

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SOSIODRAMA*
UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PESERTA DIDIK
KELAS VII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Pembuatan Skripsi Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh:

**SITI PRIHATIN
1411080269**

Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SOSIODRAMA*
UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PESERTA DIDIK
KELAS VII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Pembuatan Skripsi Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Pembimbing I : Andi Thahir, M.A., Ed. D
Pembimbing II : Nova Erlina, S.IQ., M. Ed

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

ABSTRAK

LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019

Oleh :

SITI PRIHATIN

Layanan konseling kelompok adalah suatu proses treatment antara anggota dan konselor untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri. Rasa percaya diri merupakan faktor utama yang dibutuhkan bagi para peserta didik karena dengan adanya rasa percaya diri yang ditumbuhkan dalam diri bisa dijadikan modal dalam perkembangan tahap belajar peserta didik disekolah. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMPN 31 Bandar Lampung yang berjumlah 32 peserta didik. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang peserta didik. Metode pengumpulan data menggunakan skal likert. Validasi instrument daan perhitungan reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS 16. Dengan demikian instrumen dikatakan reliabel. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcocon*.

Hal ini terbukti dari hasil *pretest* dan *posttest* yang telah dilakukan, maka diperoleh berdasarkan hasil perhitungan rata-rata skor percaya diri sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok terkait tentang percaya diri pada kelompok eksperimen 43 dan kelompok kontrol 63,2 setelah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* kelompok eksperimen mengalami peningkatan menjadi 79,1 dan pada kelompok kontrol tidak diberikan treatment namun tetap di kontrol mengalami peningkatan menjadi 65,9. Dari hasil uji *Wilcocon* menggunakan SPSS versi 16 hasil kedua tabel menunjukkan output “Test statisik”, maka diketahui kolom *asympt sig (2 tailed)* yang merupakan angka probabilitas $p = 0,005$; $p \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian kesimpulannya rasa percaya diri pada peserta didik di SMPN 31 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama*.

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Hal ini ditandai dengan peserta didik yang sudah menunjukkan kepercayaan diri yang meningkat dan lebih percaya diri dalam proses belajar .

Kata Kunci : Layanan Konseling Kelompok, Teknik *Sosiodrama*, Rasa Percaya Diri



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jalan Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung tlp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

Nama : **Siti Prihatin**
NPM : **1411080269**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

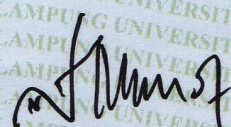
MENYETUJUI

Untuk di munaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II


Andi Thahir, M.A., Ed. D
NIP. 197604272007011015


Nova Erlina, S.I.O., M. Ed
NIP. 197811142009122003

Mengetahui
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam


Andi Thahir, M.A., Ed. D
NIP. 197604272007011015



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jalan Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung tlp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019”** disusun oleh: **Siti Prihatin, NPM: 1411080269**, Program Studi: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam** telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Senin, 22 Oktober 2018.**

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : **Dr. Bambang Sri Anggoro, M. Pd** (.....)
Sekretaris : **Mega Aria Monica, M. Pd** (.....)
Penguji Utama : **Drs. Yahya AD, M. Pd** (.....)
Penguji Pendamping I : **Andi Thahir, M.A., Ed. D** (.....)
Penguji Pendamping II : **Nova Erlina, S.IQ., M. Ed** (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd
NIP. 1956/810 198703 1 001

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (Q.S Ali-Imran : 139)¹



¹ Departement Agama Republik Indonesia, Alqur'an dan Terjemah (bandung : Syaami Qur'an,2007), h. 92

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya. Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan skripsi ini, dengan segala rasa syukur dan bangga kupersembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku yang tercinta, terimakasih untuk ayahanda Kasid dan ibunda Daminah yang telah membesarkanku, mengasuh, mendidik, membimbing dan memberikan kasih sayang yang melimpah kepadaku, yang semua itu tidak akan mungkin terbalas olehku. Atas segala doa yang selalu dipanjatkan disetiap malammu semoga keberhasilanku ini dapat memberikan rasa bangga dan senyum bahagia untuk kalian.
2. Untuk kakak ku Tajudin dan adikku Siti Cahyani Ningsih terimakasih atas dukungan, motivasi dan doa yang selalu diberikan untukku.
3. Almamater Fakultas Tarbiyah dan Keguruam UIN Radem Intan Lampung

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Siti Prihatin dilahirkan pada tanggal 21 Agustus 1996 di Bandar Lampung, penulis merupakan anak Kedua dari 3 bersaudara dari pasangan Bapak Kasid dan Daminah. Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang SDN 06 Penengahan Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikannya di SMP Pajajaran Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2011, penulis melanjutkan pendidikannya di SMK Surya Dharma Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2014. Pada tahun 2014 penulis melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi yaitu UIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Pengalaman organisasi penulis dimulai sejak Sekolah Menengah Pertama yaitu penulis aktif di kegiatan Pramuka dan Taekwondo dan Osis. Kemudian saat SMK penulis aktif di organisasi PMR (Palang Merah Remaja), Osis dan Rohis. Selama menempuh masa kuliah, penulis juga aktif dalam kegiatan Taekwondo di Uin Raden Intan dan sempat mengikuti kegiatan MAHARIPAL.

Pada tahun 2017 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Siliwangi Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu, kemudian melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Di SMPN 31 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, para sahabat, keluarga dan pengikutnya.

Skripsi dengan judul **“Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik di Kelas VIII SMPN 31 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”** adalah salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Bimbingan (BK) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Penyelesaian skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, serta dengan tidak mengurangi rasa terima kasih atas bantuan semua pihak, rasa hormat dan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak memberikan bimbingan dan masukan kepada seluruh mahasiswa;
2. Andi Thahir, M.A., Ed.D selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, terima kasih atas bimbingan dan bantuannya selama penulis menuntut ilmu;
3. Dr. Oki Dermawan, M.Pd selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, terima kasih atas bimbingan dan bantuannya selama penulis menuntut ilmu;

4. Andi Thahir, M.A., Ed.D selaku Pembimbing I dan Nova Erlina, S.IQ., M. Ed selaku Pembimbing II, yang telah menyediakan waktu dan memberikan bimbingan dengan ikhlas dan sabar yang sangat berharga dalam mengarahkan dan memotivasi penulis hingga terselesaikannya skripsi ini;
5. Seluruh dosen prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik dan mengajarkan ilmu pengetahuan yang bermanfaat hingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini
6. Seluruh staf dan karyawan tata usaha Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, perpustakaan fakultas dan perpustakaan pusat UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan fasilitas dan bantuannya dalam menyelesaikan karya tulis ini
7. Drs. Mahmud Muin selaku Kepala Sekolah SMPN 31 Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian
8. Calvin, S.Pd dan Arlius, S.Pd selaku Guru Pembimbing Bimbingan Konseling SMPN 31 Bandar Lampung yang telah membantu dalam penelitian
9. Bapak dan ibu guru beserta Staf TU SMPN 31 Bandar Lampung yang telah berkenan membantu dalam penelitian
10. Siswa-siswi SMPN 31 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019 yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini
11. Kedua orang tua ku yang telah memberikan dukungan, doa, dan motivasi baik secara moril dan materil
12. Seseorang yang menemani ku dari awal perkuliahan hingga detik ini Rizal Ansori, teman-teman ku Aditya Yosanda, Della Kuspita, Trima Ana Lestari, Vira Nuradhita, Anita Yulandari, Diana Dewi Lestari, Yesi Marselina, Thalia Nurulita, Siti Rohimah, Khoirunnisa, Ivan Aziz Abdilah, Bagus Eri Wijaksono, Arif Akmal, Hengki, Henda Putra.
13. Rekan-rekan seperjuangan 2014 kelas BK/C terima kasih atas dukungan dan support selama 4 tahun dan sukses buat kalian.

14. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu

Penulis sadar bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, mengingat kemampuan yang terbatas. Untuk itu kepada para pembaca kiranya dapat memberikan masukan dan saran-sarannya serta kritikan, sehingga penelitian ini akan lebih baik dan sempurna di masa mendatang.

Akhirnya penulis berharap semoga karya tulis ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya.

Bandar Lampung, 23 Juli 2018

Penulis



Siti Prihatin

NPM. 1411080269

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah	12
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian.....	13
G. Ruang Lingkup Penelitian	14

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok Dengan Teknik Sociodrama	15
1. Pengertian Konseling Kelompok	15
2. Tujuan Konseling Kelompok	17
3. Manfaat dan Keuntungan Konseling Kelompok	18
4. Asas-asas yang Digunakan Konseling Kelompok	19
5. Tahap-tahap Pelaksanaan Konseling Kelompok	19
6. Perbedaan Konseling Kelompok dan Bimbingan Kelompok.....	22

7. Pembentukan Kelompok	23
B. Teknik <i>Sosiodrama</i>	26
1. Pengertian <i>Sosiodrama</i>	26
2. Langkah-langkah Metode <i>Sosiodrama</i>	26
3. Pelaksanaan <i>Sosiodrama</i>	33
4. Tujuan <i>Sosiodrama</i>	34
5. Kelebihan Teknik <i>Sosiodrama</i>	34
6. Kelemahan Teknik <i>Sosiodrama</i>	35
7. Langkah Langkah <i>Sosiodrama</i>	35
C. Rasa Percaya Diri	37
1. Pengertian Percaya Diri	37
2. Karakteristik/Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Percaya Diri	39
3. Faktor-faktor Penyebab Kurang Percaya Diri	41
4. Perkembangan Percaya Diri	43
5. Cara Menumbuhkan Percaya Diri	44
D. Peneliti Yang Relevan	45
E. Kerangka Berfikir	47
F. Hipotesis	48

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	50
B. Desain Penelitian	51
C. Variabel Penelitian	54
D. Deinisasi Operasional Penelitian	56
E. Populasi dan Sampel Penelitian	58
F. Teknik Pengumpulan Data	59
G. Uji Validitas Reabilitas Keabsahan Data	63
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	66

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian 69

 1. Deskripsi Data 70

 2. Hasil Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok 76

 3. Hasil Uji Efektifitas 80

B. Pembahasan Hasil Penelitian 83

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 86

B. Saran-saran 87

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

	Hal
1. Sampel Penelitian Kelomok Eksperimen	9
2. Sampel Penelitian Kelompok Kontrol.....	10
3. Perbandingan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok	22
4. Krangka Berfikir Rasa Percaya Diri.....	48
5. Rancangan Pemberian Treatment.....	54
6. Alternatif Jawaban Angket.....	62
7. Krikteria Interaksi Sosial.....	63
8. Kisi-kisi Instrumen Rasa Percaya Diri	64
9. Hasil <i>Pretest</i> Penelitian Kelompok Ekperimen	70
10. Hasil <i>Pretest</i> Penelitian Kelompok Kontrol.....	71
11. Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Ekperimen	72
12. Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	73
13. Hasil Perbandingan Gain Score.....	74
14. Jadwal pelaksanaan kegiatan.....	77
15. Hasil uji Wilcoxon	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Kerangka Berfikir Rasa Percaya Diri	48
2. Desain Penelitian	52
3. Variabel Penelitian	56
4. Grafik Perbandingan.....	75



DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
1. Uji <i>Validitas</i> dan <i>Reabilitas</i> Angket	91
2. SPSS V.16 Uji Wilxocon	97
3. Rencana Pelaksanaan Layanan	98
4. Perencanaan Program <i>Sosiodrama</i>	101
5. Angket Kepercayaan Diri	104
6. Lembar Hasil <i>Pretest</i>	106
7. Lembar Hasil <i>Postest</i>	109
8. Pedoman Wawancara	110
9. Skenario Proses Konseling Kelompok	112
10. Naskah <i>Sosiodrama</i>	117
11. Surat Izin Penelitian	130
12. Surat Balasan Penelitian	131
13. Keterangan Validasi Angket	132
14. Dokumentasi Kegiatan	134

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keragaman sosial mengharuskan para siswanya untuk belajar memahami dan mengerti perbedaan terhadap orang lain. Pendidikan memiliki peran penting dalam menumbuhkan keberanian dan rasa percaya diri dalam diri manusia karena pada dasarnya pendidikan merupakan upaya menyiapkan individu (peserta didik) agar lebih siap dan memiliki sikap percaya diri akan kemampuan yang dimiliki oleh diri sendiri.

Pendidikan ialah suatu pengembangan berbagai kemampuan secara optimal, baik pengembangan kemampuan individu dalam aspek fisik, intelektual, emosional, sosial dan spiritual sesuai dengan tahap perkembangan serta karakteristik lingkungan fisik dan lingkungan sosial budaya.¹

Pendidikan dalam pandangan islam adalah upaya perencanaan menyiapkan manusia mengenal, memahami, menghayati, dan mempercayai ajaran agama islam dengan dibarengi tuntutan untuk menghormati agama lain

¹ Hera Lestari Mikarsa, *Pendidikan Anak di SD*, Jakarta : Universitas Terbuka, 2007, h. 2.

dalam hubungan antar umat beragama untuk menciptakan persatuan dan kesatuan.²

Ayat tentang pendidikan:

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾ أَلَمْ يَكُنْ الْأَكْرَمُ
الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٣﴾ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمَ ﴿٤﴾

Artinya :

"Bacalah dengan (menyebut) nama tuhanmu yang menciptakan, Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah, Bacalah, dan tuhanmu lah yang paling pemurah, yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam. Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya."³ (Q.S. Al-Alaq : 1-5)

Pada dasarnya dalam pergaulan di era modernisasi saat ini sikap rasa percaya diri sangat dibutuhkan bagi peserta didik baik dalam lingkungan rumah, sekolah ataupun lingkungan sosial lainnya, yang bertujuan untuk membantu menyesuaikan terhadap lingkungan. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri sudah pasti akan menunjang kenyamanan terhadap lingkungan ia berada. Jika seseorang memiliki kepercayaan diri akan membuat merasa nyaman berada di lingkungan tempat individu berada sehingga individu akan merasa yakin dengan keputusan selanjutnya yang akan diambil guna mencapai tujuan yang di harapkan.

Menurut beberapa ahli diantaranya Norman Vincent peale dalam bukunya the power positive thinking mengungkapkan, seseorang individu

² Mitahur Rohman dan Hairudin, "Konsep Tujuan Pendidikan Islam Perspektif Nilai-nilai Sosialkultural"(Online), Tersedia: <https://ejournal.radenintan.ac.id//index.php/tadkiyyah/article/view/2602/1901>, diakses tanggal 1 september 2018 pukul 14.21

³ Kementerian Agama, *Al-quran dan terjemah* (Jakarta : PT cemerlang 2010) h.351.

sudah pasti tidak mungkin seseorang menjadi sungguh berbahagia atau menjadi sukses tanpa memiliki tingkat rasa percaya diri yang mendasar didalam dirinya, sifat rasa percaya diri mutlak sangat diperlukan bertujuan untuk bisa merasa bahagia dalam menjalani kehidupan yang dialaminya.⁴

Seseorang terkadang tidak memiliki kepercayaan diri terhadap dirinya itu bisa disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Kepercayaan diri pada seseorang tidak dapat muncul begitu saja melainkan ada keterkaitan orang-orang yang memberikan dukungan sehingga pada diri individu muncul rasa kepercayaan diri. Dan Menurut John W. Santrock menjelaskan bahwa terdapat ada dua sumber dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri individu yaitu hubungan antara orang tua dan teman antar sebaya.⁵

Ayat tentang percaya diri:

(Ali Imran: 139)

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya:

"janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."⁶

⁴ Aaron Lumpkin, You Can Be, Jakarta 13740, h. 82.

⁵ Wardatul Djannah, Ayom Yulita, *Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta*, Jurnal Ilmiah, h. 167.

⁶ Kementrian Agama, *Al-quran dan terjemah* (Jakarta : PT cemerlang 2010) h.35.

Sifat percaya diri baiknya dimiliki seseorang atau individu untuk mencapai kesuksesan, akan tetapi kebanyakan individu tidak menyadari bahwa rasa percaya diri dapat menghambat semua kegiatan sehari-hari yang kelak akan menghambat kesuksesan dirinya. Siswa dapat secara teoretis membentuk kepercayaan diri mereka dengan mengesampingkan prestasi mereka sendiri, tetapi mereka juga dapat menerima pujian atau kritik *icism*, membandingkan diri terhadap rekan-rekan mereka, tertarik pada kekhawatiran tentang studi mereka atau menjadi sasaran berbagai potensi lainnya.⁷

Seseorang atau individu yang memiliki kepercayaan diri rendah akan memiliki beberapa sifat dan perilaku yang diantaranya ialah : individu tidak mau mencoba suatu hal yang baru dalam kehidupannya, individu merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan didalam lingkungannya, punya kecenderungan melempar kesalahan pada orang lain, memiliki emosi yang cenderung dan disembunyikan tidak berani mengeluarkannya, individu mudah mengalami rasa frustrasi dan merasa tertekan, meremehkan kebiasaan atau bakat dan kemampuan yang terdapat didalam diri sendiri seakan-akan dirinya tidak mampu, serta mudah terpengaruh oleh perkataan atau perbuatan orang lain.

Menurut Sugiarto ciri-ciri seseorang yang kurang percaya diri yang diamati adalah : sering menghindari kontak mata (menunduk/membuang pandangan kearah lain), sering meluapkan rasa emosinya dengan mengamuk

⁷ Richard Sheldrake, “*confidence as motivational expressions of interest, utility, and other influences : exploring under confidence and over confidence in science students at secondary school*”, 2016, h. 1.

untuk melepaskan rasa kecemasan yang dirasakannya, tidak banyak mengeluarkan pembicaraan (sering menjawab dengan penjelasan secukupnya apabila ditanya oleh lawan bicaranya, seperti : “ya” atau “tidak” , bahkan hanya mengangguk atau menggelengkan kepalanya untuk menjawab sebuah pertanyaan baik dikegiatan-kegiatan di kelas maupun di luar kelas (pasif), tidak membutuhkan seakan enggan untuk meminta pertolongan atau bertanya pada orang yang belum dikenal baik olehnya, mengalami demam panggung di saat-saat tertentu dan sulit berbur dengan lingkungan/situasi baru (butuh waktu yang cukup lama untuk menyesuaikan diri).⁸

Indikator Rasa Percaya Diri

Mastuti dalam Fiontika mengungkapkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri sebagai berikut :

- 1) Menyimpan rasa takut/ khawatir terhadap penolakan
- 2) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurang diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri.
- 3) Takut gagal, seakan-akan menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target keinginan untuk mencapai keberhasilan.
- 4) Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai kemampuan yang ada pada dirinya tidak mungkin berhasil.⁹

Konseling merupakan proses membantu individu yang mengalami permasalahan melalui proses interaksi antara konseli dan klien agar dapat memahami kemampuan diri dan lingkungan sekitarnya, dan diharapkan kan

⁸ Kasa Fioentika, et, al, *Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP, Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Vol 1, NO 3, 2016, h.105.

⁹ Ibid, h.168.

klien mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan untuk proses selanjutnya berdasarkan keyakinan yang ada didalam dirinya sehingga si konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.¹⁰

Blocher menjelaskan, konseling itu sendiri ialah proses membantu seseorang agar dapat memahami isi dari dirinya sendiri dan memberikan reaksi untuk pengaruh lingkungan yang diterimanya, selanjutnya memberikan membantuan kepada orang yang bersangkutan menentukan beberapa keputusan pribadi bagi tingkah lakunya dan mengembangkannya serta memperjelas tujuan dan nilai – nilai untuk perilaku di masa yang akan datang.¹¹

“Menurut Gazda memberi penjelasan bahwa konseling kelompok itu sendiri merupakan suatu proses yang berpusat pada usaha individu dalam berfikir , melibatkan pada fungsi-fungsi terapi, serta berorientasi pada kenyataan-kenyataan saling mempercayai, memelihara, penerimaan dan bantuan. Fungsi-fungsi dari dilakukannya terapi itu diciptakan dan dipelihara dalam wadah kelompok kecil melalui sumbangan perorangan dalam anggota kelompok sebaya dan konselor”¹²

¹⁰ Achamad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling*, Bandung, Refika Aditama, 2007, h.

¹¹ Prayitno, Op cit h. 101.

¹² Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 7

Prsedur Konseling Kelompok yaitu terdiri dari :

- 1) Tahap pembentukan
- 2) Tahap peralihan
- 3) Tahap kegiatan dan
- 4) Tahap pengakhiran.¹³

Teknik sosiodarma adalah teknik yang memproyeksikan masalah kelompok kedalam tindakan melalui bahasa.¹⁴Sosiodrama adalah alat eksplorasi dramatis, yang melibatkan peserta dalam aes- proses pemecahan masalah tiga dimensi untuk memeriksa, mengeksplorasi, dan merenungkannya.¹⁵ Proses pemecahan masalah tiga dimensi untuk memeriksa, mengeksplorasi, dan merenungkannya.

Menurut Winkel, W. S sosiodrama ialah sebuah proses dramatisasi adegan yang timbul dalam pergaulan antar lingkungan atau orang lain, termasuk permasalahan yang sering dialami dalam lingkungan pergaulan sosial. Teknik sosiodrama itu sendiri dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya permasalahan atau kesulitan pada diri peserta didik dalam pembuatan rencana dan keputusan yang dirasa tepat.¹⁶

¹³ Achmad Juntika Nurihsan, *strategi layanan bimbingan dan konseling*, h. 21

¹⁴Mead R. Johnson , Gilbert Rau, *sociodrama applied on a teacher training college campus*, (27 October 2014, at 06:52), h. 2

¹⁵ Deanna Marie Pecaski MC Lennan, *examining external influences in young children's explorations within sociodrama*, h. 1, 2013

¹⁶ Evi Zuhara, "efektifitas teknik sosiodrma ntuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa" jurnal ilmiah edukasi, vol. 1, no 1, h. 83.

Teknik sosiodrama dianggap memiliki keuntungan sebagai teknik untuk meningkatkan keberanian dan rasa percaya diri, dapat mengembangkan bakat dan meningkatkan kemampuan siswa dalam hal menganalisis masalah dan mengambil kesimpulan.¹⁷

Teknik sosiodrma lebih tepat digunakan untuk mencapai tujuan yang mengarah pada :

- 1) Aspek afektif motorik dibandingkan pada aspek kognitif, yang berkaitan dengan kehidupan hubungan sosial. Materi yang disampaikan melalui teknik sosiodrama bukan materi yang memiliki sifat konsep-konsep yang harus dimengerti dan dipahami, tetapi berupa fakta atau kejadian nyata, memiliki nilai-nilai, atau mungkin juga sebuah konflik yang terjadi di lingkungan kehidupannya secara nyata.
- 2) Melalui permainan sosiodrama, konseli atau peserta didik diajak untuk mengenali, memahami, merasakan suatu keadaan tertentu sehingga mereka seolah-olah dapat menemukan sikap dan tindakan yang tepat jika seandainya menghadapi situasi yang sama dikemudian hari. Yang pada akhirnya diharapkan agar mereka memiliki sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam mengadakan penyesuaian sosial dengan bermain peran sesuai perwatakan dan permainan dramanya.¹⁸

¹⁷P. Ratu Ile Tokan, *management penelitian guru*, PT Grasindo, Jakarta 2016

¹⁸ Emi Indriasari, *meningkatkan rasa empati siswa melalui layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrma pada siswa kelas XI IPS 3 SMA 2 Kudus tahun ajaran 2014/2015*, jurnal konseling GUSJIGANG, Vol.2, no.2, (Juli-desember 2016), h. 194.

Dari hasil survey yang penulis peroleh melalui wawancara dengan guru BK mengenai masalah percaya diri rendah yang di alami peserta didik di SMPN 31 Bandar Lampung, didapatkan keterangan tentang upaya dalam meningkatkan sebuah rasa percaya diri pada peserta didik.

“Sejauh ini saya sebagai guru BK di sekolah sudah pernah melakukan upaya dalam menumbuhkan rasa percaya diri kepada peserta didik baik melakukan konseling individu maupun kelompok tetapi saya belum memakai teknik khusus untuk meningkatkan rasa percaya diri”

Tabel 1
Sampel Penelitian Pretes Kelompok Eksperimen

No	Indikator	Nama Peserta Didik										presentase
		AD	BP	DT	EF	KH	MA	MF	MS	NN	RA	
1	Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan	√	√			√	√	√		√	√	70%
2	Sulit menerima realita diri.	√		√	√	√			√	√		60%
3	Takut gagal		√	√		√		√	√		√	60%
4	Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir	√	√		√					√	√	50%
Skor Peserta Didik		37	40	43	39	50	45	49	51	34	42	-

Sumber : penyebaran angket pada peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung, tanggal 14 februari 2018.¹⁹

¹⁹Hasil prapenelitian pada peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung tanggal 14 Februari 2018

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh data dari penyebaran angket pada saat pra penelitian bahwa terdapat beberapa anak yang memiliki kepercayaan diri yang rendah pada siswa kelas VII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG, adapun jumlah peserta didik yang mengalami kepercayaan diri rendah ialah sebanyak 10 peserta yang dijadikan sampel penelitian Kelompok Eksperimen.

Tabel 2
Sampel Penelitian Pretes Kelompok Kontrol

No	Indikator	Nama Peserta Didik										presentase
		DA	FC	IDL	NA	RA	SW	SA	SNQ	S	VS	
1	Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan	√	√				√	√			√	50%
2	Sulit menerima realita diri.			√		√			√	√		40%
3	Takut gagal				√	√		√	√		√	50%
4	Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir	√								√	√	40%
Skor Peserta Didik		63	56	60	55	53	69	71	63	67	75	-

Sumber : penyebaran angket pada peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung, tanggal 14 february 2018.²⁰

²⁰Hasil prapenelitian pada peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung tanggal 14 Februari 2018

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh data dari penyebaran angket pada saat pra penelitian bahwa terdapat beberapa anak yang memiliki kepercayaan diri sedang pada siswa kelas VII SMP NEGERI 31 BANDAR LAMPUNG, adapun jumlah peserta didik yang mengalami kepercayaan diri sedang ialah sebanyak 10 peserta yang akan dijadikan sampel penelitian Kelas Kontrol.

Menurut Theresia Ajeng Prisnawati dengan judul upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan teknik sosiodrama kelas VII B SMP N 1 Sentolo, Wardatul Djannah dan Ayom Yulita W.A.N yang berjudul teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta taun pelajaran 2011/2012, keduanya membahas tentang konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri efektif dilakukan oleh karna itu penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tersebut dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percayaan diri peserta didik kelas VII SMPN 31 BANDAR LAMPUNG.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, adapun identifikasi masalah yang ada di SMPN 31 Bandar Lampung adalah:

1. Teridentifikasi peserta didik yang mengalami rendahnya rasa percaya diri di SMPN 31 Bandar Lampung.
2. Diduga ada 10 peserta didik yang mengalami rasa percaya diri rendah

3. Sepertinya masih kurangnya penggunaan layanan konseling kelompok dengan penggunaan teknik untuk meningkatkan rasa percaya diri.
4. Diduga beberapa peserta didik merasa tidak yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya.
5. Diduga peserta didik tidak mampu mengungkapkan pendapat ketika jam pelajaran sedang berlangsung.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan hasil latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang peneliti temukan, maka untuk lebih efektif dalam penelitian ini dan mengingat luasnya pembahasan masalah ini, maka peneliti membatasi masalah pada layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Sosiodrama* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang peneliti temukan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :“Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri pada Peserta Didik Kelas XIII di SMPN 31 Bandar Lampung ?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui konseling kelompok dengan teknik sosiodrama demi meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VII di SMPN 31 Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Memberikan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan, khususnya bimbingan dan konseling yaitu Tekniksosiodrmauntuk meningkatkan rasa percaya diripeserta didik.

b. Manfaat Praktis

1. Memberikan pemahaman kepada peserta didik yang mengalami masalah rasa percaya diri yang rendah.
2. Bagi Para Konselor, Guru, dan Pembimbing Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam pemberian layanan khususnya dalam meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik.
3. Bagi Peneliti, Penelitian ini dapat digunakan peneliti untuk menambah pengalaman dalam melakukan penelitian dan sebagai acuan
4. untuk mengembangkan penelitian berikutnya terkait dengan rasa percaya diri.empat variabel diantaranya faktor intrinsik, kualitas dosen, materi kuliah, dan metode perkuliahan, terbukti signifikan dengan tingkat signifikansi.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Peneliti membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Peneliti hanya membahas tentang layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *Sosiodrma*
2. Peneliti akan menggunakan teknik *Sosiodrma* untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah salah satu bentuk teknik bimbingan. Winkel menjelaskan konseling kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil. Gazda juga mengemukakan konseling kelompok merupakan hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari.¹ Konseling kelompok merupakan pemberian bantuan yang dilakukan konselor terhadap individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan menangani masalah.

Selanjutnya prayitno menjelaskan konseling kelompok adalah layanan yang mengikuti sejumlah peserta dalam membentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok dengan mengaktifkan dinamika kelompok guna membalas berbagai hal yang berguna bagi

¹ Namora Lumongga Lubis, *memahami dasar-dasar konseling*, (Jakarta : Kencana, 2011),h. 198.

pengembangan, pribadi yang menjadi peserta kegiatan kelompok.² Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan. Konseling kelompok

bersifat memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan perilakunya selaras dengan lingkungannya.³ Tohirin juga beranggapan bahwa, pelayanan bimbingan kelompok atau konseling kelompok di sekolah sangat penting untuk dilaksanakan guna membantu peserta didik mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya.⁴

Berdasarkan pengertian konseling kelompok diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah upaya pemberian bantuan terhadap individu untuk mengembangkan suatu kemampuan, pencegahan dalam menangani masalah. Di dalam Bimbingan dan Konseling terdapat 4 bidang bimbingan yaitu pribadi, sosial, belajardan karir.⁵ Secara umum konseling adalah proses untuk membantu seseorang mendapatkan celik akal (inseghth)

² Prayitno, Sri, Layanan konseling, layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, Padang, jurusan bimbingan dan konseling fakultas ilmu dan pendidikan universitas negeri Padang, 2004, h. 1.

³ Achmad Juntika, *Opcit*, h. 24.

⁴ Laila Maharani dan Tika Ningsih, "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Menangani Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik", (On-line), tersedia di : https://scholar.google.co.id/civitions=719CoUAAAAJ&hl=id=gs_md_citad&p=&u=%2fCITAS

⁵ Andi Thahir, "Peningkatan Konsep Diri Positif Peserta Didik di SMP Menggunakan Konseling Individu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)", Desember 2017, h. 48

seterusnya dapat membuat pilihan atau membuat keputusan mengenai sesuatu masalah atau persoalan yang dihadapinya.⁶

2. Tujuan Konseling Kelompok

Secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal. Melalui konseling kelompok juga dapat dientaskan masalah konseli (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Prayitno).

Lebih lanjutnya Prayitno menandakan jika secara khusus, oleh karena focus konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta, maka konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus, yaitu :

- 1) Pertama, berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi.
- 2) Kedua, terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain yang menjadi peserta layanan.⁷

⁶ Nova Erlina, "Aplikasi Kouseling Dalam Pelaksanaan Kurikulum Pendidikan Islam", Desember 2014, h.87

Menurut Dewa Ketut Sukardi, tujuan konseling kelompok meliputi :

- 1) Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.
- 2) Melatih anggota kelompok agar bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
- 3) Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota.
- 4) Mengetaskan permasalahan-permasalahan anggota kelompok.⁸

Berdasarkan uraian pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling kelompok adalah untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi terhadap orang banyak khususnya kemampuan berkomunikasi dan sebagai media pemecahan masalah secara berkelompok.

3. Manfaat dan Keuntungan Konseling Kelompok

Manfaat konseling kelompok :

- 1) Mampu memperluas populasi layanan
- 2) Menghemat waktu pelaksanaan
- 3) Mengajarkan individu untuk selalu komitmen pada aturan
- 4) Mengerjakan individu untuk hidup dalam suatu lingkungan yang lebih luas
- 5) Terbuka terhadap perbedaan dan persamaan dirinya dengan orang lain.⁹

⁷ Ulul Azam, *Bimbingan dan Konseling Perkembangan Disekolah*, Grup penerbitan CV Budi Utama, Yogyakarta, 2016, h.162-163

⁸Op, Cit, h. 68.

⁹A.A Ngurah Adhiputra, *Konseling Kelompok*, Media akademik, Yogyakarta, h. 27.

Sedangkan keuntungan konseling kelompok menurut Jacobs Harvill &

Masson adalah sebagai berikut :

- 1) Perasaan membagi keadaan bersama
- 2) Rasa memiliki
- 3) Kesempatan untuk berpraktek dengan orang lain
- 4) Kesempatan untuk menerima berbagai umpan balik
- 5) Belajar seolah-olah mengalami berdasarkan kepedulian orang lain
- 6) Perkiraan untuk menghadapi kenyataan hidup
- 7) Dorongan teman guna memelihara komitmen.¹⁰

4. Asas-asas yang digunakan dalam konseling kelompok

Menurut Prayitno dalam penyelenggaraan konseling kelompok terdapat beberapa asas, diantaranya ialah :

- 1) Asas kerahasiaan
- 2) Asas Kesukarelaan
- 3) Asas Keterbukaan
- 4) Asas kekinian
- 5) Asas Kemandirian
- 6) Asas Kegiatan
- 7) Asas kedinamisan
- 8) Asas keterpaduan
- 9) Asas Kenormatifan
- 10) Asas Keahlian
- 11) Asas Alih Tangan

5. Tahap-tahap pelaksanaan konseling kelompok

Sebelum diselenggarakan konseling kelompok, ada beberapa tahap yang perlu dilaksanakan terlebih dahulu. Tahap penyelenggaraan konseling kelompok menjadi 4 tahapan, yaitu :

¹⁰Ibid, h. 27.

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan persiapan pelaksanaan konseling pada tahap ini terutama saat pembentukan kelompok, dilakukan dengan seleksi anggota. Ketentuan penting yang mendasar pada tahap ini adalah :

1. Adanya minat bersama (Common Interest), dikatakan demikian jika secara potensial anggota itu memiliki kesamaan masalah dan perhatian yang akan dibahas.
2. Suka rela atau inisiatifnya sendiri, karena hal ini berhubungan dengan hak pribadi siswa.
3. Adanya kemauan berpartisipasi didalam proses kelompok.
4. Mampu berpartisipasi didalam kelompok.

b. Tahap peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun rasa saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor pun memahami karakteristik dan dinamika kelompok yang terjadi pada tahap transisi. Peran konselor pada tahap ini adalah:

1. Menjelaskan kembali kegiatan konselor kelompok.
2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut.
3. Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagai belum siap untuk memasuki suasana tersebut.

c. Tahap kegiatan

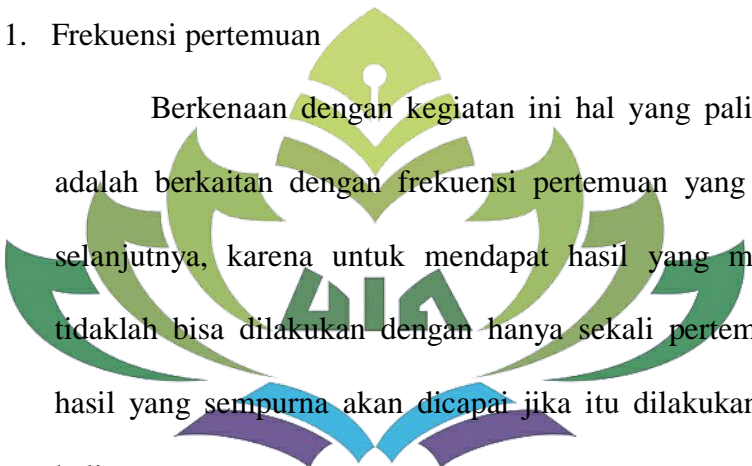
Tahap ini mengetaskan masalah pribadi anggota kelompok. Kegiatan ini meliputi setiap kelompok mengemukakan masalah pribadi yang perlu mendapatkan bantuan untuk penegasannya. Klien menjelaskan lebih rinci

masalah yang dialami. Semua anggota ikut merespon apa yang disampaikan anggota yang lain.

d. Tahap pengakhiran

Tahap ini bisa disebut juga dengan tahap tendensi/ending dimana pada tahap ini semua kegiatan akan diakhiri namun tidak dalam artian kegiatan akan berakhir begitu saja. Namun masih ada kegiatan selanjutnya yang bisa dilakukan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Frekuensi pertemuan



Berkenaan dengan kegiatan ini hal yang paling urgen dilihat adalah berkaitan dengan frekuensi pertemuan yang akan dilakukan selanjutnya, karena untuk mendapat hasil yang memuaskan tentu tidaklah bisa dilakukan dengan hanya sekali pertemuan akan tetapi hasil yang sempurna akan dicapai jika itu dilakukan lebih dari satu kali.

2. Pembahasan keberhasilan kelompok

Pada kegiatan ini semua kegiatan kelompok harus dipusatkan pada pembahasan dan penerapan hal-hal yang telah mereka dapatkan dan pelajari mulai dari awal kegiatan sampai dengan akhir kegiatan agar mereka dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.¹¹

¹¹Op, Cit.

6. Perbedaan konseling kelompok dan bimbingan kelompok

1) Konseling Kelompok

Konseling Kelompok adalah pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil yang berfokus pada kesadaran pikiran dan tingkah laku yang melibatkan fungsi-fungsi terapi.

2) Bimbingan Kelompok

Bimbingan Kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya semua peserta dalam kegiatan bimbingan kelompok ini saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menggapai, memberi saran dan lain sebagainya.

Tabel 3
Perbandingan antara Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok

No	Aspek	Bimbingan Kelompok	Konseling Kelompok
1	Jumlah anggota	Tidak terlalu dibatasi dapat sampai 60-80 orang	Terbatas : 5-10 orang
2	Kondisi dan karakteristik anggota	Relative homogen	Hendaknya homogen ; dapat pula heterogen terbatas
3	Tujuan yang ingin dicapai	Penguasaan informasi untuk tujuan yang lebih luas	a. Pemecahan masalah b. Pengembangan kemampuan komunikasi dan interaksi sosial

4	Pemimpin kelompok	Konselor atau narasumber	Konselor
6	Suasana interaksi	a. Menolong atau dialog terbatas b. Dangkal	a. Interaksi multiarah b. Mendalam dengan aspek emosional
7	Sifat isi pembicaraan	Tidak rahasia	Rahasia
8	Frekuensi kegiatan	Kegiatan berakhir apabila informasi telah disampaikan	Kegiatan berkembang sesuai dengan tingkat kemajuan pemecahan masalah Evaluasi dilakukan sesuai dengan tingkat kemajuan pemecahan masalah.

7. Pembentukan Kelompok

Ada beberapa hal yang harus dilakukan dalam pembentukan kelompok sehingga ada kerjasama yang baik antara anggota kelompok, sebagai berikut :

c. Memilih anggota baru

Peranan anggota kelompok menurut Prayitno dijabarkan sebagai berikut: membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungannya antar anggota kelompok, mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik, ikut secara aktif dalam kegiatan konseling kelompok, mampu berkomunikasi secara

terbuka, berusaha membantu orang lain, memberikan kesempatan kepada orang lain untuk menjalankan perannya.¹²

d. Jumlah peserta

Jumlah anggota konseling kelompok menurut Corey antara 6-10 orang setiap kelompok, karena fungsi pengetasan lebih ditekankan dan banyak sedikit jumlah anggota kelompok bergantung pada umur klien, tipe atau macam kelompok, pengalaman konselor, dan masalah yang akan dicari.

1) Frekuensi dan lama pertemuan

Menurut Corey frekuensi dan lamanya pertemuan tergantung dari tipe kelompok serta kesediaan setiap para ahli konselornya, biasanya dilakukan satu kali dalam seminggu dan berlangsung selama dua jam.

2) Jangka waktu pertemuan kelompok

Corey menyebutkan dalam usaha membantu mengurangi masalah pada situasi mendesak seperti jalan keluar, konselor akan membuat jadwal satu minggu sekali pertemuan selama 90 menit.

3) Tempat pertemuan

Setin atau tata letak ruangan, bila memungkinkan untuk saling berhadapan sehingga akan membantu suasana kekompakan anggotanya selain itu kegiatan konseling kelompok dapat dilakukan diluar ruangan terbuka seperti taman, dan lain-lain.

¹²Septri Rahayu Purwati, *mengatasi masalah percaya diri siswa melalui layanan konseling kelompok pola siswa*, (Jurnal Skripsi Program Pasca Strata 1 Universitas Negeri Semarang UNNESA, 2013), h. 314.

4) Kelompok terbuka atau kelompok tertutup

Penentuan kelompok terbuka atau tertutup perlu ditentukan pada awal sesi konseling dan telah disetujui oleh anggota kelompok. Kelompok terbuka adalah suatu kelompok yang secara tanggapan akan perubahan dan pembaharuan. Sedangkan kelompok tertutup yaitu kecil kemungkinan menerima perubahan dan pembaharuan, atau mempunyai kecendrungan tetap menjaga kestabilan dalam konseling.

5) Kehadiran anggota kelompok

Untuk memastikan proses konseling berjalan dengan lancar, setiap konselor perlu mempunyai komitmen dan rasa tanggung jawab yang tinggi terhadap kelompoknya. Oleh karena itu, konselor harus hadir dalam sesi yang dijalankan dalam konseling kelompok.

6) Sukarela atau terpaksa

Konselor dalam konseling kelompok harus secara sukarela dalam membantu permasalahan klien. Yalom menegaskan, untuk mendapatkan pengalaman yang berkesan dalam konseling kelompok, seorang konselor harus mempunyai motivasi yang tinggi dalam menyelesaikan permasalahan kelompoknya.¹³

¹³Ibid, h. 26-27.

B. Teknik Sociodrama

1. Pengertian Sociodrama

Sociodrama adalah teknik yang melibatkan interaksi antara dua siswa atau lebih tentang suatu topik situasi. Siswa melakukan peran masing-masing sesuai dengan tokoh yang ia perankan. Mereka berinteraksi sesama mereka melakukan peran terbuka.¹⁴ Sociodrama adalah siswa dapat mendramatisasikan tingkah laku, ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia dimana siswa bisa berperan atau memainkan peranan dalam dramatisasi masalah sosial.¹⁵

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa teknik sociodrama adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok demi memainkan sebuah peran yang setiap individu memiliki perannya masing-masing dalam sebuah cerita yang sudah disiapkan serta menjadikan setiap individu kreatif dan aktif.

2. Langkah-langkah metode sociodrama

Langkah-langkah yang biasa berhubungan dengan proses permainan peran antara lain:

Menentukan Masalah. Partisipan kelompok dalam memilih dan menentukan masalah sangat diperlukan. Masalah harus signifikan dan cukup dikenal oleh pemain maupun pengamat. Masalah harus valid, jelas dan

¹⁴Hamdani, *Strategi Belajar Mengajar*, Bandung, Pustaka Setia, h.163.

¹⁵Roestiyah, *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta, Rineka Cipta, h. 90.

sederhana sehingga peserta dapat mendiskusikan secara rasional. Diperlukan kehati-hatian untuk menghindari masalah yang dapat mengungkapkan isu yang tersembunyi, tetapi menyimpang dari tujuan permainan peran. Dalam hal ini, baik pengamat maupun pemain harus benar-benar mengerti permasalahannya. Sebagai contoh, petani penyewa mencoba meyakinkan tuan tanah untuk membantu mereka membeli benih unggul untuk meningkatkan produksi.

Membentuk Situasi. Desain peran yang dimainkan atau situasi tergantung pada hasil yang diinginkan. Kehati-hatian perlu diambil untuk menghindari situasi yang kompleks, yang mungkin mengacaukan perhatian pengamat dari masalah yang dibahas. Situasi harus memberikan sesuatu yang nyata kepada pemain dan kelompok, dan dapat saat yang sama memberikan pandangan umum dan pengetahuan yang diinginkan.

Membentuk Karakter. Keberhasilan proses permainan peran sering ditentukan oleh peran dan pemain yang layak dipilih. Peran yang akan dimainkan harus dipilih secara hati-hati. Pilihlah peran yang akan memberikan sumbangan untuk mencapai tujuan pertemuan. Biasanya, permainan peran melibatkan peran yang sedikit.

Permainan yang terbaik harus dipilih untuk setiap peran. Peran-peran harus diberikan kepada mereka yang mampu membawakannya dengan baik dan mau melakukannya. Orang tidak seharusnya dipaksa memainkan suatu peran, tidak pula harus diminta untuk memainkan suatu peran, tidak pula

harus diminta untuk memainkan peran yang mungkin membuat bingung setelah penyajian.

Mengarah Pemain. Permainan yang spontan tidak memerlukan pengarahan. Akan tetapi, permainan peran yang terencana memerlukan pengarahan dan perencanaan yang matang. Penting bagi pemain untuk dapat memainkan perannya pada saat yang tepat dan sesuai dengan tujuan yang diinginkannya. Pengarahan diperlukan untuk memberitahukan tanggung jawab mereka sebagai pemain. Pengarahan mungkin dilakukan secara resmi atau tidak resmi, tergantung situasi dan pengarah tidak harus menentukan apa yang harus dikatakan atau dilakukan.

Memahami peran. Biasanya, suatu hal yang baik bagi pengamat untuk tidak mengetahui peran apa yang sedang dimainkan. Permainan harus diatur waktunya secara hati-hati dan spontan. Penting untuk diketahui, apabila ada beberapa pemain, hendaknya mereka mulai bermain pada saat yang sama dan berakhir pada saat yang sama pula, yaitu ketika permainan dihentikan.

Menghentikan/memotong. Efektifitas permainan peran mungkin sangat berkurang jika permainan dihentikan terlalu cepat atau dibiarkan berlangsung terlalu lama. Pengaturan waktu sangat penting. Permainan peran yang lama tidak efektif, jika sebenarnya hanya diperlukan beberapa menit untuk memainkan peran yang diinginkan

Permainan harus dihentikan sesegera mungkin setelah permainan dianggap cukup bagi kelompok untuk menganalisis situasi dan arah yang ingin diambil. Dalam beberapa kasus, permainan dapat dihentikan apabila kelompok sudah dapat memperkirakan apa yang akan terjadi jika permainan tetap diteruskan, dan permainan harus dihentikan jika pemain mengalami kebuntuan yang disebabkan penugasan atau pengarahan yang kurang memadai.

Mendiskusikan dan menganalisis permainan. Langkah terakhir ini harus menjadi “pembersih”. Jika peranan dimainkan dengan baik, pengertian pengamat terhadap masalah yang dibahas akan semakin baik. Diskusi harus lebih difokuskan pada fakta dan prinsip yang terkandung dari pada evaluasi pemain. Suatu ide yang baik, jika membiarkan pemain mengekspresikan pandangan mereka terlebih dahulu. Ada saatnya bagi pengamat untuk menganalisis, yaitu setelah pemain mengekspresikan diri.

Ketua mempunyai tanggung jawab untuk menyimpulkan fakta yang telah disajikan selama permainan peran dan diskusi, dan merumuskan kesimpulan untuk pemecahan masalah.¹⁶

Dalam melaksanakan strategi ini agar berhasil dengan efektif maka perlu mempertimbangkan langkah-langkah:

- a. Guru harus menerangkan kepada siswa untuk memperkenalkan strategi ini, bahwa dengan jalan sosiodrama siswa diharapkan dapat memecahkan

¹⁶Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran*, h. 120-122

masalah hubungan sosial yang aktual ada dimasyarakat, maka kemudian guru menunjukan beberapa siswa yang akan berperan, masing-masing akan mencari pemecahan masalah sesuai dengan perannya. Dan siswa yang lain jadi penonton dengan tugas-tugas tertentu pula.

- b. Guru harus memilih masalah yang urgen, sehingga menarik minat anak. Ia mampu menjelaskan dengan menarik sehingga siswa terangsang untuk berusaha memecahkan masalah itu.
- c. Agar siswa memahami peristiwanya, maka guru harus bisa menceritakan sambil untuk mengatur dengan adegan yang pertama.
- d. Bila ada kesediaan sukarela dari siswa untuk berperan, harap ditanggapi tetapi guru harus mempertimbangkan apakah ia tepat untuk perannya. Bila tidak ditunjuk saja siswa yang memiliki kemampuan dan pengetahuan serta pengalaman seperti yang diperankan itu.
- e. Jelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya sehingga mereka tahu tugas perannya, menguasai masalahnya, pandai bermimik maupun berdialog.
- f. Siswa yang tidak turut hasil menjadi penonton yang aktif, disamping mendengarkan dan melihat mereka harus bisa memberi saran dan kritik pada apa yang akan dilakukan setelah sosiodrama selesai.
- g. Bila bagi siswa belum terbiasa perlu dibantu guru dalam menimbulkan kalimat pertama dalam dialog.

- h. Setelah dalam situasi klimaks, maka harus dihentikan agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum. Sehingga pada penonton ada kesempatan untuk berpendapat, menilai permainan, dan sebagainya. Sosiodrama dapat dihentikan pula bila sedang menemui jalan buntu.
- i. Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi walau mungkin masalahnya belum terpecahkan, maka perlu dibuka Tanya jawab, diskusi atau membuat kerangka yang berbentuk sandiwara.¹⁷

Agar pelaksanaan metode simulasi ini dapat berjalan dengan baik, maka perlu dilakukan langkah-langkah yang berkaitan dengan persiapan yang meliputi penetapan topik atau masalah pokok dan tujuannya, peranan yang harus dimainkan oleh masing-masing siswa, dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya. Sedangkan pelaksanaannya dilakukan oleh kelompok siswa yang memerankan permainan, mengikuti dengan penuh perhatian, memberikan bantuan, dorongan, serta diskusi tentang pelaksanaan simulasi yang didalamnya dibahas tentang berbagai aspek yang terkait dengan simulasi untuk dilakukan perbaikan, laporan, kritik, saran dan sebagainya untuk kemudian disimpulkan.¹⁸

¹⁷Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran*, h. 159-160

¹⁸Ibid, h, 194.

Adapun langkah-langkah simulasi menurut Wina Sanjaya dalam bukunya yang berjudul Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan adalah:

1. Persiapan Simulasi

- a. Menetapkan topic atau masalah serta tujuan yang hendak dicapai oleh simulasi.
- b. Guru memberikan gambaran masalah dalam situasi yang akan disimulasikan.
- c. Guru menetapkan pemain yang akan diterbitkan dalam simulasi, peranan yang harus dimainkan oleh para pemeran, serta waktu yang disediakan.
- d. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya khususnya pada siswa yang harus dimainkan oleh para pemeran, serta waktu yang disediakan.
- e. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya khususnya pada siswa yang terlibat dalam pemeranan simulasi.

2. Pelaksanaan Simulasi

- a. Simulasi mulai dimainkan oleh kelompok pemeran.
- b. Para siswa lainnya mengikuti dengan penuh perhatian.
- c. Guru hendaknya memberikan bantuan kepada pemeran yang mendapat kesulitan.

d. Simulasi hendaknya dihentikan pada saat puncak. Hal ini dimaksudkan untuk mendorong siswa berfikir dalam menyelesaikan masalah yang sedang disimulasikan.

3. Penutup

a. Melakukan diskusi baik tentang jalannya simulasi maupun materi cerita yang disimulasikan. Guru harus mendorong agar siswa dapat memberikan kritik dan tanggapan terhadap proses pelaksanaan simulasi.

b. Merumuskan kesimpulan.

3. Pelaksanaan Sosiodrama

- a. Menentukan judul dan garis besar cerita yang akan didramatisasikan
- b. Membuat scenario 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 permainan¹⁹

¹⁹Luluk Khurotul Aini & Mochmad Nursalim, *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa di Lingkungan Sekolah*, vol 13, no 1, juli 2012, h. 88.

4. Tujuan Sociodrama

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 berfikir dan memecahkan masalah.²⁰

5. Kelebihan Teknik Sociodrama

1. Siswa melatih dirinya untuk melatih, memahami dan mengingat isi bahan yang akan digunakan. Sebagai permainan harus memahami, menghayati isi cerita secara keseluruhan terutama untuk materi yang harus diperankannya. Dengan demikian, daya ingatan siswa harus tajam dan tahan lama.
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 tumbuh bibit seni drama dari sekolah. Jika seni drama mereka dibina dengan baik kemungkinan besar mereka akan menjadi pemain yang baik kelak.
4. Kerja sama antar pemain dapat ditumbuhkan dan dibina dengan sebaik-baiknya

²⁰ Roestiyah N, K, *strategi Belajar Mengajar*, Jakarta, Rineka Cipta. h, 90.

5. Siswa memperoleh kebiasaan untuk membina dan membagi tanggung jawab dengan sesamanya
6. Bahasa lisan siswa dapat dibina menjadi bahasa yang baik agar mudah dipahami orang lain.²¹

6. Kelemahan Teknik Sosiodrama

1. Sebagian besar anak yang tidak ikut bermain drama menjadi kurang aktif
2. Banyak memakan waktu, baik waktu persiapan dalam rangka pemahaman isi bahan belajar 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.²²

7. Langkah-langkah Sosiodrama

1. Guru menerangkan kepada siswa untuk memperkenalkan teknik ini bahwa dengan sosiodrama siswa diharapkan dapat memecahkan masalah hubungan sosial yang aktual ada dimasyarakat kemudian menunjuk beberapa siswa yang akan berperan masing-masing yang akan berperan masing-masing mencari pemecahan masalah sesuai dengan perannya

²¹ Ibid

²² Ibid

2. Guru harus memilih masalah yang urgen sehingga menarik minat siswa
3. Agar siswa dapat memahami peristiwanya maka guru harus bisa menceritakan sambil mengatur adegan yang pertama
4. Bila ada kesediaan sukarela dari siswa untuk berperan harap ditanggapi tetapi guru harus mempertimbangkan apakah ia tepat untuk peran itu atau tidak
5. Jelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya sehingga mereka tahu tugas dan perannya, menguasai masalahnya maupun berdialog
6. Siswa yang tidak turut harus jadi penonton yang aktif, disamping mendengar dan melihat mereka harus bisa memberi saran dan kritikan pada apa yang akan dilakukan setelah sosiodrama selesai
7. Bila siswa belum terbiasa perlu dibantu guru dalam menimbulkan kalimat pertama dalam dialog
8. Setelah sosiodrama itu dalam situasi klimaks maka dihentikan agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum
9. Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi walau masalahnya belum terpecahkan maka perlu dibuka Tanya jawab atau diskusi.²³

²³Ibid, h. 91.

C. Rasa Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Kepercayaan diri adalah sikap positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa, karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa ketika seseorang memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang akan dilakukan. Artinya keputusan untuk melakukan sesuatu dan sesuatu yang dilakukan itu bermakna bagi kehidupannya. Menurut Prayitno jika seseorang memiliki percaya diri didalam arena sosial, maka akan menjadi tidak gelisah dan lebih nyaman dengan dirinya sendiri serta mampu mengembangkan perilaku dalam situasi sosial.²⁴

Menurut Lauster kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, mereka bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain.²⁵

²⁴Kadek suhardita, *Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa*, No.1, 2011, h.130.

²⁵ Lauster, P. *Test Kepribadian*. (Yogyakarta: Kanisius, 1997) h.62.

Ayat tentang percaya diri:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا

وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٢٦﴾

Artinya:

"Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan Kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, Maka Malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu".²⁶

Definisi percaya diri menurut beberapa ahli, yaitu :

- a) Supriyono mengatakan bahwa percaya diri adalah perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu yang bermanfaat untuk dirinya, keluarganya, masyarakatnya, umatnya, dan agamanya, yang memotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif.
- b) Wira Negara percaya diri adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. "Orang yang percaya diri akan merasa cukup dengan mengetahui kemampuan

²⁶ Departement Agama RI, Al-Quran dan Terjemahannya, Mekar Surabaya, Jakarta, 2004, h.300

dirinya dan berusaha meningkatkan kemampuan dan prestasinya tanpa menghiraukan apa kata orang”.

- c) Dan menurut Mastuti percaya diri adalah kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya.²⁷

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan yang dimiliki didalam diri yang bersumber dalam hati nurani dan merasa yakin akan kemampuan dan potensi yang dimiliki. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan mampu menyesuaikan terhadap lingkungan sosialnya dan mampu mengarahkan tujuan hidup yang akan diinginkan.

2. Karakteristik/Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Percaya Diri

1) Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Percaya Diri

Menurut Jacinta F. Rini karakteristik atau ciri-ciri individu yang mempunyai rasa percaya diri antara lain :

- 1) Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dengan kata lain berani menjadi diri sendiri

²⁷Ibid, h.18.

- 4) Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil)
- 5) Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri)
- 6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya
- 7) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri.²⁸

Berdasarkan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri tersebut dapat disimpulkan bahwa, seseorang yang merasa percaya diri telah yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, mampu menjadi dirinya sendiri tanpa harus ada perubahan yang dialaminya, memiliki pengendalian control yang baik untuk mengatur emosinya, dan memiliki daya pemikiran yang meluas dan merasa akan sukses dengan hasil kerja kerasnya sendiri.

2) Ciri-ciri Individu Yang Kurang Memiliki Rasa Percaya Diri

Mastuti mengungkapkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri sebagai berikut :

- 1) Menyimpan rasa takut/ khawatiran terhadap penolakan
- 2) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurang diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistic terhadap diri sendiri

²⁸Wardatul Djanah, Ayom W, *Jurnal Teknik Sosiodrama Untuk meningkatkan kepercayaan diri Siswa*, h. 168.

- 3) Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
- 4) Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, mempunyai external locus of control (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).²⁹

Kesimpulan dari ciri-ciri individu yang kurang percaya diri adalah seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri akan merasa tidak yakin pada dirinya, merasa pasrah dengan apa yang sudah terjadi pada dirinya, merasa gagal sebelum melakukan, dan selalu menganggap tidak mampu untuk mencapai tujuan hidup yang diinginkan.

3. Faktor-faktor Penyebab Kurang Percaya Diri

Secara umum ada 3 faktor yang mempengaruhi seseorang kurang percaya diri, antara lain :

1. Kurang mengenal diri

Setelah mengenal diri dengan baik maka langkah selanjutnya adalah menerima diri apa adanya, menerima diri apa adanya bukan berarti pasrah atau pesimis dengan keadaan diri, tetapi sebaiknya menerima dengan positif apa yang menjadi kelebihan dan kekurangan diri kita.

²⁹ Ibid, h.168.

2. Kecemasan

Kita tidak bisa membangun rasa percaya diri sebelum berhasil mengatasi kecemasan, kunci sukses adalah dapat membangun rasa percaya diri dengan cara menghilangkan rasa cemas. Rasa cemas berbahaya dan bisa mempengaruhi semua orang disekitarnya untuk mengalahkan rasa cemas perlu membangun antusiasme (semangat/minat besar).

3. Kurangnya wawasan

Kita perlu membekali diri dengan berbagai ilmu pengetahuan, semakin banyak dapat ilmu maka semakin luaslah wawasan kita serta semakin percaya diri sebaliknya bila kurang membenahi diri dan tidak mempunyai wawasan luas bisa mengakibatkan kurang percaya diri didalam bersosialisasi.³⁰

Sedangkan menurut Lauster, Individu yang mengalami kurang percaya diri disebabkan oleh berbagai faktor, berikut faktor yang menjadi penyebab individu kurang percaya diri:

1. Faktor Internal

Faktor internal adalah kemampuan individu dalam mengerjakan sesuatu yang mampu dilakukan, keberhasilan individu untuk mendapatkan sesuatu yang mampu dilakukan dan dicita-citakan, keinginan dan tekad yang kuat untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan dapat terwujud. Faktor internal ini berasal dari dalam diri individu sendiri bukan dari lingkungan.

³⁰Hakim. T, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta : Purwa Suara., 2002) h.73.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu. Lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan sosial, dapat menyebabkan seorang individu kurang memiliki percaya diri. Lingkungan sosial remaja memberikan pengaruh yang kuat terhadap pembentukan rasa percaya diri. Salah satu lingkungan sosial remaja yang memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri adalah lingkungan teman sebaya.³¹

4. Perkembangan Percaya Diri

Menurut Thrusan Hakim rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, tetapi ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri itu. Terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses:

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya tersebut.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.

³¹*Op. Cit.*, h.132.

4. Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.³²

5. Cara Menumbuhkan Percaya Diri

Malu dan rendah diri yang berlebihan, biasanya disebut minder. Ada beberapa hal yang bisa dilakukan agar terhindar dari minder dan mengembangkan percaya diri yang baik, adalah sebagai berikut:

1. Jadilah diri sendiri, kenali potensi dan mengembangkannya adalah cara terbaik untuk meningkatkan rasa percaya diri.
2. Berhentilah memikirkan kekurangan-kekurangan, terimalah diri kamu apa adanya. Jadikan kekurangan kamu sebagai kelebihan. Selalu menutupi kekurangan hanya akan membuat semakin terpuruk dalam sikap minder dan rendah diri.
3. Memperluas pergaulan, bergaullah dengan orang-orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Pelajari cara mereka dalam kehidupan sehari-hari.
4. Perhatikan penampilanmu, mulailah memperhatikan penampilan kamu terutama saat keluar dari rumah, penampilan yang baik dan maksimal dapat membantu kamu meningkatkan rasa percaya diri.³³

³²<http://tulisantantim.wordpress.com/2012/07/04/tugas-makalah-psikologi-percaya-diri/>, unduh tanggal 3 maret 2018 pukul 20:56

³³@psikologID, Who Am I ? 3, (Jakarta: Tangga Pustaka, 2014), h, 79-80.

Dalam membangun rasa percaya diri siswa disekolah memiliki macam-macam bentuk kegiatan yaitu, sebagai berikut:

1. Memupuk keberanian untuk bertanya
2. Peran guru yang aktif bertanya pada siswa/siswi
3. Melatih diskusi dan berdebat
4. Mengerjakan soal didepan kelas
5. Bersaing dalam mencapai prestasi belajar
6. Aktif dalam kegiatan pertandingan olahraga
7. Belajar berpidato
8. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler
9. Mengikuti kegiatan seni vocal (suara)
10. Penerapan disiplin yang konsisten
11. Aktif dalam kegiatan bermain music
12. Ikut serta di dalam organisasi sekolah
13. Menjadi ketua kelas
14. Menjadi pemimpin upacara
15. Ikut dalam kegiatan pencinta alam
16. Memperluas pergaulan yang sehat.³⁴

D. Penelitian Yang Relevan

Berikut ini adalah beberapa penelitian yang relevan dan terkait dengan pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik di SMPN 31 Banda Lampung :

1. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Theresia Ajeng Prisnawati dengan judul upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan

³⁴Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002).

kepercayaan diri siswa dengan teknik sosiodrama kelas VII B SMP N 1 Sentolo menunjukkan bahwa upaya guru bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya pada peserta didik. Letak relevansi penelitian yang digunakan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama. Hanya saja penelitian yang digunakan menggunakan metode kualitatif dalam pelaksanaannya.³⁵

2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardatul Djanah dan Yulita W.A.N dengan judul teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta tahun pelajaran 2011/2012 menunjukkan bahwa teknik sosiodrama efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Letak relevansi yang digunakan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Dalam penelitian ini teknik sosiodrama dilaksanakan dan peneliti mengobservasi serta memberikan angket untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada peserta didik.³⁶

³⁵Theresia Ajeng Prisnawati, *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Teknik Sosiodrama Kelas VII B SMP N 1 Sentolo*, Yogyakarta

³⁶Wardatul Djanah, Yulita W.A.N, *Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/201*, Surakarta, Juli 2012

3. Hasil penelitian yang dilakukan oleh DR. Najlatun, S, Ag., M.pd dengan judul penerapan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi siswa SMA NEGERI Pacet Mojokerto menunjukkan bahwa teknik sosiodrama efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Letak relevansi yang digunakan sama-sama menggunakan teknik sosiodrama, hanya saja design penelitian yang digunakan *pre-eksperimental design* memakai *one group pre-test* dan *post-test*.³⁷
4. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tina Afiatin dan Sri Mulyani Martanlah dengan judul peningkatan kepercayaan diri remaja melalui konseling kelompok menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Letak relevansi yang digunakan sama-sama menggunakan konseling kelompok dalam penerapannya.³⁸

E. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan penjelasan sementara terhadap suatu permasalahan, sebab disetiap penelitian memiliki tujuan yang ingin didapat dan mengharapkan hasil penelitian dapat menjawab hipotesis atau dugaan sementara yang peneliti dapatkan dilapangan. Untuk lebih jelaskan peneliti

³⁷Najlatun, *Penerapan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Keterampilan Berkomunikasi Siswa SMA NEGERI Pacet Mojokerto*

³⁸Tina Afiatin, Sri Mulyani Martanlah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*

menggambarkan proses kerangka berfikir dalam bentuk table seperti dibawah ini :

Gambar 1

Kerangka Berfikir Rasa Percaya Diri



F. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian.³⁹ Menurut Sugiono hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis merupakan pernyataan tentatif yang merupakan dugaan atau tekanan sementara tentang apa saja yang kita amati dalam usaha untuk memahaminya. Untuk membedakan antara teori dan hipotesis maka perlu diadakanya penelitian atau pembuktian teori menjawab suatu hipotesis. Hal

³⁹*Op. Cit.*, h.134.

ini disebabkan karena teori memiliki tujuan alat yang tersusun rapi untuk menjelaskan dan meramalkan peristiwa-pistiwa.

Berdasarkan pengertian diatas maka hipotesis dalam pengertian ini adalah rasa percaya diri dapat ditingkatkan melalui pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama pada peserta didik kelas VIII SMPN 31 Bandar Lampung. Oleh karena itu penelitian menggunakan hipotesis dari hasil pra survey sebagai berikut :

H_0 : Layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama tidak efektif dalam meningkatkan rasa percaya pada peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung.

H_a : Layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan rasa percaya pada peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung.

H_0 : $\mu_1 = \mu_0$

H_a : $\mu_1 \neq \mu_0$

μ_1 = Rasa Percaya peserta didik sebelum pemberian konseling kelompok.

μ_0 = Rasa Percaya peserta didik setelah pemberian konseling kelompok.

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya nilai $t(t_{hitung})$ dibandingkan dengan nilai-t dari table distribusi $t(t_{tabel})$. Cara penentuan nilai t_{tabel} didasarkan pada taraf signifikansi tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = n-1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk uji satu pihak kanan, yaitu: Tolak H_0 , jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan Terima H_0 , jika $t_{hitung} < t_{tabel}$.⁴⁰

⁴⁰ Triana Nasir, *Pengujian Hipotesis Dua Sampel*, [On-Line] blogspot: palembang, Tersedia: <http://allofyousearch.blogspot.com/2014/11/pengujian-hipotesis-komparatif-dua.html> [diakses 07 maret 2018 jam 20:00].

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian berasal dari kata *Metode* yang artinya cara yang tepat untuk melakukan sesuatu dan *Logos* yang artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi metodologi artinya cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama untuk mencapai suatu tujuan.¹ Metode penelitian dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode pendidikan pula dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah.²

Dalam penelitian ini penulis akan menggunakan metode penelitian quasi eksperimen dan kuantitatif. Metode ini menggunakan seluruh subjek dalam kelompok dan belajar sama-sama diberikan perlakuan sedangkan penelitian kuantitati adalah metode penelitian data berupa angka-angka dan

¹Cholid Narbuko & H. Abu Achmadi, *Metodelogi Penelitian*, Jakarta, Bumi Aksara, h.1.

²Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta), h. 2-6.

analisis menggunakan statistik serta digunakan dalam meneliti populasi dan sampel tertentu.³

B. Desain penelitian

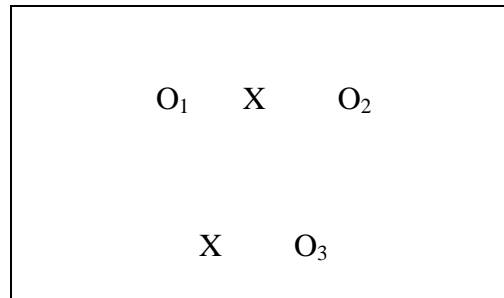
Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kuantitatif eksperimen. Dengan desain penelitian *quasi experimental* yaitu desain yang mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen.⁴ Bentuk desain *quasi experimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-equivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Namun hanya kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan.

Desain eksperimen digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan teknik sosiodrama, hanya saja pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti. Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut

³Sugiono, Ibid, h.7

⁴Ibid. h. 77

Gambar 2



Keterangan :

O₁ = Nilai *pretest* (sikap peserta didik sebelum diberikan perlakuan)

X = Treatment sebelum diberikan (perlakuan yang diberikan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *sosiodrama*)

O₂ = Nilai *posttest* (sikap dan pengetahuan peserta didik setelah diberi perlakuan)

X = Treatment (perlakuan yang diberikan berupa layanan konseling kelompok)

O₃ = Nilai *posttest* (sikap dan pengetahuan peserta didik setelah diberikan perlakuan)

Prosedur penelitian adalah memberikan O₁ yaitu *pretest* berupa angket untuk mengukur skor rendahnya rasa percaya diri pada peserta didik, setelah diketahui peserta didik yang memiliki rasa percaya diri yang rendah, kemudian diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* kemudian memberikan O₂ yaitu *posttest* untuk mengukur adanya perubahan skor perilaku rasa percaya diri rendah pada peserta didik setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama*

dengan angket yang sama. Kemudian membandingkan hasil O_1 (pretest) dan O_2 (posttest) untuk mengetahui bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* mampu membantu peserta didik meningkatkan rasa percaya diri dengan membandingkan skor pretest dengan skor posttest, O_3 (posttest) untuk mengetahui bahwa layanan diskusi mampu membantu peserta didik dengan adanya kelas kontrol dan kelas eksperimen yang dilakukan untuk membuktikan dapatkah membantu peserta didik dalam menangani masalah rasa percaya diri rendah yang mereka hadapi.

Rencana penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Tahapan *pre-test*

Tujuan dari *pre-test* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas VII di SMPN 31 Bandar Lampung yang memiliki kriteria rasa percaya diri rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dengan menggunakan *instrument* angket percaya diri.

b. Pemberian *Treatment*

Rencana pemberian *treatment* dalam penelitian diberikan kepada beberapa peserta didik. peserta didik akan diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok menggunakan teknik *sosiodrama* untuk meningkatkan rasa percaya diri. Rencana pemberian *treatment* akan dilakukan 6 tahap dengan waktu 30-45 menit. Pertemuan akan dilaksanakan 5-6 kali untuk dapat memaksimalkan ketercapaian tujuan kegiatan. Adapun pada tiap tahapan dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 5
Rancangan Pemberian *treatment* konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* untuk meningkatkan rasa percaya diri

No	Tahapan	Kegiatan	Waktu
1	Tahap Ke-1	Perencanaan	1x45 Menit
2	Tahap Ke-2	Melakukan <i>assessment</i> yang berkaitan dengan ruang lingkup pribadi, sosial dan kepribadian peserta didik.	1x45 Menit
3	Tahap Ke-3	Menentukan tujuan <i>goal setting</i> dengan mengetahui kebutuhan konseli	1x45 Menit
4	Tahap K3-4	Mengimplementasikan program penanganan	1x45 Menit
5	Tahap Ke-5	Evaluasi	1x45 Menit
6	Tahap Ke-6	Mengakhiri sesi konseling	1x45 Menit

c. pemberian *post-test*

Dalam kegiatan ini peneliti memberikan angket kepada peserta didik yang telah diberikan *treatment*. Selanjutnya membandingkan perbedaan *pre-test* dengan *post-test* tersebut untuk menentukan apakah pemberian perlakuan yang diberikan efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri.

C. Variabel Penelitian

a. Variable

Secara teoritis, menurut Hatch dan Farhady " variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek, yang mempunyai "pariasi"

antara satu orang dengan yang lain atau suatu objek dengan objek yang lain.⁵

Variable adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi objek penelitian. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yakni suatu variabel bebas dan satu variabel terikat.

a) Variabel independent/ bebas, variabel ini sering disebut sebagai stimulus, prediktor, antecedent (variabel bebas). Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat).⁶ Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah konseling kelompok.

b) Variabel dependent/ terikat, variabel ini sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen (variabel terikat). Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁷ Variabel independen atau variabel (Y) adalah variabel yang tidak bebas variabel tergantung. Pada penelitian ini variabel tidak bebas adalah

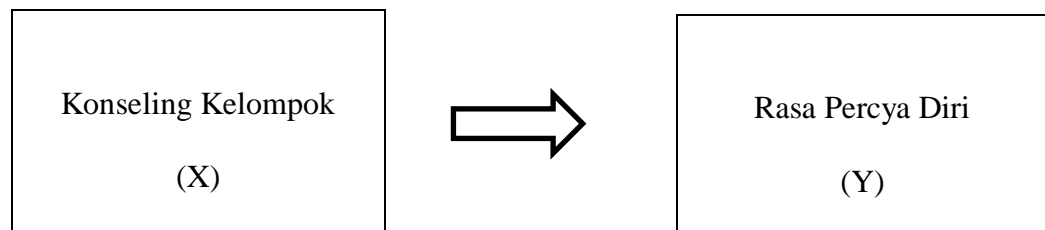
Rasa Percaya Diri

⁵ Sugyono, *Metode penelitian pendidikan*, alfa beta, Bandung, 2013, h. 60.

⁶Ibid, h.61.

⁷Ibid, h.61.

Gambar 3
Variabel penelitian



Variabel X adalah variable bebas dan Y adalah variable terikat, maka variable X dapat mempengaruhi variable Y.

Keterangan :

X : Konseling Kelompok

Y : Rasa Percaya Diri

D. Definisi Operasional Penelitian

Definisi oprasional menjelaskan tentang operasional variabel penelitian dengan indikator variabelnya dibuat bertujuan untuk memudahkan dalam pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian. Adapun definisi operasional dari penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut.:

a. Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah salah satu bentuk teknik bimbingan. Winkel menjelaskan konseling kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa

klien sekaligus dalam kelompok kecil. Gazda juga mengemukakan konseling kelompok merupakan hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari.⁸

Manfaat konseling kelompok :

- 1). Mampu memperluas populasi layanan
- 2). Menghemat waktu pelaksanaan
- 3). Mengajarkan individu untuk selalu komitmen pada aturan
- 4). Mengerjakan individu untuk hidup dalam suatu lingkungan yang lebih luas
- 5). Terbuka terhadap perbedaan dan persamaan dirinya dengan orang lain.⁹

b. Rasa Percaya Diri

Kepercayaan diri adalah sikap positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya.

Ciri-ciri Individu Yang Memiliki Percaya Diri :

- 1). Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri
- 2). Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
- 3). Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dengan kata lain berani menjadi diri sendiri
- 4). Punya pengendalian diri yang baik (tidak moody dan emosinya stabil)

⁸ Namora Lumongga Lubis, *memahami dasar-dasar konseling*, (Jakarta : Kencana, 2011),hal

⁹ A.A Ngurah Adhiputra, *Konseling Kelompok*, Media akademik, Yogyakarta, hal 27

- 5). Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri)
- 6). Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya
- 7). Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri.¹⁰

E. Populasi dan Sampel penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.¹¹ pada penelitian ini populasi peserta didik berjumlah 32 peserta didik yang diambil dari kelas VIIA SMPN 31 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019, kemudian didapatkan sebanyak 10 peserta didik yang mengalami kepercayaan diri rendah.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.¹² Selain itu Ferguson mengemukakan sample adalah beberapa bagian kecil atau cuplikan yang ditarik dari populasi.¹³ Sampel yang diambil dalam penelitian ini 20 peserta didik, 10 di antaranya yang mengalami

¹⁰ Wardatul Djanah, Ayom W, *Jurnal Teknik Sosiodrama Untuk meningkatkan kepercayaan diri Siswa*, h. 168

¹¹ *Ibid*, h. 117.

¹² *Ibid*, h. 118.

¹³ Sedarmayati & Syarifudin Hidayat, *metode penelitian*, Bandung, Mandar Maju, hal 124

rasa percaya diri yang rendah dan 10 lainnya mengalami rasa percaya diri yang sedang kelas VII SMPN 31 BANDAR LAMPUNG.

F. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik-teknik sebagai berikut :

1. Observasi

Istilah observasi berasal dari bahasa latin yang berarti melihat dan memperhatikan. Istilah observasi ini diarahkan pada kegiatan memperlihatkan secara akurat, mencatat fenomena tersebut. Sutrisno Hadi mengemukakan bahwa, observasi merupakan suatu proses yang kompleks. Suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psighologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.¹⁴

Berdasarkan pengertian observasi diatas dapat disimpulkan bahwa observasi adalah suatu metode pengumpulan data untuk melakukan pengamatan terhadap objek tertentu dalam suatu penelitian. Observasi yang digunakan adalah observasi terstruktur, yaitu observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya.¹⁵

Pada penelitian ini jenis observasi yang digunakan ialah observasi kurasi-partisipan yaitu peneliti tidak ikut secara aktif dalam pengamatan

¹⁴ Sugiyono, *Op.Cit*, h. 203.

¹⁵Sugiyono, *Op.Cit*, h. 205

aktivitas subyek. Jadi peneliti hanya terlibat langsung dalam pemberian layanan dan peneliti melibatkan peserta didik kelas VII di SMPN 31 Bandar Lampung.

2. Wawancara (interview)

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan jalan mengajukan pertanyaan secara lisan kepada sumber data, dan sumber data juga memberikan jawaban secara lisan pula.¹⁶ Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.¹⁷

Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara secara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas tidak terikat dimana peneliti tidak menggunakan pedoman dalam wawancara. Peneliti melakukan sesi wawancara terhadap guru Bimbingan Konseling dan wali kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung.

3. Angket

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan

¹⁶ Wayan Nurkencana, *Pemahaman Individu*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1990), h. 61.

¹⁷ *Ibid*, h. 137.

tertulis kepada responden untuk dijawab nya.¹⁸Wayan Nur Kancana juga menjelaskan angket atau kuisisioner yaitu suatu metode pengumpulan data dngan jalan mengajukan suatu daftar pertanyaan tertulis kepada sejumlah individu dan individu-individu yang diberikan daftar pertanyaan tersebut diminta untuk memberikan jawaban secara tertulis pula.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan angket sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian. 35 pertanyaan di siapkan peneliti untuk dibagikan kepeserta didik kelas VII yang digunakan untuk memperoleh data tentang rasa percaya diri yang rendah di SMPN 31 Bandar Lampung.. Peneliti menyebarkan angket kepada peserta didik sesuai dengan jumlah sampel yang digunakan peneliti.Selanjutnya dalam memberikan skor pada angket, peneliti menggunakan skala Likert.Pada skala ini dijelaskan bagaimana system dalam memberikan skor pada setiap item pertanyaan dalam angket.

Dalam penelitian ini, angket langsung digunakan untuk memperoleh data tentang rasa percaya diri peserta didik kelas VII di SMPN 31 Bandar Lampung, maka jawaban dari sekala likert diberi skor yang akan dijelaskan pada tabel dibawah ini:

¹⁸*Ibid*, h. 142.

Tabel 6
Alternatif Jawaban Angket

No	Pertanyaan	SS	ST	RG	TS	STS
1	Favorable (positif)	5	4	3	2	1
2	Unfavorable (negativ)	1	2	3	4	5

Keterangan :

SS = Sangat setuju

ST = Setuju

RG = Ragu-ragu

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju¹⁹

Setelah hasil angket diketahui, kemudian hasil angket direkapitulasi dengan interaksi sosial peserta didik yang ditentukan dengan interval yang dibuat dengan rumus:

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

I = Interval

NT = Nilai tertinggi

¹⁹Sugiyono, *Op.Cit*, h. 94.

NR = Nilai terendah

K = Jumlah kategori

Jadi, interval untuk menentukan interaksi sosial peserta didik adalah:

- Sekor tertinggi : $5 \times 20 = 100$
- Sekor terendah : $1 \times 20 = 20$
- Rentang : $100 - 20 = 80$
- Jarak interval : $80 : 5 = 16$

$$I = \frac{NT - NR}{K} = \frac{(20 \times 5) - (20 \times 1)}{5} = \frac{80}{5} = 16$$

Tabel 7
Kriteria Interaksi Sosial

Interval	Kriteria
>84 - ≤100	Sangat Tinggi
>68 - ≤84	Tinggi
>52 - ≤68	Sedang
>36 - ≤52	Rendah
20 - ≤36	Sangat Rendah

G. Uji Validitas Reabilitas Keabsahan Data

1. Uji Validitas

Instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid, valid berarti instrument tersebut dapat digunakan

untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.²⁰ Dan untuk menguji validitas instrument yang digunakan oleh peneliti maka peneliti menggunakan SPSS Statistik 16 sebagai alat uji validitas untuk mengukur kevalidasian data.

setelah dilakukan uji validitas pada butir pernyataan menggunakan bantuan SPSS statistic 16 didapatkan pernyataan valid berjumlah 20 butir.

Tabel 8
Kisi-Kisi Instrumen Rasa Percaya Diri

Variable	Indikator	Keterangan	
		Favorabl (+)	Unfavorabl (-)
Rasa Percaya Diri	Mastuti mengungkapkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri sebagai berikut : 1) Menyimpan rasa takut/ khawatiran terhadap penolakan	1, 5, 7,	4, 6, 18
	2) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistic terhadap diri sendiri	3, 13, 19	2, 16
	3) Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil	9, 11,	10, 12, 15,
	4) Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, mempunyai external locus of control (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain). ²¹	14, 17	8, 20

²⁰ Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D, h.94

²¹ Wardatul Djanah, Ayom W, *Jurnal Teknik Sosiodrama Untuk meningkatkan kepercayaan diri Siswa*, h. 168.

Perhitungan skor perolehan perilaku peserta didik menjadi skor perolehan perhitungan menggunakan rumus dari Sutrisno Hadi dalam Suharsimi Arikunto, yaitu :

$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = jumlah kelas interval

Sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Sekor tertinggi : $5 \times 20 = 100$
- b. Sekor terendah : $1 \times 20 = 20$
- c. Rentang : $100 - 20 = 80$
- d. Jarak interval : $80 : 5 = 16$

1. Uji Reabilitas Instrumen

Menurut Sugiyono, reliabilitas adalah serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur yang memiliki konsistensi bila pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur itu dilakukan secara berulang. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang konsisten

sama.²² Pengujian reliabilitas instrumen ini akan menggunakan bantuan program SPSS *Statistics* 16.0

H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui 2 tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data.

1. Tahap Pengolahan Data

a. Editing

Skala yang telah diisi oleh responden akan dilakukan pengecekan isian skala tentang kelengkapan isian, kejelasan, relevansi dan konsistensi jawaban yang diberikan responden. Data yang tidak lengkap dikembalikan kepada responden untuk dilengkapi pada saat itu juga dan apabila skala yang tersebar kurang dari jumlah populasi yang ada, maka peneliti menyebarkan kembali skala kepercayaan diri kepada peserta didik yang belum mengisi skala kepercayaan diri.

b. Coding

Dilakukan dengan memberi tanda pada masing-masing jawaban dengan kode berupa nama inisial sehingga memudahkan proses pemasukan data dikomputer. Untuk skala kepercayaan diri jawaban untuk pertanyaan

c. Processing

Pada tahap ini data yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan

²² *Ibid.*, h.121.

memasukan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program komputer.

d. Cleaning

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang sudah dientri apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut kemungkinan terjadi pada saat mengentri data ke computer.

2. Teknik Analisis Data

Analisis data diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain.²³

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa analisis data diartikan sebagai proses penyusunan data dengan tujuan mengelola data untuk menjawab rumusan masalah. Untuk mengetahui seberapa besar perbedaan skor prilaku peserta didik sebelum dan sesudah pemberian konseling

²³Sugiono, *metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*, Alfabeta, CV, Bandung, 2013, h.333-335.

²¹Ahmad Hariri, "*konseling kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan interaksi sosial di MTs Wathoniyah islamiyah candipuro lampung selatan*", (skripsi S.Pd. program pendidikan dalam ilmu Bimbingan dan konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, 2017), h. 72.

kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest*, dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon*.

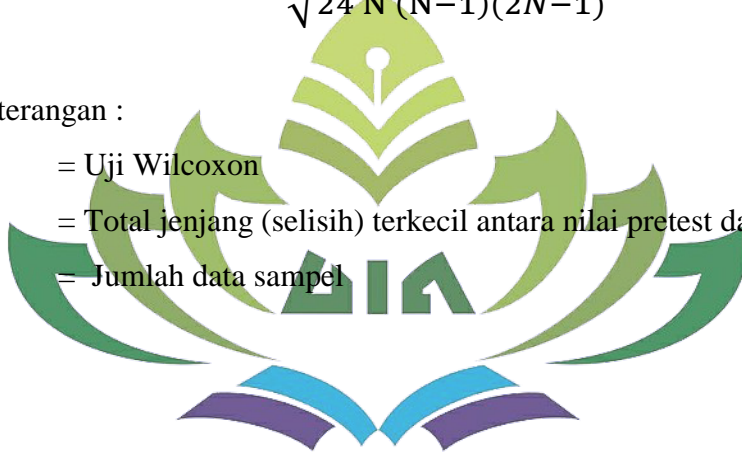
$$Z = \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N-1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N-1)(2N-1)}}$$

Keterangan :

Z = Uji Wilcoxon

T = Total jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N = Jumlah data sampel



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dilaksanakannya penelitian ini di SMPN 31 BANDAR LAMPUNG Tahun Pelajaran 2018/2019 untuk waktu penelitian dilaksanakan mulai tanggal 17 Juli sampai 01 Agustus, penjadwalan penelitian disesuaikan dengan jadwal yang telah disepakati dengan subjek yang akan diteliti. Berdasarkan penelitian dibagi menjadi dua fokus yang akan penulis teliti yang terdiri dari cara meningkatkan rasa percaya diri yang rendah dan efektivitas layanan konseling kelompok teknik sosiodrama.

Hasil penyebaran instrument bertujuan untuk mendapatkan data tentang peserta didik yang mengalami rasa percaya diri yang rendah dan efektifitas tentang layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama*. Hasil dari penyebaran instrumen yang diberikan terhadap peserta didik dijadikan sebagai analisis awal untuk merumuskan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik yang akan diuji cobakan untuk memperoleh keefektivan.

Dalam penelitian ini populasi yang diperoleh adalah peserta didik di Kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung sampel peserta didik yang penulis teliti sebanyak 20 peserta didik dimana dalam sampel dibagi menjadi dua kelompok kelompok pertama

10 peserta didik dijadikan kelompok eksperimen dan 10 peserta didik dijadikan kelompok kontrol.

1. Deskripsi Data

a. Hasil Angket Pretest Rasa Percaya Diri Peserta Didik

Tujuan dilakukannya pretest adalah untuk mengetahui kondisi awal peserta didik yang mengalami rendahnya rasa percaya diri dikelas VII SMPN 31 Bandar Lampung. Berikut ini adalah hasil atau kondisi pretest pada peserta didik yang mengalami rasa percaya diri yang rendah:

Tabel 9
Hasil pretest Peserta Didik Kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung
Yang Memiliki Rasa Percaya Diri Rendah
Sampel Penelitian Kelompok Eksperimen

NO	Nama Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	AD	37	Rendah
2	BP	40	Rendah
3	DT	43	Rendah
4	EF	39	Rendah
5	KH	50	Rendah
6	MA	45	Rendah
7	MF	49	Rendah
8	MS	51	Rendah
9	NN	34	Sangat Rendah
10	RA	42	Rendah

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukkan hasil pretest peserta didik kelompok eksperimen dengan 10 peserta didik kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dan peneliti mengambil 10 peserta didik yang dijadikan sebagai kelompok kontrol yang mempunyai rasa percaya diri yang

dengan kriteria rendah. Tabel dibawah ini adalah hasil pretest sebagai kelompok kontrol sebagai berikut:

Tabel 10
Hasil Pretest Peserta Didik Kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung
Yang Memiliki Rasa Percaya Diri Sedang
Sampel Penelitian Kelompok Kontrol

NO	Nama Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	DA	63	Sedang
2	FC	56	Sedang
3	IDL	60	Sedang
4	NA	55	Sedang
5	RA	53	Sedang
6	SW	69	Tinggi
7	SA	71	Tinggi
8	SNQ	63	Sedang
9	S	67	Sedang
10	VS	75	Tinggi

Berdasarkan hasil tabel diatas yang dijadikan sebagai kelompok kontrol adalah dengan kriteria penilaian sedang. Ketika hasil penelitian sudah diketahui peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* terhadap peserta didik yang dijadikan kelompok eksperimen dengan kategori penilaian sedang.

a. Hasil Angket Posttest Rasa Percaya Diri Peserta Didik

Setelah diberikannya perlakuan layanan konseling kelompok kemudian penelitian mulai mengukur kembali kepercayaan diri peserta didik di SMPN 31 Bandar Lampung, adapun hasil yang diperoleh dari *Posttest* rasa percaya diri peserta didik dengan kelompok eksperimen sebagai berikut:

Tabel 11
Hasil *Posttest* Rasa Percaya Diri Rendah Peserta Didik Kelompok Eksperimen

NO	Nama Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Krikeria
1	AD	80	Tinggi
2	BP	85	Sangat Tinggi
3	DT	69	Tinggi
4	EF	81	Tinggi
5	KH	86	Sangat Tinggi
6	MA	72	Tinggi
7	MF	77	Tinggi
8	MS	90	Sangat tinggi
9	NN	79	Tinggi
10	RA	72	Tinggi

Kemudian hasil posttest rasa percaya diri peserta didik kelompok kontrol sebagai berikut:

Tabel 12
Hasil *Posttest* Rasa Percaya Diri Rendah Peserta Didik Kelompok Kontrol

NO	Nama Peserta Didik	Hasil <i>Posttest</i>	Krikeria
1	DA	65	Sedang
2	FC	60	Sedang
3	IDL	63	Sedang
4	NA	58	Sedang
5	RA	55	Sedang
6	SW	73	Tinggi
7	SA	72	Tinggi
8	SNQ	65	Sedang
9	S	71	Tinggi
10	VS	77	Tinggi

Berdasarkan hasil kedua tabel tersebut terdapat hasil posttest setelah diberikannya treatment/perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* mengalami peningkatan rasa percaya diri peserta didik kemudian dapat disimpulkan bahwasannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik di kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung.

b. Hasil Pretest, Posttest, dan Gain Score Perubahan Rasa Percaya Diri Peserta Didik

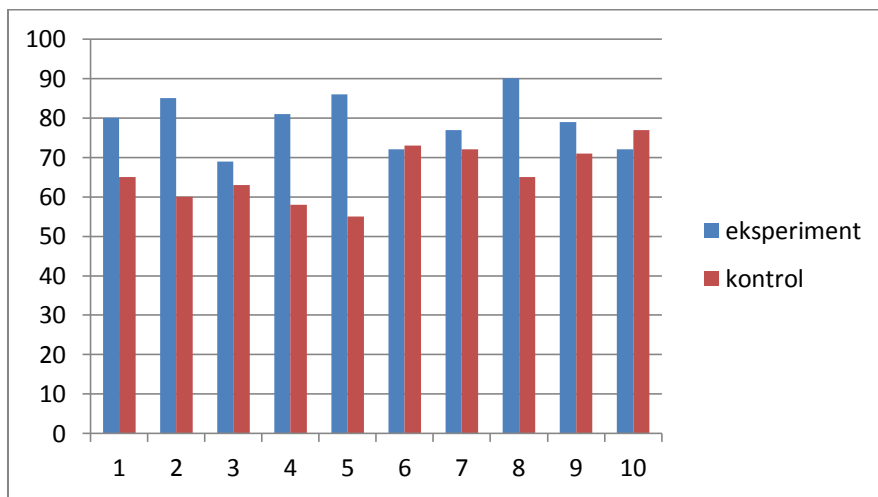
Setelah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri maka didapatkan hasil pretest, posttest, dan gain score dapat dilihat pada tabel dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 13
Hasil Perbandingan Pretest, Posttest, dan Gain Score

Kelompok Eksperimen			Gain	Kelompok Kontrol			Gain
No	Pretest	Posttest	Score	No	Pretest	Posttest	Score
1	37	80	43	1	63	65	2
2	40	85	45	2	56	60	5
3	43	69	26	3	60	63	3
4	39	81	42	4	55	58	3
5	50	86	36	5	53	55	2
6	45	72	27	6	69	73	4
7	49	77	28	7	71	72	1
8	51	90	39	8	63	65	2
9	34	79	45	9	67	71	4
10	42	72	30	10	75	77	2
Σ	430:10 = 43	791:10 = 79,1	361:10 = 36,1	Σ	632:10 = 63,2	659:10 = 65,9	28:10 = 28

Berdasarkan hasil keterangan tabel diatas menunjukkan bahwasannya perhitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami peningkatan. Untuk kelompok eksperimen *pretest* 43% dan *posttest* 79,1% dan selisih peningkatan yang didapat adalah 36,1%, dan kelompok kontrol *pretest* 63,2% dan *posttest* 65,9% selisih peningkatan yang didapat

adalah 28%. Kedua kelompok tersebut sama-sama mengalami peningkatan akan tetapi pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan lebih tinggi yaitu 36,1% dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya memperoleh skor 28%. Penulis menarik kesimpulan bahwa setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* peserta didik mengalami peningkatan rasa percaya diri.



Gambar 4

Grafik Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Untuk mengetahui kelompok mana yang lebih efektif dalam pemberian layanan maka dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jika dilihat dari tabel maka dapat disimpulkan kelompok eksperimen lebih tinggi dari kelompok kontrol. Sehingga dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri.

2. Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Sosiodrama* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

a. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Sosiodrama* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 31 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

Proses pelaksanaan Layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* dilaksanakan pada kelompok eksperimen dengan beranggotakan 10 peserta didik proses kegiatan berlangsung didalam kelas. Untuk tahap awal memulai kegiatan peneliti mencatat keseluruhan nama peserta didik yang akan dijadikan sebagai populasi dalam proses penelitian, kemudian peneliti mulai mencari data peserta didik yang memiliki rasa percaya diri yang rendah didalam kelas dengan bantuan menggunakan lembar observasi atau angket. Proses pelaksanaan hasil pretest berjalan cukup lancar hal tersebut dapat dilihat dari antusias para peserta didik.

Proses pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* dideskripsikan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses penelitian berlangsung. Berikut ini penulis paparkan jadwal proses pelaksanaan kegiatan penelitian:

Tabel 14
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

NO	Hari/Tanggal	Waktu	Tempat	Kegiatan
1	Senin, 12 Februari 2018	09.00/sd WIB	Ruang kepala sekolah	Bertemu dengan kepala sekolah dan guru untuk membicarakan tentang proses layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama
2	Rabu, 14 februari 2018	08.00/sd WIB	Ruang Kelas	Survey kelas, dilanjutkan dengan <i>pretest</i> .
3	Selasa, 17 Juli 2018	08.00/sd WIB	Ruang Kelas	Perkenalan
4	Rabu, 18 juli 2018	08.00/sd WIB	Ruang kelas	Pembentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
5	Kamis, 19 juli 2018	08.00/sd WIB	Ruang kelas	1. Pemberian konseling kelompok terhadap kelompok eksperiment dan kelompok kontrol
				2. Pembagian naskah, dan mengajarkan peserta didik memahami naska, dan mencoba mempraktikan tokoh
				3. Pelaksanaan konseling kelompok bersama kelompok kontrol
6	Jumat ,20 juli 2018	08.00/sd WIB	Ruang BK	Percobaan kedua memainkan peran, dan mendalami karakter
7	Senin, 23 juli 2018	08.00/sd WIB	Ruang BK dan Ruang kelas	Kelompok eksperimen mendalami karakter dan evaluasi (pelatihan dihari-hari sebelumnya)
				Kelompok kontrol menjalankan proses layanan konseling kelompok
8	Selasa, 24 juli 2018	08.00/sd WIB	Ruang kelas	<i>Posttest</i>

Gambaran pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* adalah sebagai berikut:

1. Tahap pertama

Proses pertemuan pertaman dilaksanakan tanggal 17 juli 2018 kepada peserta didik kelas VIII Smpn 31 Bandar Lampung. Proses pelaksanaan dilakukan pada jam kosong dalam tahap ini adalah proses pengenalan, menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan dan mengidentifikasi kondisi awal konseli sebelum menerima perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri.

2. Tahap kedua

Pada pertemuan kedua peneliti mulai menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ketua kelompok dalam pertemuan ini adalah peneliti. Tujuan pelaksanaan pada tahap ini ialah untuk mempermudah proses kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama. Hasil pengamatan pada tahap ini berjalan dengan baik hanya saja respon pada peserta didik untuk kali ini sedikit malu-malu dan merasa takut karena menganggap akan dikenakan sangsi hukuman karena menganggap hasil dari instrument yang diberikan sebelumnya dianggap tidak sesuai. Namun peneliti mencoba menjelaskan dan mencoba berikan penerimaan yang cukup hangat berupa candaan dan motivasi peserta didik. Setelah dilakukannya kegiatan konseling kelompok peserta didik mulai beranggapan bahwa kegiatan tersebut bermanfaat untuk peserta didik. Peneliti menjelaskan kepada peserta didik tentang proses aturan selama mengikuti tahap layanan konseling kelompok dan mendorong

peserta didik agar mantap dalam mengikuti seluruh kegiatan konseling kelompok. Akhirnya peserta didik mulai terdorong untuk melakukan konseling berikutnya hal tersebut diketahui sebagian peserta didik menjalankan kegiatan tersebut dengan semangat karena kegiatan konseling kelompok menjadi kegiatan yang seru dan menyenangkan bagi peserta didik. Tahap tersebut diakhiri dengan perjanjian kepada peserta didik terhadap konseling kelompok selanjutnya peserta didik tidak merasa keberatan untuk menyepakati hal tersebut.

3. Tahap ketiga sampai ketujuh

Pada pertemuan ditahap ini sudah diketahui masing-masing kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Ketua kelompok mulai melaksanakan konseling kelompok hal yang peneliti lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdoa, kemudian mulai membahas topik yang sudah ditentukan yaitu tentang rasa percaya diri, faktor penyebab kurangnya rasa percaya diri, dan cara menumbuhkan rasa percaya diri. Ketua mulai menjelaskan tahap demi tahap tujuan dari dilaksanakannya pertemuan ini. Untuk pertemuan ketiga ini peneliti melanjutkan dengan membagikan naskah *sosiodrama* kepada peserta didik dengan kelompok eksperimen, untuk anggota kelompok eksperimen agar memahami isi naskah yang telah diberikan lalu setelah mereka mulai memahami isi naskah tersebut peserta didik mulai memerankan karakter yang telah diberikan oleh masing-masing peserta didik namun kegiatan di tahap ini belum nampak jelas dan kurang efektif karena dari peserta didik yang masih malu-malu dan tampak ragu dalam memerankannya. Sedangkan untuk kelompok kontrol diberikannya konseling

kelompok dalam pelaksanaan kelompok ini hanya berupa diskusi terhadap 10 peserta didik yang terdapat didalamnya.

4. Tahap kedelapan

Setelah dilakukannya proses-proses sebelumnya ditahap terakhir ini peneliti memonitor hasil perkembangan peserta didik baik di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dipertemuan akhir ini peserta didik diajak kembali untuk mengisi instrument rasa percaya diri yang telah disiapkan oleh peneliti sebagai hasil *posttest* akhir. Proses pelaksanaan *posttest* pada kelas VIII SMPN 31 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 dapat dikatakan lancar dengan hasil rata-rata peserta didik mampu memberikan informasi tentang rasa percaya diri setelah layanan konseling kelompok teknik *sosiodrama* dengan seluruh item instrument dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

3. Hasil Uji Efektifitas

Keefektifitasan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik dapat dilihat dari perbandingan perbandingan hasil *gainscore* baik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol saat sebelum dan sesudah diberikannya pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama*. Setelah dilakukan perbandingan *gainscore* hal yang dilakukan terlebih dahulu ialah uji normalitas, uji *paired sampel test*, dan uji Z untuk mengetahui pengaruh layanan konseling yang diberikan apakah terjadi peningkatan sesudah dilakukannya layanan tersebut.

1) Uji Efektifitas

Dalam penelitian ini penulis melakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji Wilcoxon. Analisis uji terhadap data *pretest* dan *posttest* menggunakan versi SPSS versi 16 *for windows release*. Berdasarkan keputusan tentang pengambilan keputusan terhadap hipotesis dengan analisis data uji Wilcoxon dapat dilakukan dengan nilai probabilitas dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut :

Jika probabilitas $> 0,05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima

Jik probabilitas $< 0,05$ maka H_0 itolak dan H_a diterima

Tabel dibawah ini merupakan analisis hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon dengan bantuan program SPSS versi 16 :

Tabel 15
Hasil Uji Wilxocon Sampel Rasa Percaya Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
sumpostes - sumpretes	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

a. sumpostes < sumpretes

b. sumpostes > sumpretes

c. sumpostes = sumpretes

Kelompok Eksperiment

Test Statistics^b

	sumpostes - sumpretes
Z	-2.805 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Based on negative ranks.

Kelompok Kontrol

Test Statistics^b

	sumpostes - sumpretes
Z	-2.831 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

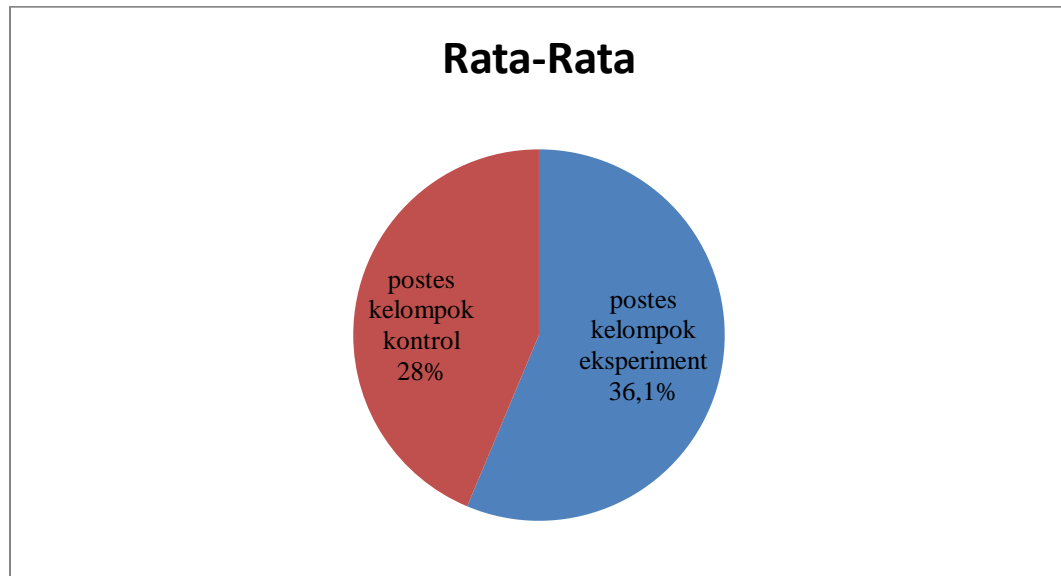
a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan hasil kedua tabel diatas menunjukkan output “Test statisik”, maka diketahui kolom asymp sig (2 tailed) yang merupakan angka probabilitas $p = 0,005$; $p \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian kesimpulannya rasa percaya diri pada peserta didik di SMPN 31 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan *sosiodrama*.

Dari hasil uji nonparametrik hasil yang diperoleh menunjukkan adanya perubahan skor terhadap rasa percaya diri pada peserta didik setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan tekni *sosiodrama*. Peserta didik

yang pada awalnya memiliki rasa percaya diri kurang kini meningkat hal tersebut dapat di ketahui dari hasil sekor *pretes* dan *posttest*.



B. Pembahasan Hasil Penelitian

Menurut hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara masing-masing kelompok baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kelompok eksperimen mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* yang diberikan sebanyak 6 kali pertemuan, dan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan sebanyak 2 kali pertemuan. Berdasarkan hasil penelitian layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan berhasil meningkat dibandingkan sebelum diberikan layanan konseling kelompok.

Untuk pembahasan di hasil penelitian ini penulis awali dengan profil tentang rasa percaya diri, kemudian dilanjutkan dengan menganalisis layanan yang tepat yang dirasa sesuai untuk meningkatkan rasa percaya peserta didik. Adapun pembahasan untuk keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik adalah sebagai berikut :

1. Pembahasan Profil/Gambaran Umum

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis laksanakan maka menunjukkan bahwa rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMPN 31 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 menunjukkan bahwa terdapat beberapa peserta didik yang berada pada kategori rendah. Apabila rasa peserta didik dibiarkan begitu saja maka akan dapat menghambat proses belajar bagi si peserta didik itu sendiri, serta dapat berpengaruh pada prestasi belajar peserta didik. Hal tersebut berarti kesempatan belajar makin banyak dan dirasa optimal jika siswa tersebut menunjukkan keseriusannya dalam meningkatkan rasa percaya diri yang ada di peserta didik. Sebenarnya percaya diri itu sendiri adalah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya atau kemampuan yang ada pada dirinya.

2. Hasil uji efektivitas

Uji efektivitas layanan konseling kelompok diperoleh dengan membandingkan tingkat rasa percaya diri peserta didik sebelum dan sesudah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama*, yang akan menunjukkan adanya pengaruh dari layanan konseling kelompok dengan

teknik sosiodrama terhadap rasa percaya diri pada peserta didik. Hal tersebut dibuktikan pula berdasarkan data hasil uji efektivitas menggunakan uji Wilcoxon maka diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* kelompok eksperimen.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata skor percaya diri sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok terkait tentang percaya diri pada kelompok eksperimen 43 dan kelompok kontrol 63,2 setelah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama* kelompok eksperimen mengalami peningkatan menjadi 79,1 dan pada kelompok kontrol tidak diberikan treatment namun tetap di kontrol mengalami peningkatan menjadi 65,9. Dari hasil uji Wilcoxon menggunakan SPSS versi 16 hasil kedua tabel menunjukkan output “Test statistik”, maka diketahui kolom *asympt sig (2 tailed)* yang merupakan angka probabilitas $p = 0,005$; $p \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian kesimpulannya rasa percaya diri pada peserta didik di SMPN 31 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *sosiodrama*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Bagi peserta didik

Peserta didik dirasa harus menindak lanjuti permasalahan percaya diri yang ada di diri peserta didik dan diharapkan peserta didik dapat meningkatkan kepercayaan diri nya agar mudah untuk mengutarakan pendapat dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan.

2. Bagi guru pembimbing

Guru bimbingan konseling hendaknya bisa membuat program dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kurikulum dan permasalahan yang dirasa dihadapi oleh peserta didik.

3. Bagi peneliti

Saran teruntuk peneliti sendiri diharapkan agar dapat lebih mengkondisikan peserta didik dalam penerapan treatment *sosiodrama*. Lebih memperhatikan lagi masalah si peserta didik secara perorangan dan peneliti dapat memberikan banyak treatment dalam menangani masalah rendahnya kepercayaan diri pada peserta didik.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Kepada peneliti lain sebelum melakukan proses konseling kelompok diharapkan dapat memberikan proses layanan secara perorangan.

DAFTAR PUSTAKA

Adhiputra Ngurah AA, *Konseling Kelompok*, Media akademik, Yogyakarta,

Aini Khurotul Luluk & Nursalim Mochamad, *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa di Lingkungan Sekolah*, 2012

Azam Ulul, *Bimbingan dan Konseling Perkembangan Disekolah*, Grup penerbitan CV Budi Utama, Yogyakarta, 2016

Djanah Wardatul, W Ayom , *Jurnal Teknik Sociodrama Untuk meningkatkan kepercayaan diri Siswa*

Djanah Wardatul, W.A.N Yulita, *Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/201*, Surakarta, Juli 2012

Erlina Nova, "Aplikasi Kouseling Dalam Pelaksanaan Kurikulum Pendidikan Islam", h.87, Desember 2014

Fioentika Kasa, et, al, *Keefektifan Teknik Self-Intruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP*, *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Kementrian Agama, Al-quran dan terjemah (Jakarta : PT cemerlang 2010) h.351, 2016

Hakim Thursan, *Mengatasi Rasa Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara), 2002

Hamdani ,*Strategi Belajar Mengajar*, Bandung, Pustaka Setia

Hariri Ahmad, "*konseling kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan interaksi sosial di MTs Wathoniyah islamiyah candipuro lampung selatan*", (skripsi S.Pd. program

pendidikan dalam ilmu Bimbingan dan konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung), 2017

Indriasari Emi, *meningkatkan rasa empati siswa melalui layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama pada siswa kelas XI IPS 3 SMA 2 Kudus tahun ajaran 2014/2015*, jurnal konseling GUSJIGANG, 2016

Johnson R Mead , Gilbert Rau, *sociodrama applied on a teacher training college campus*, (27 October 2014, at 06:52), h. 2

Kurnanto Edi, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta), 2013

Lennan, MC Pecaski Marie Deanna, *examining external influences in young children's explorations within sociodrama*, h. 1, 2013

Lubis Lumongga Namora, *memahami dasar-dasar konseling*, (Jakarta : Kencana,), 2011

Maharani Laila dan Ningsih Tika, "*Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Menangani Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik*", (On-line), tersedia di : https://scholar.google.co.id/citations=719CoUAAAAJ&hl=idd=gs_md_citad&p=&u=%2fCITAS

Maryono Sigit, "*empati penalaran moral dan pola asuh:telaah bimbingan konseling*" cawan mas (Yogyakarta), 2009

Mikarsa Lestari Hera, *Pendidikan Anak di SD*, Jakarta : Universitas Terbuka, 2007

N, K, Roestiyah *strategi Belajar Mengajar*, Jakarta, Rineka Cipta

Najlatun, *Penerapan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Keterampilan Berkomunikasi Siswa SMA NEGERI Pacet Mojokerto*

Narbuko Cholid & Achmadi Abu H, *Metodelogi Penelitian*, Jakarta, Bumi Aksara

Nasir Triana, *Pengujian Hipotesis Dua Sampel*, [On-Line] blogspot: palembang, Tersedia:<http://allofyousearch.blogspot.com/2014/11/pengujian-hipotesis-komparatif-dua.html> [diakses 07 maret 2018 jam 20:00].

Nurihsan Juntika Achmad, *Bimbingan dan Konseling*, Bandung, Refika Aditama, 2007,

Nurkancana Wayan, *Pemahaman Individu*, (Surabaya: Usaha Nasional), 1990

P Lauster. *Test Kepribadian*.(Yogyakarta: Kanisius), 1997

Prayitno, Amti Erman, *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2009

Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Padang, Ghalia Indonesia), 1995

Prayitno, Sri, *Layanan konseling, layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, Padang, jurusan bimbingan dan konseling fakultas ilmu dan pendidikan universitas negeri Padang*, 2004

Prisnawati Ajeng Theresia, *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Teknik Sosiodrama Kelas VII B SMP N 1 Sentolo*, Yogyakarta

Purwati Rahayu Septri, *mengatasi masalah percaya diri siswa melalui layanan konseling kelompok pola siswa*, (Jurnal Skripsi Program Pasca Strata 1 Universitas Negeri Semarang UNNESA), 2013

RI Agama Departement, *Al-Quran dan Terjemahannya*, Mekar Surabaya, Jakarta, 2004

Roestiyah, *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta, Rineka Cipta

Rohman Mitahur dan Hairudin, “*Konsep Tujuan Pendidikan Islam Perspektif Nilai-nilai Sosialkultural*”(Online), Tersedia: <https://ejournal.radenintan.ac.id//indeXI.php/tadkiyyah/article/view/2602/1901>, diakses tanggal 1 september 2018 pukul 14.21

Sheldrake, Richard *confidence as motivational expressions of interest, utility, and other influences : exploring under confidence and over confidence in science students at secondary school*, h. 1, 2016

Sugiono, *metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*, Alfabeta, CV, Bandung, 2013

Sugyono, *Metode penelitian pendidikan*, alfa beta, bandung, 2013

Suhardita Kadek, *Efektifitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa*, 2011

Thahir Andi, “Peningkatan Konsep Diri Positif Peserta Didik di SMP Menggunakan Konseling Individu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)”, h. 48, Desember 2017

Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta : Purwa Suara.), 2002

Tina Afiatin, Sri Mulyani Martanlah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*

Zuhara Evi, “*efektifitas teknik sosiodrma ntuk meningkatkan komunikasi interpersonal psiswa*” jurnal ilmiah edukasi

