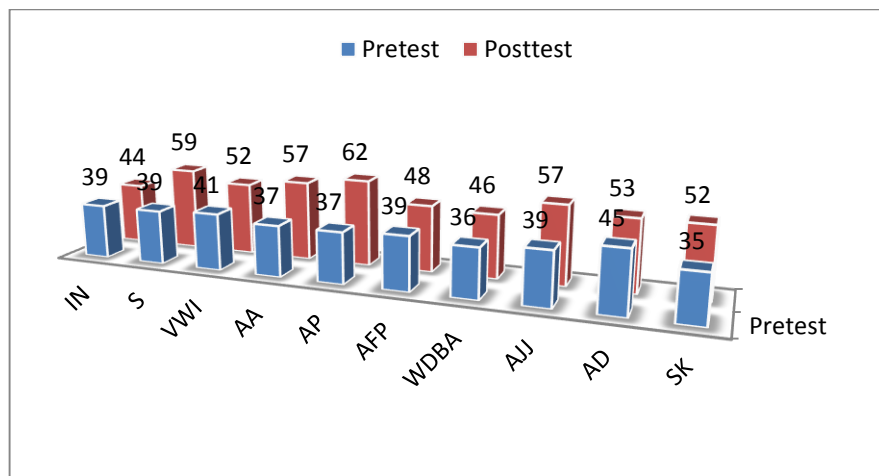
Berdasarkan hasil *posttest* dan *pretest* secara keseluruhan pada grafik laba-laba di atas terlihat bahwa semua siswa mengalami peningkatan, sepuluh orang siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri dan berada pada kategori tinggi dengan skor peningkatan yang berbeda-beda. Selanjutnya dapat digambarkan perbedaan masing-masing aspek kepercayaan diri siswa.

**Tabel 4. 16**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Keyakinan dan Kemampuan Diri**

No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IN	39	Rendah	44	Sedang	5
2	S	39	Rendah	59	Tinggi	20
3	VWI	41	Rendah	52	Sedang	11
4	AA	37	Rendah	57	Tinggi	20
5	AP	37	Rendah	62	Tinggi	25
6	AFP	39	Rendah	48	Sedang	9
7	WDBA	36	Rendah	46	Sedang	10
8	AJJ	39	Rendah	57	Tinggi	18
9	AD	45	Sedang	53	Sedang	8
10	SK	35	Rendah	52	Sedang	17
<b>Jumlah</b>		<b>387</b>	<b>Rendah</b>	<b>530</b>	<b>Sedang</b>	<b>138</b>
<b>Rata- rata</b>		<b>38.7</b>	<b>Rendah</b>	<b>53.0</b>	<b>Sedang</b>	<b>13.8</b>

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan perbandingan skor *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri pada aspek keyakinan dan kemampuan diri, skor *pretest* sebanyak 387, dengan rata-rata 38.7 berada pada kategori rendah. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan skor *pretest* sebanyak 529 dengan rata-rata 52.9 berada pada kategori sedang. Artinya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah yang dapat dilihat pada grafik berikut:

**Grafik 4. 2**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Keyakinan dan Kemampuan Diri**



Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat terjadi perbandingan antara *pretest* dengan *posttest* yang dapat dilihat berdasarkan kepercayaan diri siswa disekolah pada aspek keyakinan akan kemampuan diri terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

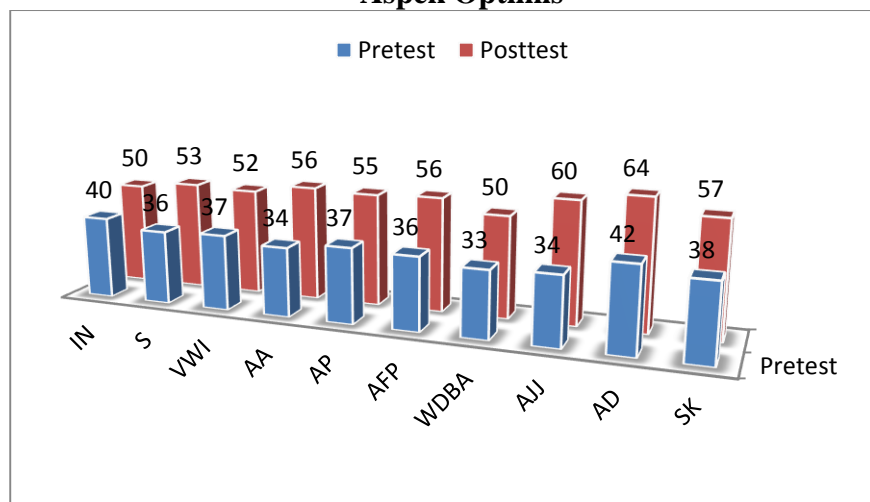
**Tabel 4. 17**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Optimis**

No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IN	40	Rendah	50	Sedang	10
2	S	36	Rendah	53	Tinggi	17
3	VWI	37	Rendah	52	Sedang	15
4	AA	34	Rendah	56	Tinggi	22
5	AP	37	Rendah	55	Tinggi	18
6	AFP	36	Rendah	56	Sedang	20

7	WDBA	33	Rendah	50	Sedang	17
	AJJ	34	Rendah	60	Tinggi	26
	AD	42	Sedang	64	Tinggi	22
	SK	38	Rendah	57	Sedang	19
	<b>Jumlah</b>	<b>367</b>	<b>Rendah</b>	<b>553</b>	<b>Tinggi</b>	<b>186</b>
	<b>Rata-rata</b>	<b>36.7</b>	<b>Rendah</b>	<b>55.3</b>	<b>Tinggi</b>	<b>18.6</b>

Tabel di atas menjelaskan perbandingan skor *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek optimis, skor *pretest* sebanyak 367, dengan rata-rata 36.7 berada pada kategori “rendah”. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan skor *pretest* sebanyak 553 dengan rata-rata 55.3 berada pada kategori “tinggi”. Artinya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah untuk lebih jelas perhatikan grafik berikut ini

**Grafik 4.3**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Optimis**



Berdasarkan gambar di atas dapat dilihat terjadi perbandingan antara *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek optimis terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini

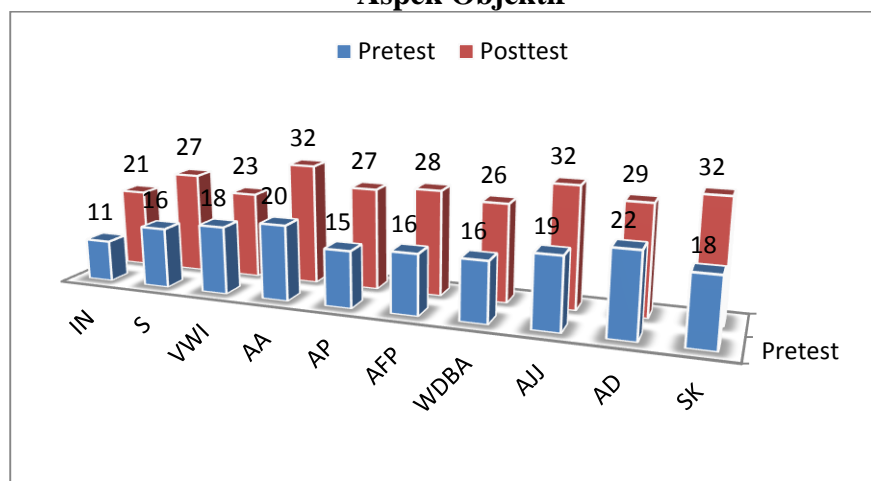
menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

**Tabel 4. 18**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Objektif**

No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IN	11	Sangat Rendah	21	Sedang	10
2	S	16	Rendah	27	Tinggi	11
3	VWI	18	Rendah	23	Sedang	5
4	AA	20	Rendah	32	Tinggi	12
5	AP	15	Rendah	27	Tinggi	12
6	AFP	16	Rendah	28	Tinggi	12
7	WDBA	16	Rendah	26	Sedang	10
8	AJJ	19	Rendah	32	Tinggi	13
9	AD	22	Sedang	30	Tinggi	8
10	SK	18	Rendah	32	Tinggi	14
<b>Jumlah</b>		<b>171</b>	<b>Rendah</b>	<b>278</b>	<b>Tinggi</b>	<b>107</b>
<b>Rata- rata</b>		<b>17.1</b>	<b>Rendah</b>	<b>27.8</b>	<b>Tinggi</b>	<b>10.7</b>

Tabel di atas menjelaskan perbandingan skor *pretest* dengan *posttest* aspek objektif, skor *pretest* sebanyak 171, dengan rata-rata 17.1 berada pada kategori “rendah”. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan skor *pretest* sebanyak 278 dengan rata-rata 27.8 berada pada kategori “tinggi”. Artinya bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah untuk lebih jelas perhatikan grafik berikut ini:

**Grafik 4. 4**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Objektif**



Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat terjadi perbandingan antara *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek objektif terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

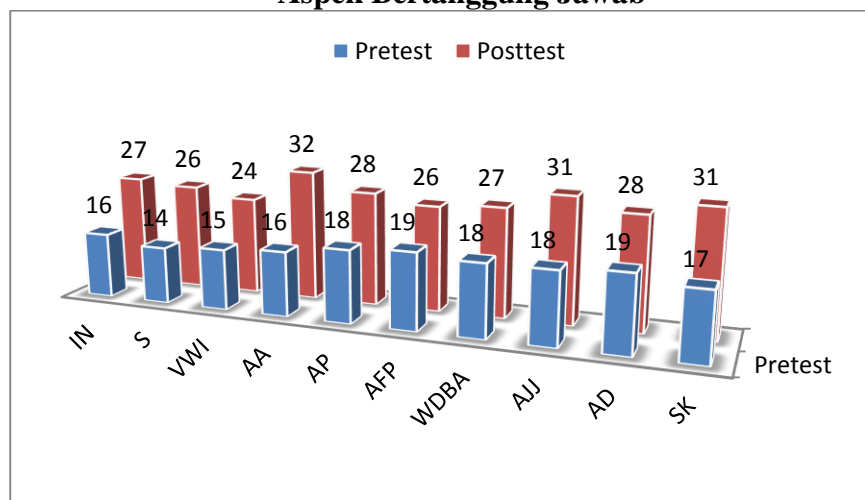
**Tabel 4. 19**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Bertanggung Jawab**

No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IN	16	Rendah	27	Sedang	10
2	S	14	Sangat Rendah	26	Tinggi	11
3	VWI	15	Rendah	24	Sedang	5
4	AA	16	Rendah	32	Tinggi	12
5	AP	18	Rendah	28	Tinggi	12
6	AFP	19	Rendah	26	Tinggi	12
7	WDBA	18	Rendah	27	Sedang	10
8	AJJ	18	Rendah	31	Tinggi	13
9	AD	19	Rendah	28	Tinggi	9
10	SK	17	Rendah	31	Tinggi	14

<b>Jumlah</b>	<b>170</b>	<b>Rendah</b>	<b>280</b>	<b>Tinggi</b>	<b>115</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>17.0</b>	<b>Rendah</b>	<b>28.0</b>	<b>Tinggi</b>	<b>11.5</b>

Tabel di atas menjelaskan tentang perbandingan skor *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek bertanggung jawab, skor *pretest* sebanyak 170, dengan rata-rata 17.0 berada pada kategori “rendah”. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan skor *pretest* sebanyak 280 dengan rata-rata 28.0 berada pada kategori “tinggi”. Artinya bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah untuk lebih jelas perhatikan grafik berikut ini:

**Grafik 4.5**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Bertanggung Jawab**



Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat terjadi perbandingan antara *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek bertanggung jawab terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

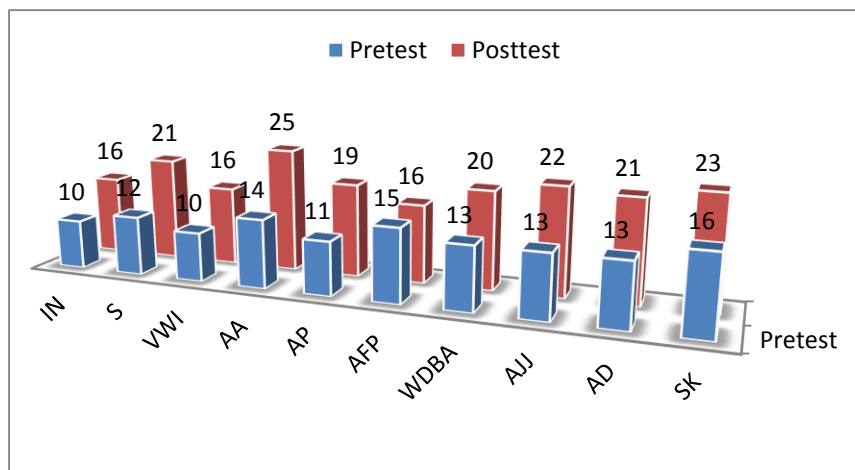
**Tabel 4. 20**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Rasional dan Realistis**

No	Inisial	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IN	10	Rendah	16	Sedang	6
2	S	12	Rendah	21	Tinggi	9
3	VWI	10	Rendah	16	Sedang	6
4	AA	14	Rendah	25	Sangat Tinggi	11
5	AP	11	Rendah	19	Sedang	8
6	AFP	15	Rendah	16	Sedang	1
7	WDBA	13	Rendah	20	Tinggi	7
8	AJJ	13	Rendah	22	Tinggi	9
9	AD	13	Rendah	21	Tinggi	8
10	SK	16	Sedang	23	Tinggi	7
<b>Jumlah</b>		<b>127</b>	<b>Rendah</b>	<b>199</b>	<b>Tinggi</b>	<b>72</b>
<b>Rata- rata</b>		<b>12.7</b>	<b>Rendah</b>	<b>19.9</b>	<b>Tinggi</b>	<b>7.2</b>

Tabel di atas menjelaskan tentang perbandingan skor *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek rasional dan realistis, skor *pretest* sebanyak 127, dengan rata-rata 12.7 berada pada kategori rendah. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan skor *posttest* sebanyak 199 dengan rata-rata 19.9 berada pada kategori tinggi. Artinya bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah untuk lebih jelas perhatikan grafik berikut ini:



**Gambar 4. 1**  
**Perbandingan skor *Pretest-Posttest***  
**tentang Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**Aspek Rasional dan Realistis**



Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat terjadi perbandingan antara *pretest* dengan *posttest* kepercayaan diri siswa pada aspek rasional dan realistis terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

### C. Analisis

Untuk melakukan analisis penulis melakukan uji statistik. Sebelum itu penulis melakukan uji prasarat terlebih dahulu yaitu sebagai berikut:

#### 1. Data berdistribusi normal

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan data yang berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat pada tabel tentang uji normalitas dibawah ini:

##### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
VAR00001	,153	10	,200 <sup>*</sup>	,943	10	,584

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

a. Lilliefors Significance Correction

### Interpretasi

- a. Jika **Responden** > **50**, maka membacanya menggunakan **Kolmogorov-Smirnov**
- b. Jika **Responden** ≤ **50**, maka membacanya menggunakan **Shapiro-Wilk**

Data akan memiliki distribusi normal jika  $p \geq 0,05$ . Berdasarkan hasil tabel diatas, sig. untuk variabel kepercayaan diri yaitu  $0.584 >$  dari  $0.05$ . Maka variabel tersebut memiliki distribusi data yang normal.

### 2. Data harus homogen

Data dalam penelitian ini sudah bersifat homogen yaitu berdasarkan pada tabel dibawah ini:

#### ANOVA

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	60,400	8	7,550	,308	,891
Within Groups	24,500	1	24,500		
Total	84,900	9			

### Interprestasi:

Berdasarkan output SPSS 20 diketahui bahwa nilai signifikan variabel kepercayaan diri yaitu:  $0.891 > 0.05$  artinya data variabel kepercayaan diri bersifat homogen.

Setelah diketahui hasil *posttest* secara keseluruhan dari kelompok sampel, maka selanjutnya untuk melihat berpengaruh atau tidaknya bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa, maka dilakukan analisis statistik (uji beda) dengan model sampel “dua sampel kecil” satu sama lain mempunyai hubungan, menggunakan rumus dan langkah-langkah dalam menganalisis data sebagai berikut:

1. Menyiapkan tabel perhitungan

**Tabel 4. 21**  
**Analisis Data dengan Statistik Uji-t**  
**Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMAN 1 Rambatan**  
**(Keseluruhan)**

No	Y <sub>2</sub> (Posttes)	Y <sub>1</sub> (Pretest)	D(Y <sub>2</sub> -Y <sub>1</sub> )	D <sup>2</sup> (Y <sub>2</sub> -Y <sub>1</sub> ) <sup>2</sup>
1	184	117	67	4489
2	193	122	71	5041
3	185	121	64	4489
4	204	141	63	3969
5	168	116	52	4489
6	202	123	79	5041
7	189	122	67	4489
8	172	119	53	5041
9	159	115	44	4489
10	201	120	81	5041
<b>Jumlah</b>	<b>1857</b>	<b>1216</b>	<b>641</b>	<b>46578</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>185.7</b>	<b>121.6</b>	<b>64.1</b>	<b>4657.8</b>

1. Mencari Mean dari *difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{641}{10}$$

$$M_D = 64.1$$

2. Mencari deviasi standar dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{47650}{10} - \left(\frac{641}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{4657.8 - 4108.81}$$

$$SD_D = \sqrt{548.99}$$

$$SD_D = 23.43$$

3. Mencari deviasi standar eror dari mean *difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-2}}$$

$$SE_{MD} = \frac{23.43}{\sqrt{10-2}}$$

$$SE_{MD} = \frac{23.43}{\sqrt{8}}$$

$$SE_{MD} = \frac{23.43}{3}$$

$$SE_{MD} = 7.81$$

4. Mencari harga  $t_0$  dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{64.1}{7.81}$$

$$t_0 = 8.207$$

5. Mencari nilai df

$$df = N - 1$$

$$= 10 - 1 = 9$$

Mencari harga kritik “t” yang tercantum pada tabel nilai “t” dengan berpegang pada df atau db yang telah diperoleh yaitu pada taraf signifikansi 1%. Dimana  $df = N-1$ ,  $10-1= 9$  diperoleh harga kritik “t” pada  $t_t$  dengan taraf signifikansi 1% yaitu sebesar 3.25. Menarik kesimpulan dengan

membandingkan besarnya  $t$  yang diperoleh  $t_o 8.207 > 3.25$  pada  $df = 9$  dengan taraf signifikansi 1%. Berdasarkan hal tersebut, maka hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan ( $H_o$ ) ditolak pada taraf signifikan 1% dengan db atau  $df = 9$ . Ini berarti bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X di SMAN 1 Rambatan.

#### **D. Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Artinya data empirik ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Sobur (2003: 521) mengenai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya yaitu "*role you play-role taking* dimana bermain peran akan mempengaruhi konsep diri seseorang, adanya aspek peran yang kita mainkan sedikit banyak akan mempengaruhi konsep diri kita. Permainan peran inilah yang merupakan awal dari pengembangan konsep diri". Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa konsep diri mempengaruhi kepercayaan diri seseorang yang dapat dikembangkan melalui bermain peran. Hal ini juga dinyatakan oleh Hasballah (dalam Suwarjo dan Eliasa 2011: 75) bahwa:

Landasan dasar terbentuknya percaya diri seseorang terletak pada pemahaman konsep dirinya. Perkembangan konsep diri yang sehat akan menimbulkan kepercayaan diri. Hal ini menunjukkan bahwa rasa percaya diri seseorang tergantung pada pemahaman tentang siapa dirinya sebagai individu yang berkompeten.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa konsep diri yang positif akan membentuk kepercayaan diri yang tinggi demikian pula sebaliknya konsep diri yang negatif akan membentuk kepercayaan diri yang rendah. Dapat dipahami bahwa seseorang yang memiliki rasa kepercayaan

diri yang tinggi memandang positif terhadap dirinya baik dalam bersikap, bertindak maupun dalam berpenampilan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh konsep diri yang dapat dikembangkan melalui permainan peran. Aspek peran yang dimainkan oleh seseorang akan mempengaruhi konsep dirinya. Permainan peran akan mengembangkan konsep diri seseorang yaitu bagaimana ia memandang tentang dirinya melalui peran yang ia mainkan dan hal ini akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

Selain itu berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Naqiyah (2013, p. 9-10) dimana dalam hasil penelitian dinyatakan bahwa:

Siswa yang telah melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama mengaku mampu meningkatkan rasa percaya dirinya. Siswa lebih percaya diri untuk mengemukakan pendapat, berkomunikasi dengan orang yang belum dikenalnya, menampilkan bakat dan kemampuannya, serta menyelesaikan masalahnya. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, siswa dapat melaksanakan bimbingan kelompok dari awal sampai akhir dengan baik. Berdasarkan pelaksanaan bimbingan kelompok teknik sosiodrama siswa berani untuk mengemukakan pendapat, bertanya jika mereka tidak mengerti, memberikan umpan balik saat proses bimbingan kelompok, antusias mengikuti bimbingan kelompok, dan mampu menyampaikan pesan dan kesan dari kegiatan bimbingan kelompok ini.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa sebab melalui sosiodrama siswa dapat memahami cara penyelesaian masalah. Hal ini sesuai dengan pendapat Sukardi (dalam Naqiyah, 2013, p.14) tentang tujuan dan manfaat dari sosiodrama salah satunya adalah “menambah serta memperkaya pengalaman siswa untuk dapat menghayati tentang sesuatu yang dipikirkan, dirasakan atau diinginkannya dalam situasi-situasi sosial tertentu”. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dipahami bahwa melalui sosiodrama siswa dapat menghayati perannya sebagai seseorang yang tidak percaya diri. Siswa akan mampu memahami situasi sosial baik dirinya maupun orang lain

yang akan menghantarkan siswa untuk dapat menentukan tindakan yang tepat dalam situasi sosial yang sedang ia hadapi.

Menurut Santrock (2003: 338) bahwa “ada dua sumber dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri yaitu hubungan dengan orang tua dan teman sebaya”. Berdasarkan hal tersebut maka teman sebaya memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri seseorang seperti dukungan dari teman sebaya dalam interaksi sosial. Dimana dukungan tersebut dapat berupa pengakuan, pujian ataupun penghargaan dimana hal ini dapat mendorong seseorang untuk yakin dan percaya terhadap dirinya sendiri. Dukungan tersebut terjadi dalam situasi interaksi sosial dimana hal ini dapat diterapkan melalui sosiodrama. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Santrock (dalam Prisnawati, 2016: 3) mengenai permainan sosiodrama yaitu “permainan yang melibatkan interaksi sosial dengan teman-teman sebaya”. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dipahami bahwa interaksi sosial dengan teman sebaya dalam sosiodrama dapat mempengaruhi kepercayaan diri.

Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dilaksanakan oleh siswa sebagai pemain peran yaitu sebagai pribadi dirinya yang tidak percaya diri di tengah situasi diskusi saat belajar mengajar di kelas. Dimana disana siswa akan mendapat dukungan maupun rintangan untuk dapat menjadi pribadi yang mandiri dan percaya pada diri sendiri. Melalui proses pembelajaran yang berulang-ulang yaitu belajar untuk berbicara dan berpendapat saat diskusi serta tampil di depan kelas siswa akan terlatih untuk berbicara dan berpendapat.

Selain itu melalui proses penghayatan peran siswa dapat menentukan tindakan yang tepat saat mengalami situasi sosial yang tidak menyenangkan seperti cemoohan teman serta dapat mengambil sikap saat dirinya merasa takut, grogi dan ragu-ragu untuk bersikap ataupun bertindak. Kemudian melalui dukungan dari teman sebaya seperti motivasi, pengakuan, pujian dan penghargaan yang diberikan akan membuat siswa yakin dengan kemampuan

dirinya. Hal ini akan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa secara perlahan jika latihan dilakukan secara berulang-ulang. Maka dalam hal ini melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan yaitu melalui latihan dalam peran yang ia mainkan.

Artinya bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Jika bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini diterapkan di sekolah maka hal ini akan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Jika tidak dilakukan maka kepercayaan diri siswa akan tetap rendah bahkan sangat rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama memiliki peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Maka dari itu guru BK perlu menerapkan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini tentang pengaruh bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 1 Rambatan dapat disimpulkan bahwa:

1. Kepercayaan diri siswa sebelum diberikan *treatment* pada umumnya rendah dengan nilai *pretest* 121.6 dan meningkat setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok teknik sosiodrama dengan nilai *posttest* 185.7 dengan selisih 64.1 poin.
2. Terdapat pengaruh signifikan bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa dengan nilai  $t_o 8.207 > t_t 3.25$ .

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka untuk ke depannya peneliti mengharapkan dan menyarankan:

1. Guru BK di sekolah untuk dapat menerapkan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa agar kegiatan diminati siswa dan menjadi lebih menarik dengan adanya permainan peran.
2. Hendaknya Guru mata pelajaran di sekolah dapat menerapkan teknik sosiodrama dalam proses pembelajaran di kelas agar siswa lebih mudah dalam memahami pelajaran.
3. Hendaknya para siswa dapat sungguh-sungguh dalam belajar serta dapat mengikuti layanan BK dengan baik.
4. Peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian ini dan lebih mengembangkannya terhadap variabel yang lain.

## DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Abimanyu. S. 1996. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: DEPKEB PPTA.
- Ahmadi. A. dan Supriyono. W. 2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Angelis. B. D. 2000. *Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Aqib. Z. 2012. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Yrama Widya.
- Arifin. Z. 2011. *Penelitian Pendidikan (Metode dan Paradigma Baru)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Arikunto. S. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atok. H. 2010. *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Percaya Diri*, (Online), tersedia: <http://miklotof.wordpress.com/2010/06/25/faktor-pd/>
- Aziz. Q. *Pengaruh Keyakinan Diri dan Pengembangan Karyawan Terhadap Motivasi Kerja Karyawan pada Balai Besar Veteriner (BBVet) Wates Yogyakarta* [http://eprints.ums.ac.id/28722/10/naskah\\_publicasi.pdf/](http://eprints.ums.ac.id/28722/10/naskah_publicasi.pdf/)
- Barkley. E. E. *Et.all*. 2005. *Collaborative Learning Technique: Teknik-Teknik Pembelajaran Kolaboratif*. Bandung: Nusa Media.
- Djamarah. S. B. *et.all*. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fatimah. E. 2006. *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gufron. M. N dan Risnawati. R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruz Media.
- Hakim. T. 2004. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri (edisi kedua)*. Jakarta: Puspa Swarsa.
- Hanafi. A. H. 2011. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Diadit Media Press.
- Kasiram. M. 2008. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: UIN Malang Press.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2011. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Khotimah. S. 2016. *Pengaruh Layanan Konseling Islam terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII di MTs Muhammadiyah Batusangkar*. Skripsi. Batusangkar: IAIN Batusangkar.

- Lauster. P. 2004. *Personality Test*. (Penerjemah) DH Gulo. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Gaya Media Pratama. Cet ke-17
- Lie. A. 2003. *Menjadi Orangtua Bijak 101 Cara Menumbuhkan percaya Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Mardalis. 2004. *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Prakteknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muis. I. 2011. *Percaya Diri*. (Online). Tersedia://ichwanmuis.com/?p=455
- Narbuko. C. dan Achmadi. A. 2015. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi aksara.
- Nasution. 2006. *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: Bumi aksara.
- Nurihsan. A. J. 2005. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Nursalim. M. et.all. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Prayitno dan Amti. E. 1999. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan Konseling LI-L9*. Padang: UNP Press.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: UNP Press.
- \_\_\_\_\_. 2017. *Konseling Profesional yang Berhasil. Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Prisnawati. T. A. 2016. *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dengan Teknik Sosiodrama Kelas VII.B SMPNISentolo*. (Online). [httprepository.upy.ac.id/1491/ARTIKEL%20THERESIA%20AJENG%20PRISNAWATI.pdf](http://repository.upy.ac.id/1491/ARTIKEL%20THERESIA%20AJENG%20PRISNAWATI.pdf)
- Purwanti. S. R. 2013. *Mengatasi Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII F SMP N 2 Karang Pucung Kabupaten Cilacap*. Semarang: UNNES.
- Ramadhani. S. 2008. *The Art of Positive Communicating*. Yogyakarta: Bookmarks.
- Rahayu. A. Y. 2013. *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*. Jakarta: Indeks.
- Ramayanti. F. et.al. *Pengaruh Sosiodrama terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Negeri 4 Pekanbaru TP 2016/2017*. Skripsi. (Online). <http://sjom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/download/15835/15369>

- Refiliana. 2015. *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Interaksi Sosial Siswa Kelas VIII.1 di MTsN Pitalah Kecamatan Batipuh Kabupaten Tanah Datar*. Skripsi. Batusangkar: IAIN Batusangkar.
- Rifanto. R. 2010. *3 Menit Membuat Anak Keranjang Belajar*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Roestiyah. 1991. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Santrock. Joh. W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Terj Shinto B Adelar, Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga.
- Seniati. L. et. all. 2005. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Indeks Kelompok Gramedia.
- Silberman. M. 2013. *Pembelajaran Aktif 101 Strategi untuk Mengajar Secara Aktif*. Jakarta: Indeks.
- Siregar. S. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual dan SPSS*. Jakarta: Kencana.
- Sobur. A. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sudijono. A. 2005. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta. Raja Grafindo. Persada. Ed. 1, Cet. 5
- Sugiarti. R. 2017. *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Perilaku Menyontek Pada Siswa Kelas XI SMAN 2 Sawahlunto*. Skripsi. Batusangkar: IAIN Batusangkar.
- Sugiyono. 2013. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. D. K. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Edisi revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Suwarjo dan Eliasa. E. I. 2011. *55 Permainan dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Triyono dan Mastur. 2011. *Kumpulan Materi Bimbingan dan Konseling Bidang Bimbingan Pribadi*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Yusuf. M. 2013. *Metode Penelitian, Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Padang: UNP Press.
- Zubaedi. 2011. *Desain Pendidikan Karakter Konsepsi dan Aplikasinya dalam Lembaga Pendidikan*. Jakarta: Kencana.