

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN  
DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI  
SMP NEGERI 4 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan  
UIN Raden Intan Lampung

**Oleh:**

**RUDI HERWANTO  
NPM: 1411080257**

**Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1439 H / 2018 M**

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN  
DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI  
SMP NEGERI 4 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan  
UIN Raden Intan Lampung

**Oleh:**

**RUDI HERWANTO  
NPM: 1411080257**



**Pembimbing I :Dr.Hj.Nilawati Tajuddin, M.Si**

**Pembimbing II :Dr.Ahmad Fauzan, M.Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1439 H / 2018 M**

## ABSTRAK

### **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 4 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

OLEH

**RUDI HERWANTO**

Kepercayaan diri merupakan kunci dalam diri. Karena individu tidak dapat menjalani hidup dengan baik tanpa kepercayaan diri. Keyakinan pada diri sendiri mengenali diri baik itu perilaku, emosi dan memiliki motivasi yang bersumber dari dalam diri dan hati nurani, melakukan segala sesuatu sesuai dengan kepercayaan diri yang baik, seseorang dapat mengetahui potensi yang ada pada dirinya. Kepercayaan diri timbul dari dalam diri seseorang untuk memberikan rasa yakin apa yang dilakukannya bisa tercapai. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen dengan desain *Kelas Kontrol Pretest dan posttest*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 peserta didik 5 kelas eksperimen dan 5 kelas kontrol kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 yang memiliki kepercayaan diri rendah. Metode pengumpulan data dengan observasi, angket dan dokumentasi berupa foto.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri setelah diberikan layanan teknik psikodrama perhitungan tersebut bahwa nilai korelasi sebesar dengan 0.925 taraf signifikan 0,05 maka  $0,025 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berarti terdapat pengaruh yang kuat psikodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

Kata kunci: Bimbingan kelompok, teknik psikodrama, kepercayaan diri





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIIYAH DAN KEGURUAN**

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

**PERSETUJUAN**

Judul Skripsi

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
 DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK  
 MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA  
 DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 4 BANDAR  
 LAMPUNG**

Nama  
 NPM  
 Jurusan

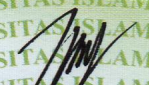
**Rudi Herwanto**  
**1411080257**  
**Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**


**MENYETUJUI**

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

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
**Dr. Hj. Nilayati Tajuddin, M. Si**


  
**Dr. Ahmad Fauzan, M. Pd**

**NIP.195508261983032002**

**NIP.197208182006041006**

**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 TARBIIYAH DAN KEGURUAN**

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

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 4 BANDAR LAMPUNG** disusun oleh: **Rudi Herwanto, NPM 1411080257**, Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam** telah dimunaqosahkan pada hari/tanggal **Selasa, 6 November 2018**;

**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua** : **Dr. Imam Syafe'i, M.Ag** (.....)

**Sekretaris** : **Iip Sugiharta, M.Si** (.....)

**Penguji Utama** : **Drs. Badrul Kamil, M.Pd.I** (.....)

**Penguji Pendamping I** : **Dr. Hj. Nilawati Tajuddin, M.Si** (.....)

**Penguji Pendamping II** : **Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd** (.....)

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Prof. Dr. M. Chairul Anwar, M.Pd**

NIP. 19560810 198703 1 001

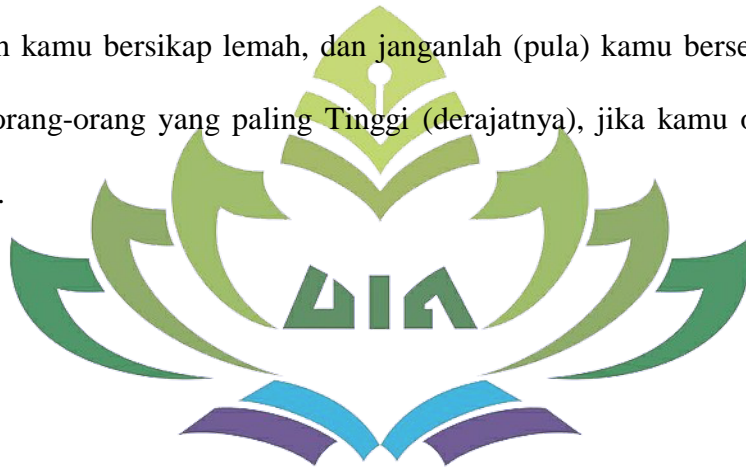


## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٦﴾

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”<sup>1</sup>.



---

<sup>1</sup> *Alquran Dan Terjemah* (Bandung: CV.Diponegoro, 2005).

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah. Dengan penuh rasa bangga ku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua Orang tuaku tercinta Ayah Sakiman dan Ibu Maryati yang telah memberikan dukungan moril dan materi untuk kesuksesan anaknya, yang tak pernah patah semangat memberikan cinta kasih sayang dan pengorbanan, serta senantiasa mendoakan anaknya, karena tiada do'a yang paling khusuk selain do'a yang terucap dari orang tua..
2. Kakak saya Evi Yulianti A.Md yang sangat aku sayangi dan banggakan yang selalu memberikan semangat, senyum, dan do'anya untuk menantikan keberhasilanku, terimakasih dan sayang ku untuk kalian.
3. Sahabat-sahabat dan rekan-rekan terutama untuk Febrina, Suko, Nursiwan, Dian Toberi, Anugrah, Ahmad, Rafiki, Yoga, Feri, Eko, Riko, Rio, Samuel, Ana, Kamel, Kosasi, Rosa, Reisa, Reza, Rizkia, Chima, Indah dan semuanya terimakasih atas bantuan, do'a, dan motivasinya.

## RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama lengkap Rudi Herwanto, lahir Di Sinar Rejeki Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan, pada tanggal 20 Agustus 1996, dan Tinggal di Jl. Raya Sinar Rejeki, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan. yang merupakan anak Kedua dari Dua bersaudara dari pasangan suami istri Bapak Sakiman dan Ibu Maryati.

Pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh peneliti antara lain pendidikan di SD Negeri 02 Sinar Rejeki, lulus pada tahun 2008. Kemudian peneliti melanjutkan pendidikan di SMP Taruna Jaya Jati Agung, lulus pada tahun 2011. Setelah itu peneliti kembali melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 1 Metro Kibang, dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 peneliti terdaftar sebagai Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Raden Intan Lampung, yang saat ini sudah bertransformasi menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung melalui Jalur UM-PTKIN pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan dan Konseling.

Pada tahun 2017 peneliti melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Kampung Baru, Kabupaten Lampung Selatan, kemudian melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMPN 4 Bandar Lampung.



## KATA PENGANTAR

Puji beserta syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Psikodrama* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 4 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019”**.

Shalawat beriring salam peneliti sanjungkan kepada tambatan hati panutan cinta kasih yakni Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita semua dari alam kegelapan menuju kepada alam yang terang benderang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung. Penyelesaian skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof.Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya;
2. Andi Thahir, MA, Ed.D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling beserta Dr. Oki Dermawan M.Pd selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah banyak memberikan masukan dan pengarahan tentang skripsi ini sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik;

3. Dr.Hj.Nilawati Tajuddin, M.Si selaku pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini, ditengah kesibukan beliau telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan sehingga terwujud karya ilmiah ini seperti yang diharapkan;
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling UIN Raden Intan Lampung. Terimakasih atas ilmunya yang sangat bermanfaat;
6. Seluruh staf karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, khususnya Jurusan Bimbingan dan Konseling, terimakasih atas ketulusan dan kesediannya membantu peneliti dalam menyelesaikan syarat-syarat administrasi;
7. Sahabat-sahabat dan rekan-rekan terutama untuk Meilita, Suko,Nursiwan, Dian Toberi, Anugrah, Ahmad, Rafiki, Yoga, Feri, Eko, Riko, Rio, Samuel, Ana, Kamel, Kosasi, Rosa, Reisa, Reza, Rizkia dan semuanya terimakasih atas bantuan, do'a, dan motivasinya;
8. Semua pihak yang turut serta membantu menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu. Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak kekurangan, hal ini disebabkan masih terbatasnya ilmu dan teori penelitian yang peneliti kuasai. Oleh karena itu kepada pembaca kiranya dapat memberikan masukan dan saran-saran yang bersifat membangun.



Bandar Lampung,  
Peneliti,

2018

**Rudi Herwanto**  
**NPM. 1411080257**



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Batasan Masalah .....	11
D. Rumusan Masalah .....	12
E. Tujuan Penelitian .....	11
F. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Layanan Bimbingan Kelompok .....	13
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok .....	16
2. Kegunaan Bimbingan Kelompok .....	16
3. Tujuan Bimbingan Kelompok .....	17
4. Komponen-Komponen Bimbingan Kelompok .....	18
5. Tahap Bimbingan Kelompok .....	21
B. Teknik Psikodrama	
1. Pengertian Teknik Psikodrama .....	25
2. Tujuan Teknik Psikodrama .....	26
3. Manfaat Teknik Psikodrama .....	26
4. Tahap-tahap Pelaksanaan Teknik Psikodrama .....	27



C. Kepercayaan Diri Siswa	
1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	28
2. Faktor Kepercayaan Diri.....	30
D. Penelitian Relevan.....	32
E. Kerangka Pikir .....	33
F. Hipotesis Penelitian .....	36

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	38
B. Desain Penelitian.....	38
C. Variabel Penelitian .....	42
D. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling.....	44
1. Populasi .....	44
2. Sampel Dan Teknik Sampel .....	45
E. Teknik Penumpulan Data .....	46
1. Kuesioner (Angket).....	46
2. Wawancara .....	51
3. Dokumentasi .....	51
F. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	52
G. Teknik Pengelolaan Dan Analisis Data .....	55
1. Tahap Pengelolaan Data.....	55
2. Analisis Data .....	56

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	58
1. Gambaran Umum Kepercayaan Diri .....	58
2. Hasil Pretest.....	58
3. Hasil Posttest .....	61
4. Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest Kepercayaan Diri.	63
A. Pengujian Hipotesis Eksperimen Dan Kontrol .....	65
1. Pengujian Hipotesis Eksperimen .....	65

2. Pengujian Hipotesis Kontrol.....	67
A. Analisis Kelas Eksperimen Dan Kelas Kontrol.....	69
B. Pembahasan Hasil Penelitian Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung .....	73
C. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung .....	74
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran.....	76

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**





## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>halaman</b>
1. Hasil Pra Penelitian Percaya Diri Yang Rendah .....	5
2. Desain Penelitian .....	39
3. Devinisi Oprasional .....	41
4. Skor Alternatif Jawaban .....	46
5. Kriteria Interaksi Sosial .....	47
6. Kisi – kisi Kepercayaan Diri .....	53
7. Hasil <i>Pretest</i> kepercayaan Diri Eksperimen .....	59
8. Hasil <i>Pretest</i> Kepercayaan Diri Kontrol .....	60
9. Hasil <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Ekspeimen .....	62
10. Hasil <i>Posttest</i> Kepercayaan Diri Kontrol .....	63
11. Hasil <i>Pretest dan Posttest</i> Kelas Eksperimen dan Kontrol .....	65
12. Hasil Pengujian hipotesis eksperimen.....	67
13. Hasil Pengujian hipotesis kontrol.....	69
14. Hasil table correlations.....	70
15. Deskripsi data eksperimen dan kontrol.....	71

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>halaman</b>
1. Kerangka Berpikir.....	32
2. Variabel Penelitian.....	40
3 Gambaran Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....	66
4. Grafik Kenaikan Kepercayaan Diri .....	73





## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Setiap manusia ingin menunjukkan segala kelebihan yang ada pada dirinya, kepercayaan diri sangat sangat berpengaruh terhadap keberhasilannya seseorang dalam menunjukkan segala kelebihan tersebut, percaya diri merupakan aspek penting dalam diri manusia, percaya diri adalah tindakan dimana manusia mempunyai kepercayaan diri dalam hal melakukan sesuatu perbuatan.

Kepercayaan diri pada seseorang tidak muncul begitu saja melainkan ada pihak-pihak yang memberi dukungan sehingga pada diri individu tersebut tumbuh kepercayaan diri. Menurut menurut Vandebos adalah percaya pada kapasitas kemampuan diri dan terlihat sebagai kepribadian yang positif. Pendapat itu menunjukkan bahwa orang yang percaya diri memiliki keyakinan untuk sukses.<sup>1</sup>

Kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar di dalam interaksi seseorang dengan lingkungannya.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Niko Dimas Saputro dan Miftahun Ni'mah Suseno, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Employ Ability Pada Mahasiswa,"2012,[http://jurnalpsikologi/jurnal2\(3\)..](http://jurnalpsikologi/jurnal2(3)..)

<sup>2</sup>Sudardjo & Esti Hayu Purnamaningsih Siska, "Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 2, no. 2 (2003): h.67-71.

Rasa percaya diri bukan dengan mengkompensasi kelemahan kepada kelebihan, namun bagaimana individu tersebut mampu menerima dirinya apa adanya, mampu mengerti seperti apa dirinya dan pada akhirnya akan percaya bahwa dirinya mampu melakukan berbagai hal dengan baik.<sup>3</sup> Dalam surat, Al-Fath ayat 1 Allah berfirman:

إِنَّا فَتَحْنَا لَكَ فَتْحًا مُّبِينًا

*Sesungguhnya kami Telah memberikan kepadamu kemenangan yang nyata [Q.S, Al-Fath:1]*<sup>4</sup>

Berdasarkan surat Al-Fath ayat 1, dijelaskan bahwa setiap hamba Allah janganlah merasa lemah. Lemah yang dimaksud dalam ayat tersebut ialah bahwa setiap manusia tidak diperbolehkan merasa lemah dan sudah seharusnya mempunyai rasa kepercayaan diri tinggi.

Kepercayaan diri berawal dari diri sendiri dan dukungan dari orang lain. Kepercayaan diri dapat mengubah seseorang yang biasanya tidak berani dalam menghadapi sesuatu, dengan adanya kepercayaan diri seseorang menjadi lebih yakin dan mampu dalam menghadapi atau mengerjakan sesuatu.<sup>5</sup>

<sup>3</sup>Sri Marjanti, "Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X Ips Sma Bae Kudus," 2015, <http://jurnal./412>.

<sup>4</sup>*Alquran Dan Terjemah* (Bandung: CV.Diponegoro, 2005).

<sup>5</sup>Wardatul Djannah dan Ayom Yulita WAN, "Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta," no. 1 (2011): h.166–85.



Ciri-ciri kepercayaan diri yang baik menurut William James adalah : mampu berinteraksi dalam lingkungan, memiliki tanggung jawab dan berani bertanya dan menyampaikan pendapat.<sup>6</sup>

Demikian menurut pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa peserta didik sudah seharusnya peserta didik memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena apabila peserta didik memiliki kepercayaan diri yang rendah maka peserta didik tersebut tidak akan berkembang secara optimal dalam proses perkembangan. Dengan demikian peserta didik merupakan generasi muda yang harus diperhatikan dalam proses perkembangan baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat agar memiliki sikap percaya diri dalam dirinya.

Pada masa remaja terdapat masa negatif yaitu masa dimana remaja bersikap anti terhadap kehidupan. Salah satu gejala yang mencirikan masa negatif pada remaja adalah rendahnya rasa kepercayaan diri pada dirinya sendiri (*lack of confidence*). Kepercayaan diri ini dapat disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya perubahan fisiknya.

H Baharun, Learning will be said to succeed if there is a change in a person. Learning that is done as it is and not through systematic planning

---

<sup>6</sup> William James (Dale Carnegie), "Bagaimana Meningkatkan Kepercayaan Diri & Mempengaruhi orang ,(Jakarta:Mitra Media,2008).h.9

will not get maximum results. Even the activity of students in learning activities becomes predictor in measuring the success of learners.<sup>7</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki kepercayaan diri dengan kategori tinggi sebanyak 48% atau setara dengan 67 siswa, kategori sedang sebanyak 52% atau setara dengan 72 siswa, dan kategori rendah sebanyak 0%. Siswa yang memiliki ketergantungan sosial media dengan kategori tinggi sebanyak 15% atau setara dengan 20 siswa, kategori sedang sebanyak 69% atau setara dengan 95 siswa, dan kategori rendah sebanyak 16% atau setara dengan 22 siswa. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dengan ketergantungan media sosial pada siswa SMK N 1 Bantul, sehingga dapat diartikan kepercayaan diri memprediksikan ketergantungan media sosial sebesar 22%.<sup>8</sup>

Hal ini terjadi di SMP Negeri 4 Bandar Lampung khususnya kelas VIII, dari pengalaman yang dilakukan selama melakukan praktek pengalaman lapangan (PPL) peneliti mengamati banyaknya perilaku peserta didik yang tidak memiliki kepercayaan diri adalah adanya peserta didik yang menunjukkan perilaku kurangnya kepercayaan diri, jarang bergaul dengan teman sekelasnya, sering menyendiri disaat jam istirahat, hanya berteman dengan satu bangku atau

---

<sup>7</sup> Hasan Baharun and Rohmatul Ummah, "Strengthening S Tudents ' Character in Akhlaq Subject through Problem Based Learning Model" 3, no. 1 (2018): 21–30, <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/tadris/article/view/2205/pdf>.

<sup>8</sup>Hafidz Azizan, "Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Ketergantungan Media Sosial Pada Siswa Di Smkn 1 Bantul," 2016, <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/3295>.



tidak berteman dengan siapa-siapa. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan Konseling ibu Dra.Netawati di SMP Negeri 4 Bandar Lampung, adanya peserta didik yang kurang kepercayaan diri jarang berinteraksi dengan teman sekelas. Peneliti sering menjumpai disetiap kelas-kelas dalam satu kelas ada 1 sampai 2 orang peserta didik yang kurang memiliki kepercayaan diri.

Hal serupa diperkuat dengan adanya data perilaku disekolah yang menyatakan bahwa terdapat beberapa peserta didik yang kurang memiliki rasa percaya diri dalam dirinya pada saat jam pelajaran berlangsung maupun dilingkungan sekolah. Terlihat pada tabel 1 sebagai berikut :

**Tabel 1**  
**Data kepercayaan diri peserta didik SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Jumlah	KELAS	KASUS
1	1	B	Mudah cemas ketika menghadapi masalah dengan tingkat kesulitan tertentu.
2	1	B	Memiliki kelemahan dan kekurangan dalam segi mental, fisik, sosial, atau ekonomi.
3	1	B	Merasa minder dengan kelompok yang dianggap lebih baik dari dirinya
4	1	B	Mudah putus asa.
5	1	B	Dipatahkan atau dipotong saat berbicara

Berdasarkan tabel tersebut peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Hal ini memerlukan perhatian khusus bagi semua pihak di

sekolah, jika hal ini tidak segera ditangani dengan tepat maka peserta didik tidak akan mampu menyesuaikan dirinya didalam kelas dalam proses belajar maupun dalam melakukan pergaulan atau pertemanan dengan peserta didik lain.

Peneliti menyimpulkan apabila hal ini dibiarkan maka akan menyebabkan kegagalan dalam proses belajar dan pengembangan peserta didik. Dampak dari kepercayaan diri yang rendah diantaranya yang dapat muncul seperti perasaan mudah mengeluh, munculnya rasa putus asa dan mengalami kegagalan. Apabila hal tersebut berlanjut tanpa penanganan dari pihak sekolah, maka peserta didik akan menjadi generasi muda yang tidak memiliki masa depan dan terbelakang.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu diadakannya upaya pencegahan rasa kepercayaan diri yang rendah dikalangan peserta didik dalam proses perkembangannya. Guru Bimbingan Konseling sangat berperan penting dalam menyelesaikan tugas perkembangannya. Dalam hal ini guru Bimbingan Konseling sudah pernah melakukan layanan klasikal tentang dampak kepercayaan diri rendah di kelas tetapi belum terlihat adanya perubahan perilaku dari peserta didik, oleh sebab itu dibutuhkan satu layanan yang intensif yaitu layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok, efektifitas, dan dinamika kelompok harus

diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan.<sup>9</sup>

Bimbingan kelompok lebih merupakan suatu bimbingan yang bersifat pencegahan diberikan kepada sejumlah individu melalui prosedur kelompok. Dalam hal ini, kelompok merupakan wadah dimana di dalamnya diadakan upaya bimbingan dalam rangka membantu individu-individu memperoleh informasi yang tepat. Sedangkan, topik tugas merupakan topik yang dipilih oleh konselor sesuai dengan kebutuhan peserta didik yang kemudian diberikan kepada sejumlah peserta didik tersebut.<sup>10</sup>

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah upaya membantu peserta didik dalam menyelesaikan permasalahannya, khususnya pada pola pikir peserta didik dalam menyikapi rasa percaya diri yang rendah. Bimbingan kelompok diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Dalam hal ini peneliti menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.

Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama adalah teknik yang dilakukan konselor dalam membantu peserta didik memecahkan masalah-masalah yang dihadapi atau mengembangkan potensi peserta didik dalam suasana yang menyenangkan melalui kegiatan kelompok sehingga timbul rasa

---

<sup>9</sup> Thohirin Thohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah* (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2013).

<sup>10</sup> Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok* (Bandung: Refika Aditama, 2009).h.22



nyaman dan terbuka. Dengan menggunakan teknik psikodrama peserta didik diharapkan akan lebih membuka diri dalam bimbingan kelompok terutama ketika melakukan situasi dramatis dalam bermain peran. Menurut tatiek romlah psikodrama adalah:

Psikodrama adalah permainan peran yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep daam dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.<sup>11</sup>

Menurut Moreno psikodrama memberikan kesempatan orang untuk melihat kehidupan pribadi dengan cara pandang berbeda setelah kehidupan pribadi itu didramakan dan dimainkan oleh orang tak dikenal yang berada dalam kelompok bersamanya.<sup>12</sup>

Adapun beberapa penelitian relevan yang dapat dijadikan rujukan untuk penelitian yang akan dilakukan peneliti, yaitu Mark B. Scholl PhD & Sondra Smith-Adcock PhD 2007. Lipman menegaskan bahwa kegiatan terkait psikodrama menantang individu untuk mengekspresikan preferensi mereka terhadap orang, tempat, dan benda. Dengan demikian, dalam mengungkapkan preferensi semacam itu dan memberlakukan berbagai peran melalui psikodrama, individu "memahat" identitas mereka, seperti yang diterapkan pada konseling kelompok, psikodrama memfasilitasi ekspresi diri kreatif dan spontan partisipan. Akibatnya, peserta diberdayakan untuk memberlakukan

---

<sup>11</sup> Nurfaizal, "Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa," *Jurnal Fokus Konseling* 2, no. 2 (2016): 160–72.

<sup>12</sup> Affiyani Pramono, "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif," 2013, <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/2722>.

aspek identitas mereka yang terabaikan atau terbelakang dan menjadi lebih terintegrasi dan berfungsi penuh. Peranan peran dan bentuk lain dari peraturan di sini-dan-sekarang memfasilitasi partisipasi kelompok yang lebih ketat, lebih hidup, katarsis emosional dan wawasan baru mengenai perilaku efektif.<sup>13</sup>

Senada dengan penelitian yang di lakukan oleh Melisa Erdilek Karabay DKK tentang kepercayaan diri yaitu : Saat ini karyawan lebih banyak bekerja dengan berbagai tekanan dalam organisasi. Sangat penting untuk menentukan berbagai hal ini Stres karena stres kerja terus mempengaruhi struktur organisasi, secara signifikan. Makalah ini membahas interaksi antara konflik keluarga-kerja, lokus kontrol, kepercayaan diri dan kepribadian ekstraversi pada stres kerja. Untuk tujuan ini, data (N = 413) dikumpulkan dari karyawan yang bekerja di lembaga produksi, makanan dan kota, berlokasi di JI Istanbul. Hasil empiris menunjukkan bahwa konflik keluarga-pekerjaan mempengaruhi beban kerja, lingkungan kerja yang buruk dan peran yang buruk stres kongruen secara positif dan signifikan. Tempat pengendalian internal ditemukan berimplikasi pada kesesuaian peran yang buruk dan Struktur organisasi yang buruk secara negatif sedangkan lokus kontrol eksternal afektif pada struktur organisasi yang buruk secara positif. Hasil menunjukkan tidak ada pengaruh

---

<sup>13</sup> Mark B. Scholl PhD & Sondra Smith-Adcock PhD, "Using Psychodrama Techniques to Promote Counselor Identity Development in Group Supervision," 2007, <https://www.researchgate.net/publication/232852778>.

signifikan dari kepribadian ekstraversi dan kepercayaan diri terhadap stresor.<sup>14</sup>

Berdasarkan keterangan diatas bahwa bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, maka peneliti tertarik untuk mengkaji secara mendalam berkenaan dengan **“PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEHNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 4 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019”**

#### A. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat 5 peserta didik kelas VIII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung yang tidak percaya diri saat bertanya mata pelajaran pada guru yang menjelaskan materi.
2. Terdapat peserta didik kelas VIII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung yang sering menyendiri disaat jam istirahat dan jarang bergabung atau bersosialisasi dengan teman.
3. Terdapat peserta didik kelas VIII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung yang tidak percaya diri apabila mau bertanya kepada teman sebaya.

---

<sup>14</sup> Melisa Erdilek Karabay, Bülent Akyüz, and Meral Elçi, “Effects of Family-Work Conflict, Locus of Control, Self Confidence and Extraversion Personality on Employee Work Stress,” *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 235, no. October (2016): 269–80, <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.11.030>.



4. Terdapat peserta didik kelas VIII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung yang Mudah putus asa.
5. Belum diterapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII Di SMP Negeri 04 Bandar Lampung.

### **B. Batasan masalah**

Agar penelitian lebih terarah dan tidak menimbulkan perluasan masalah maka peneliti perlu mebatasi masalah dalam penelitian ini, merujuk dari pada tema yang telah di buat oleh penulis maka masalah yang akan di kaji hanya dalam ruang lingkup “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: “ Apakah Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”

### **D. Tujuan Penelitian**

Mengacu pada rumusan masalah di atas maka tujuan dari pada penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Akademik

Diharapkan Hasil penelitian ini dapat menjadi kajian yang berguna dalam memperkaya pemahaman serta pemikiran terkait dengan kesimpulan Analisis hasil tes kepribadian terhadap kepribadian nyata pada peserta didik untuk dijadikan referensi bagi siapa saja yang membacanya.

### 2. Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai referensi atau rujukan tentang kesimpulan Dari Pengaruh Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik bagi yang membacanya.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok yang terus menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri. Tujuan dari bimbingan adalah lima fungsi pokok, yaitu: (a) mengenal diri sendiri dan lingkungannya sebagaimana adanya; (b) menerima diri sendiri secara positif dan dinamis; (c) mengambil keputusan; (d) mengarahkan diri sendiri; dan (e) mewujudkan diri mandiri.<sup>1</sup>

Bales dalam Siti Hartinah mengatakan bahwa:

“kelompok adalah sejumlah individu yang berinteraksi dengan sesamanya secara tatap muka atau serangkaian pertemuan, dimana masing-masing anggota saling menerima impresi atau persepsi anggota lain dalam suatu waktu tertentu dan menimbulkan pertanyaan-pertanyaan kemudian, yang membuat masing-masing anggota bereaksi sebagai reaksi individuul”.<sup>2</sup>

#### **1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa

---

<sup>1</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008).h. 37

<sup>2</sup> Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok* (Bandung: Refika Aditama, 2009).h. 22

penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.<sup>3</sup>

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik yang secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga serta masyarakat serta untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan.<sup>4</sup>

Dengan demikian dapat diartikan bahwa, bimbingan kelompok secara tidak langsung dapat mengasah kemampuan peserta didik dalam berinteraksi karena di dalam bimbingan kelompok peserta didik secara bersama-sama mendapatkan informasi terkait dengan pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial secara bersama-sama dari narasumber sehingga dapat membantu peserta didik untuk belajar mengambil keputusan. Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu atau peserta didik melalui kegiatan kelompok.<sup>5</sup>

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok yang baik adalah apabila dalam kelompok tersebut diwarnai oleh semangat tinggi, dinamis, hubungan yang harmonis, kerjasama

---

<sup>3</sup> Achmad Juntika Nurhisan, *Bimbingan Dan Konseling* (Bandung: PT. Retika Aditama, 2011).h. 23

<sup>4</sup> Dewa Ketut Sukardi, *op.cit.* h.64

<sup>5</sup> Thohirin Thohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah* (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2013).h. 164



yang baik dan mantap, serta saling mempercayai diantara anggota-anggotanya. Kelompok yang seperti itu akan terwujud apabila para anggota saling bersikap sebagai kawan, menghargai, mengerti, dan menerima tujuan bersama secara positif, setia pada kelompok, serta mau bekerja keras dan berkorban untuk kelompok.<sup>6</sup>

Menurut Tohirin mendefinisikan bahwa:

Sedangkan menurut Tohirin “Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.<sup>7</sup>

Sedangkan menurut Sukardi Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan adalah:

Layanan bimbingan yang dimaksud adalah untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.

Wibowo menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah:

Suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok

---

<sup>6</sup>Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*.(Bandung:Refika Aditama,2009),h.61

<sup>7</sup> Dian Novianti Sitompul, “Pengaruh Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role-Playing Terhadap Perilaku Solidaritas siswa dalam menolong Teman Di SMA NEGERI 1 Rantau Utara” 1 (2015 ),<http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/edutech/article/view/265>.

menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.”<sup>8</sup>

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

## **2. Kegunaan Bimbingan Kelompok**

Kegunaan bimbingan kelompok memang sangat mendasar dan dapat dikemukakan antara lain:

1. tenaga pembimbing masih sangat terbatas dan jumlah murid yang perlu dibimbing begitu banyak sehingga pelayanan bimbingan secara perseorangan tidak akan merata;
2. melalui bimbingan kelompok, peserta didik dilatih menghadapi suatu tugas bersama atau memecahkan suatu masalah bersama. Dengan demikian, sedikit banyak di didik untuk hidup secara bersama. Hal tersebut akan dibutuhkan semasa hidupnya;

---

<sup>8</sup>Ewin Tri, *Bimbingan Kelompok*, 2012 tersedia: <https://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/bimbingan-kelompok/>[diakses pada tanggal 11 Maret 2017 pukul 17.48]

3. dalam mendiskusikan sesuatu secara bersama, peserta didik didorong untuk berani menggunakan pendapat dan menghargai pendapat orang lain. Selain itu, beberapa peserta didik akan lebih berani membicarakan kesukarannya dengan penyuluh setelah mereka mengerti bahwa teman-temannya juga mengalami kesukaran tersebut;
4. banyak informasi yang dibutuhkan oleh peserta didik dapat diberikan secara kelompok dan cara tersebut lebih ekonomis;
5. melalui bimbingan kelompok, beberapa peserta didik menjadi lebih sadar bahwa mereka sebaiknya menghadap penyuluh untuk mendapat bimbingan secara lebih mendalam; dan
6. melalui bimbingan kelompok, seorang ahli bimbingan yang baru saja diangkat dapat memperkenalkan diri dan berusaha mendapat kepercayaan dari peserta didik.<sup>9</sup>

### 3. Tujuan Bimbingan Kelompok

Ada beberapa tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh beberapa ahli, adalah sebagai berikut: Menurut Amti tujuan bimbingan kelompok terdiri dari:

Tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga menembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.” Secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk:

- a. melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya;
- b. melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok;

---

<sup>9</sup> Sitti Hartinah, *konsep dasar bimbingan kelompok* (Bandung: Refika Aditama, 2009), h. 8

- c. melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya;
- d. melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok;
- e. melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain;
- f. melatih siswa memperoleh keterampilan social; dan
- g. membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Tujuan bimbingan kelompok seperti yang dikemukakan oleh Prayitno adalah:

- a. mampu berbicara di depan orang banyak;
- b. mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak;
- c. belajar menghargai pendapat orang lain;
- d. bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya;
- e. mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif);
- f. dapat bertenggang rasa;
- g. menjadi akrab satu sama lainnya; dan
- h. membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Menurut Sukardi, Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan adalah:

Untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Layanan bimbingan kelompok merupakan media pengembangan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi yang dimiliki.<sup>10</sup>

#### 4. Komponen-Komponen Bimbingan Kelompok

Komponen-komponen yang ada dalam layanan bimbingan kelompok di antaranya terdapat pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

---

<sup>10</sup>EwinTri, *BimbinganKelompok*, 2012 tersedia: <https://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/bimbingan-kelompok/> [diakses pada tanggal 11 Maret 2017 Pukul 17:48]



a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok memiliki peran penting dalam rangka membawa para anggotanya menuju suasana yang mendukung tercapainya tujuan bimbingan kelompok. Sebagaimana yang dikemukakan Prayitno, bahwa peranan pemimpin kelompok ialah :

- 1) Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan ini meliputi, baik hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun yang mengenai proses kegiatan itu sendiri.
- 2) Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami itu.
- 3) Jika kelompok itu tampaknya kurang menjurus kearah yang dimaksudkan maka pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan itu.
- 4) Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat visi maupun proses kegiatan kelompok.
- 5) Lebih jauh lagi, pemimpin kelompok juga diharapkan mampu mengatur “lalu lintas” kegiatan kelompok, pemegang aturan permainan (menjadi wasit), pendamai dan pendorong kerja sama serta suasana

kebersamaan. Disamping itu pemimpin kelompok, diharapkan bertindak sebagai penjaga agar apapun yang terjadi di dalam kelompok itu tidak merusak ataupun menyakiti satu orang atau lebih anggota kelompok sehingga ia / mereka itu menderita karenanya.

- 6) Sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya, juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.

b. Anggota kelompok

Kegiatan layanan bimbingan kelompok sebagian besar juga didasarkan atas peranan para anggotanya. Peranan kelompok tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan secara aktif para anggota kelompok tersebut. Karena dapat dikatakan bahwa anggota kelompok merupakan badan dan jiwa kelompok tersebut. Agar dinamika kelompok selalu berkembang, maka peranan yang dimainkan para anggota kelompok adalah:

- 1) membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antaranggota kelompok;
- 2) mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok;
- 3) berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama;
- 4) membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhiya dengan baik;

- 5) benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok;
- 6) mampu berkomunikasi secara terbuka;
- 7) berusaha membantu anggota lain;
- 8) memberi kesempatan anggota lain untuk juga menjalankan peranannya; dan
- 9) menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu.

## **5. Tahap-tahap Layanan Bimbingan Kelompok**

Kegiatan bimbingan kelompok tidak akan berjalan secara efektif dan efisien tanpa didukung tahap-tahap perkembangan kegiatan kelompok. Jika setiap tahap dapat dilaksanakan dengan baik, dapat diketahui bahwa pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok sudah berjalan dengan baik dan sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan.

“Kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya terdapat empat tahap perkembangan kegiatan kelompok, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran”<sup>11</sup>

### **1) Tahap pembentukan**

Tahap ini merupakan tahap pengenalan atau tahap pelibatan diri dalam kegiatan kelompok. Pada tahap ini para anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan atau harapan-harapan yang ingin dicapai oleh masing-masing, sebagainya, ataupun

---

<sup>11</sup> *Ibid*, h. 37

seluruh anggota. Peran pemimpin kelompok dalam tahap pembentukan adalah:

- a) menjelaskan tujuan umum yang ingin dicapai melalui kegiatan kelompok;
- b) mengemukakan tentang diri pemimpin kelompok yang kira-kira perlu untuk terselenggaranya bimbingan kelompok;
- c) menjelaskan asas-asas yang membantu masing-masing anggota untuk mengarahkan peranan diri sendiri terhadap anggota lainnya dan pencapaian tujuan bersama;
- d) Menampilkan tingkah laku dan komunikasi yang mengandung unsur-unsur penghormatan kepada orang lain, seperti ketulusan hati, kehangatan, dan empati.

## 2) Tahap Peralihan

Tahap peralihan atau tahap transisi dan tahap pembentukan ketahap kegiatan. Dalam kegiatan ini pemimpin kelompok menjelaskan apa kegiatan apa yang akan dilaksanakan. Setelah jelas kegiatannya apa yang harus dilakukan, maka tidak akan muncul keraguan-raguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat-manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok. Tahap peralihan menurut Prayitno dijelaskan sebagai berikut:

“Tahap peralihan yang bertujuan membebaskan anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya.”



Pada tahap ini pemimpin kelompok perlu menawarkan pada anggota kelompok tentang kesipan untuk mengikuti kegiatan selanjutnya, yaitu dengan membuka diri secara wajar dan tidak berlebihan. Apabila pemimpin melihat adanya ketidak siapan peserta didik atau peserta didik merasa kurang paham dengan kegiatan yang akan dilaksanakan maka sebelum praktik menuju tahap selajutnya, praktikan kembali ketahap sebelumnya sampai peserta didik siap untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu yahap kegiatan.

### **3) Tahap Kegiatan**

Tahap ini merupakan tahap yang sebenarnya dari kelompok. Namun kegiatan kelompok paada tahap ini tergantung dari dua tahap sebelumnya. Jika tahap-tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ini akan berlangsung dengan lancar. Prayitno mengungkapkan tahap kegiatan :

“tahap merupakan inti kegiatan kelompok sehingga aspek aspek yang menjadi pengeiringnya cukup banyak”. Pada tahap kegiatan ini anggota akan berpartisipasi aktif dalam kelompok, terciptanya suasana mengembangkan diri anggota kelompok, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi, berpendapat, menanggapi pendapat, sabar dan tenggang rasa, maupun menyangkut pemecahan masalah yang dikemukakan oleh kelompok.

Peranan kelompok pada tahapan ini yaitu: memperhatikan dan mendengarkan secara aktif, kusunya memperhatikan hal-hal khusus yang diungkapkan anggota kelompok, memperhatikan hal-hal yang dapat merusak suasana kelompok yang baik, menjadi narasumber yang membuka diri seluas-luasnya, serta menjadi penunjuk jalan untuk membahs masalah.

Tujuan tahap ini adalah: (1) terungkapnya secara bebas masalah atau topik yang dirasakan, dipikirkan, dan dialami oleh anggota kelompok; (2) terbahasnya masalah dan topik yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas; (3) ikut serta seluruh anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang menyangkut unsur-unsur tingkah laku, pemikiran ataupun perasaan.

#### 4) Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan tahap terakhir dari kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini terdapat dua kegiatan, yaitu penilaian (*evaluasi*) dan tindak lanjut (*follow-up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari seluruh rangkaian kata pertemuan kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tercapainya suatu pemecahan suatu masalah oleh kelompok tersebut. Menurut Prayitno, peranan peranan pemimpin kelompok pada tahap ini adalah:

- a) tahap mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka;
- b) memberikan pertanyaan dan mengucapkan trimakasih atas keikutsertaan anggota;
- c) memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut; dan
- d) penuh rasa persahabatan dan empati.

Kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah:

- a) pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri;
- b) pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan pesan dan hasil-hasil kegiatan;
- c) membahas kegiatan lanjutan; dan
- d) mengemukakan pesan dan harapan.<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> Ibid, h.38-41

## B. Teknik *Psikodrama*

### 1. Pengertian teknik *Psikodrama*

Tatiek Romlah mengemukakan bahwa : psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya Dalam psikodrama individu yang mempunyai masalah memerankan dirinya sendiri. psikodrama dilaksanakan untuk tujuan terapi atau penyembuhan.

Didalam psikodrama konseli memerankan situasi-situasi dramatis yang dialaminya pada waktu itu, sekarang, dan yang diantisipasi akan dialami pada waktu yang akan datang, dengan tujuan untuk memperoleh pengertian yang lebih mendalam mengenai diriya dan melepaskan tekanan-tekanan yang dialami atau katarsis. Kejadian-kejadian yang penting dimainkan kembali agar konseli dapat mengenali perasaan-perasaannya dan dapat mengungkap perasaannya sepenuhnya sehingga terbuka jalan untuk terbentuknya perilaku baru. Kelompok psikodrama memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk menguji kenyataan, karena kelompok terdiri dari individu-individu dan situasi-situasi kehidupan yang nyata.<sup>13</sup>

Menurut Gerald Corey psikodrama merupakan permainan peran yang dimaksud agar individu bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya. Hal ini dapat diartikan bahwa psikodrama merupakan teknik yang dilakukan oleh konselor dengan tujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri terhadap dirinya mempunyai pandangan baik terhadap dirinya dan dapat memahami dirinya, serta mengendalikan emosinya dengan baik.<sup>14</sup>

Asumsi-asumsi dan fantasi individu dapat dicek kebenarannya melalui anggota kelompok yang lain, anggota kelompok yang lain juga dapat memberikan saran-saran pemecahan masalah yang dihadapi yang mungkin belum terpikirkan oleh individu yang bermasalah. Meskipun psikodrama memiliki

---

<sup>13</sup> Nurfaizal, "Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa," *Jurnal Fokus Konseling* 2, no. 2 (2016): 160–72.

<sup>14</sup> Eukaristia, "Teknik Psikodrama," 2012, <http://juurnal.student.ac.id/ojs/index/phb/fipbk/article/view/4384>.

tujuan terapi, psikodrama pun dapat digunakan dalam ranah bimbingan dan konseling.

## **2. Tujuan teknik *psikodrama***

Tujuan dari pelaksanaan teknik *psikodrama*

Tujuan dari psikodrama ini adalah membantu konseli atau sekelompok konseli untuk mengatasi masalah masalah pribadi dengan cara menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan. Lewat cara cara itu konseli di bantu untuk mengungkapkan perasaan tentang konflik, kemarahan, agresi, perasaan bersalah dan kesedihan.

## **3. Manfaat Teknik *Psikodrama***

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari teknik psikodrama diantaranya:

1. Manfaat katasis atau melepaskan emosi.
2. Bisa melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.
3. Dapat mempertinggi perhatian konseli melalui adegan-adegan, hal mana tidak selalu terjadi dalam metode ceramah atau diskusi.
4. Konseli tidak saja mengerti persoalan sosial psikologis, tetapi mereka juga ikut merasakan perasaan dan pikiran orang lain bila berhubungan dengan sesama manusia, seperti halnya penonton film atau sandiwara, yang ikut hanyut dalam suasana film seperti, ikut menangis pada adegan sedih, rasa marah, emosi, gembira dan lain sebagainya.



5. Konseli dapat menempatkan diri pada tempat orang lain dan memperdalam pengertian mereka tentang orang lain.<sup>15</sup>

#### 4. Tahapan-tahapan pelaksanaan teknik psikodrama

Dalam penelitian ini dilakukan dengan dua tahap yaitu tahap pendahuluan atau refleksi awal dan juga tahap pelaksanaan tindakan.

##### 1. Tahap Perencanaan.

Pada tahap ini, berkolaborasi dengan Guru BK untuk dilakukan observasi langsung mengenai kondisi sekolah, juga dilakukan wawancara dengan Guru Wali Kelas dan Guru BK, selain itu menyebarkan skala perilaku asertif kepada Siswa.

##### 2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan mengacu pada rencana yang sudah disusun sebelumnya. Dalam tahap ini melibatkan guru BK dan siswa. Informasi mengenai perilaku asertif para siswa diperoleh dengan melakukan observasi, skala (Pasca Tindakan) terhadap siswa serta wawancara dengan guru BK.

##### 3. Observasi

Observasi dilaksanakan pada saat dan setelah dilaksanakan tindakan peningkatan perilaku asertif dengan menggunakan psikodrama. Observasi ini meliputi bagaimana perilaku siswa di dalam kelas maupun diluar kelas.

---

<sup>15</sup>Eukaristia, "Teknik Psikodrama," 2012, <http://juurnal.student.ac.id/ojs/index/phb/fipbk/article/view/4384>.

#### 4. Refleksi

Pada tahap refleksi, data yang telah terkumpul kemudian dianalisis sebagai hasil refleksi untuk merencanakan tindakan yang lebih efektif pada siklus berikutnya jika diperlukan. Hasil analisis data diketahui teknik yang telah dilakukan dapat meningkatkan perilaku asertif siswa.<sup>16</sup>

### C. Kepercayaan Diri

#### 1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah hal yang seharusnya dimiliki remaja untuk mencapai kesuksesan. Terkadang remaja tidak menyadari bahwa kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat kegiatan sehari-hari. Sikap remaja yang menunjukkan rendahnya kepercayaan diri, seperti: selalu ragu-ragu dalam melakukan suatu hal, mudah cemas, tidak memiliki keyakinan, cenderung menghindari, menutup diri, kurang inisiatif, mudah patah semangat, takut untuk tampil di depan orang banyak, dan lain-lain akan menghambatnya untuk melakukan sesuatu.

Kepercayaan diri yang baik menurut William James adalah mampu berinteraksi dalam lingkungan, memiliki tanggung jawab dan berani bertanya dan menyampaikan pendapat.<sup>17</sup>

---

<sup>16</sup>Sailah Ribha, "Peningkatan Perilaku Asertif Melalui Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas VII Di SMP NEGERI 2 MOYUDAN , " 2017 ,<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/fipbk/article/view/6551>.

<sup>17</sup> William James (Dale Carnegie), "Bagaimana Meningkatkan Kepercayaan Diri & Mempengaruhi orang ,(Jakarta:Mitra Media,2008).H.9S

Menurut Lauster ,dalam hubungan dengan orang lain, rasa rendah diri terlihat sebagai rasa malu, kebingungan, dan rendah hati yang berlebihan oleh karena itu, rendahnya rasa percaya diri bisa menyebabkan masalah penyesuaian diri remaja dengan lingkungan sekitar.<sup>18</sup>

Sutisna, bahwa tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam dengan kuat di dalam jiwa anak (siswa), pesimisme dan rasa rendah diri akan dapat menguasainya dengan mudah.<sup>19</sup>

Hurlock menyatakan bahwa seseorang memiliki percaya diri tinggi jika ia mampu membuat pernyataan-pernyataan positif mengenai dirinya, menghargai diri sendiri, serta mampu mengejar harapan-harapan yang kemungkinan membuatnya sukses.<sup>20</sup>

Mastuti menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.<sup>21</sup>

---

<sup>18</sup> Irene Maya Simon Kasa Fiorentika, Djoko Budi Santoso, “Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP,” 2016, 104–11.

<sup>19</sup> Iceu Rohayati, “Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa,” 2011, <http://jurnal.upi.edu/penelitian-pendidikan/view/661/program-bimbingan-teman-sebaya-untuk-meningkatkan--percaya-diri-siswa>. [diakses pada tanggal 24 juli 2018 pukul 21:34]

<sup>20</sup> Herlan Pratikto M. Fatchurahman, “Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis Dan Kenakalan Remaja” 1 (2012), <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/pesona/article/download/27/33>. [diakses pada tanggal 24 juli 2018 pukul 21.37]

<sup>21</sup> A. Busthomi Maghrobi Badrul Kamil, Mega Aria Monica, “Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP Dengan Menggunakan Teknik Assertive Training,” n.d., <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli>.

Menurut Walgito Rasa percaya diri adalah seseorang yang dapat tumbuh apabila individu tersebut mampu melakukan komunikasi dan interaksi dengan lingkungan sekitarnya secara baik. Kemampuan melakukan semua itu dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada diri seseorang.<sup>22</sup>

Barbara De Angelis kepercayaan diri adalah sesuatu yang harus mampu menyalurkan segala yang kita ketahui dan segala yang kita kerjakan.<sup>23</sup>

Dari beberapa teori tersebut dapat disimpulkan bahwa, kepercayaan diri adalah seseorang yang memiliki jiwa kuat, memiliki pikiran-pikiran positif untuk melakukan suatu hal, mampu menyampaikan pendapat sehingga dapat membuat seseorang menjadi lebih percaya diri, maju dan sukses.

## 2. Faktor Kepercayaan Diri

Seorang individu yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki ciri-ciri seperti yang dikemukakan oleh Guilford dan Lauster serta Instone sebagai berikut:

1. Individu merasa tidak kuat terhadap tindakan yang dilakukan. Hal ini didasari oleh adanya keyakinan terhadap kekuatan, kemampuan dan ketrampilan yang dimiliki. Ia merasa optimis, cukup ambisius, tidak selalu

---

<sup>22</sup>Kasa Fiorentika, Djoko Budi Santoso, Irene Maya Simon, *Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa*, tersedia: <http://journal.um.ac.id/index.php/bk> [diakses pada tanggal 20 Januari 2018 Pukul 21:10]

<sup>23</sup> Dewi Warman, "Hubungan Percaya Diri Siswa Dengan Hasil Belajar Siswa," n.d., tersedia: <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pgeo/article/view/576> [diakses pada tanggal 20 Januari 2018]

memerlukan bantuan orang lain, sanggup bekerja keras, mampu menghadapi tugas dengan baik dan bekerja secara efektif serta bertanggung jawab atas keputusan dan perbuatannya.

2. Individu merasa diterima oleh kelompoknya. Hal ini didasari oleh adanya keyakinan terhadap kemampuannya dalam berhubungan sosial. Ia merasa bahwa kelompoknya atau orang lain menyukainya, aktif menghadapi keadaan lingkungan, berani mengemukakan kehendak atau ide-idenya secara bertanggung jawab dan tidak mementingkan diri sendiri.

3. Individu percaya sekali terhadap dirinya serta memiliki kelenangan sikap. Hal ini didasari oleh adanya keyakinan terhadap kekuatan dan kemampuannya. Ia bersikap tenang, tidak mudah gugup dan cukup toleran terhadap berbagai macam situasi.<sup>24</sup>

Menurut Anthony ada 2 faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri.

- a. Faktor internal: konsep diri dan harga diri, kondisi fisik dan penampilan fisik, kegagalan dan kesuksesan, pengalaman hidup.
- b. Faktor eksternal: pendidikan, lingkungan dan pengalaman hidup dan bekerja.<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> Tina Aflatin dan Sri Mulyanl Martanlah, *Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok*, tersedia: <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/Psikologika/article/viewFile/8466/7192>, [diakses pada tanggal 9 januari 2018 jam 21.45]

<sup>25</sup> Woro Kusri dan Nanik Prihartanti, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa," 2012, [http://eprint.ums.ac.id/2781/14/11.\\_naskah\\_publicasi.pdf](http://eprint.ums.ac.id/2781/14/11._naskah_publicasi.pdf).



#### D. Penelitian Relevan

Berdasarkan telaan pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu:

1. Penelitian sebelumnya telah dilakukan oleh peneliti yang bernama Suranto, *Meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal melalui bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama pada siswa kelas X SMA NEGERI 01 NGABANG* hasil penelitian ini adalah komunikasi interpersonal peserta didik mengalami peningkatan dari sebelumnya 47,22% menjadi 72,22% setelah mendapatkan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.<sup>26</sup>
2. Penelitian yang kedua dilakukan oleh Nurfaizal 2016. *Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa* hasil penelitian ini adalah psikodrama pemahaman terhadap sikap menerima dan menghargai pendapat orang lain ketika pendapatnya ditolak.<sup>27</sup>
3. Penelitian yang ketiga dilakukan oleh Wardatul Djannah dan Ayom Yulita, *Teknik Siodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B Kristen 1 Surakarta* hasil penelitian ini adalah siswa mampu

---

<sup>26</sup>Kamaruzzaman, "Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 01 Ngabang," 2016, 69–82, <http://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/edukasi/article/viewfile/286/283>.

<sup>27</sup> Nurfaizal, *Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*, <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus/article/download/219/156>, [diakses pada tanggal 20 Desember 2017 jam 22.30 WIB]

mengaktualisasikan dirinya, mampu bersosialisasi, mampu membentuk kelompok dan diterima di dalam kelompok.<sup>28</sup>

Dari beberapa hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, dan mempermudah guru BK dalam menjalankan fungsi serta program layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

#### E. Kerangka Pikir

Kerangka fikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut Sugiyono “kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara dua variabel yang di susun dari berbagai teori yang dideskripsikan.”<sup>29</sup>

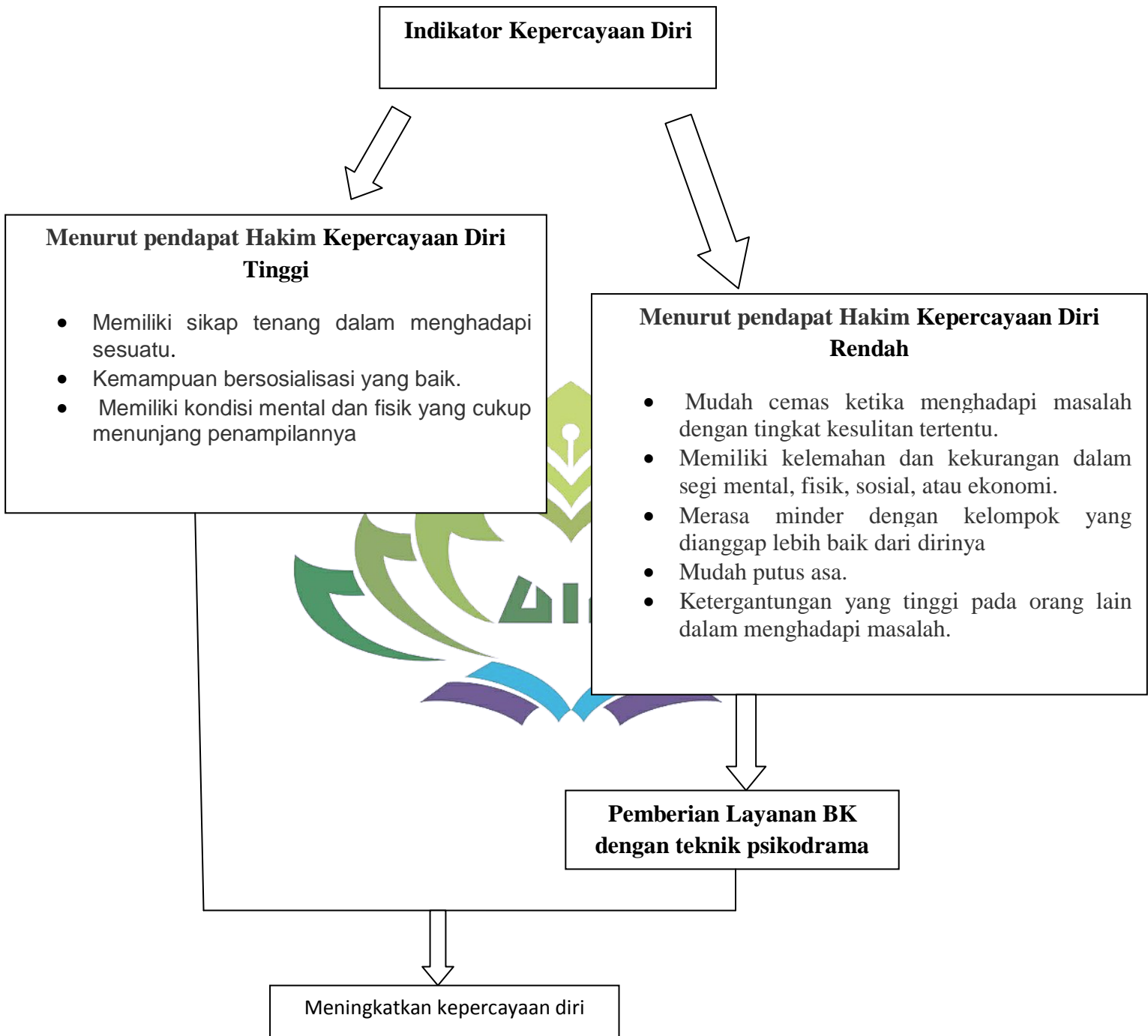
Kerangka fikir dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* yaitu suatu kegiatan kelompok yang bisa digunakan sebagai media pengembangan manusia, dengan beracting dalam sebuah drama diharapkan akan dapat menyadarkan seseorang (*insight*) dan juga mengenali (*to explore*) permasalahan yang sedang di hadapi. Kepercayaan diri yaitu :peserta didik harus mempunyai kepercayaan diri dalam kepribadianya, tidak minder dengan diri sendiri bagaimanapun keadaan fisik kita atau kondisi keluarga kita, bias bersosialisasi dengan

<sup>28</sup> Wardatul Djannah dan Ayom Yulita WAN, “Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta,” no. 1 (2011): 166–85.

<sup>29</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013).h. 60

teman dikelas ataupun diluar kelas,berani bertanya saat tidak jelas pada mata pelajaran,menyakinkan diri sendiri bahwa dirinya bisa seperti teman-temanya yang berprestasi,peserta didik kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Bandar Lampung diharapkan dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan kepercayaan diri dan memahami dampak dari perilaku kurangnya kepercayaan diri dan mencapai perubahan yang positif setelah mengikuti bimbingan kelompok. Apabila peserta didik memahami dampak dari kurangnya kepercayaan diri. Berikut adalah kerangka berfikir dalam penelitian ini:





**Gambar 2:**  
**Kerangka Fikir Penelitian<sup>30</sup>**

<sup>30</sup>Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara

## F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian belum jawaban yang empiric dengan data.<sup>31</sup>

Hipotesis penelitian yang diajukan oleh peneliti adalah pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.

Berdasarkan hipotesis penelitian yang diajukan maka untuk menguji hipotesis tersebut, hipotesis diubah terlebih dahulu menjadi hipotesis statistik, yaitu:

- Ha :Ada Pengaruh Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di Smp Negeri 4 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018
- Ho :Tidak Ada Pengaruh Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di Smp Negeri 4 Bandar Lampung Tahun pelajaran 2017/2018

---

<sup>31</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*, Bandung, Alfabeta, 2013, h. 96



Berikut hipotesis statistiknya :

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$

$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$ <sup>32</sup>

Keterangan:

$\mu_1$  : pengetahuan kurangnya kepercayaan diri sebelum pemberian bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*

$\mu_2$  : pengetahuan prilaku kurang kepercayaan diri sesudah pemberian bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*



---

<sup>32</sup>Sugiyono, *Op. Cit*, h. 69

Afiatin, Tina, and Sri Mulyani Martaniah. "Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok." *Psikologika* 6 (1998): 66–79.

Badrul Kamil, Mega Aria Monica, A. Busthomi Maghrobi. "Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP Dengan Menggunakan Teknik Assertive Training," n.d. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli>.

Dewi Warman. "Hubungan Percaya Diri Siswa Dengan Hasil Belajar Siswa," n.d. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pgeo/article/view/576>.

Dian Novianti Sitompul. "PENGARUH PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK ROLE-PLAYING TERHADAP PERILAKU SOLIDARITAS SISWA DALAM MENOLONG TEMAN DI SMA NEGERI 1 RANTAU UTARA T.A 2014/ 2015" 1 (2015).  
  
<http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/edutech/article/view/265>.

Djannah dan Ayom Yulita WAN, Wardatul. "Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta," no. 1 (2011): 166–85.

Eukaristia. "Teknik Psikodrama," 2012.  
<http://juornal.student.ac.id/ojs/index/phb/fipbk/article/view/4384>.

Hartinah, Siti. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama, 2009.

Iceu Rohayati. "PROGRAM BIMBINGAN TEMAN SEBAYA UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA," 2011.

<http://jurnal.upi.edu/penelitian-pendidikan/view/661/program-bimbingan-teman-sebaya-untuk-meningkatkan--percaya-diri-siswa--studi-pre---ekperimental-pada-siswa-sma-negeri-13-bandung-kelas-xi-tahun-pelajaran-2010-2011-.html>.

Kamaruzzaman. “Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 01 Ngabang,” 2016, 69–82.  
<http://journal.ikipgripta.ac.id/index.php/edukasi/article/viewfile/286/283>.

Kasa Fiorentika, Djoko Budi Santoso, Irene Maya Simon. “Keefektifan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP,” 2016, 104–111.

M. Fatchurahman, Herlan Pratikto. “Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis Dan Kenakalan Remaja” 1 (2012).  
<http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/pesona/article/download/27/33>.

Martaninah, Afianti dan. “Indikator Kepercayaan Diri,” n.d.  
[http://digilib.unila.ac.id/11169/16/BAB II.pdf](http://digilib.unila.ac.id/11169/16/BAB%20II.pdf).

Nurfaizal. “Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa.” *Jurnal Fokus Konseling* 2, no. 2 (2016): 160–72.

Nurhisana, Achmad Juntika. *Bimbingan Dan Konseling*. Bandung: PT. Retika Aditama, 2011.

Prihartanti, Woro Kusri dan Nanik. “Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa,” 2012.  
[http://eprint.ums.ac.id/2781/14/11.\\_naskah\\_publicasi.pdf](http://eprint.ums.ac.id/2781/14/11._naskah_publicasi.pdf).

Sailah Ribha. “Peningkatan Perilaku Asertif Melalui Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas VII Di SMP NEGERI 2 MOYUDAN,” 2017.

<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/fipbk/article/view/6551>.

Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Sukardi, Dewa Ketut. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008.

Thohirin, Thohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2013.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis kuantitatif, banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Demikian juga tetap dipakai kesimpulan penelitian menjadi lebih baik apabila disertai dengan table, grafik, bagan, gambar atau tampilan lainya.<sup>1</sup>

#### **B. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental*. Alasan peneliti menggunakan desain ini karena, dalam rancangan desain *quasi experimental*, terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang tidak dipilih secara acak (*nonrandom assigment*). Bentuk desain yang digunakan adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Dalam desain ini kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama diberi *pre-test* dan *post-test* dan diberi perlakuan (*treatment*). Bentuk desain eksperimen ini digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberi

---

<sup>1</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).h. 27



perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding yang juga diberi perlakuan, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi perlakuan menggunakan *assertive training*, selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap sampel yang diteliti. Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:



Keterangan:

- E : Kelompok Eksperimen  
 K : Kelompok Kontrol  
 O<sub>1</sub> dan O<sub>3</sub> : Pengukuran awal kepercayaan diri pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung sebelum diberikan perlakuan akan diberikan *pretest*. Pengukuran dilakukan dengan memberikan skala kepercayaan diri. Jadi, pada *pretest* ini merupakan mengumpulkan data siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dan belum mendapat perlakuan.  
 O<sub>2</sub> : pemberian *post-test* untuk mengukur kepercayaan diri pada peserta didik setelah diberikan perlakuan (X), dalam *post-test* akan didapatkan

data hasil dari pemberian kepercayaan diri pada peserta didik menjadi meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

- O<sub>4</sub> : Pemberian *post-test* untuk mengukur kepercayaan diri pada kelompok kontrol, dan diberikan perlakuan menggunakan teknik *psikodrama*
- X :Pemberian perlakuan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok tehnik *psikodrama* dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.



**Tabel 4**  
**Desain penelitian**

No	pertemuan	Sub Tema	Jumlah Pertemuan	waktu
1	1	PRETEST	1 kali pertemuan	45 menit
2	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan penjelasan tentang kepercayaan diri</li> <li>- Menjelaskan apa saja indikator atau kriteria kepercayaan diri</li> <li>- Menjelaskan bagaimana manfaat dan dampak dari kepercayaan diri dalam kehidupan sehari-hari</li> </ul>	1 kali pertemuan	45 menit
3	3	Mengadakan diskusi kelompok dengan tema kehidupan sosial	1 kali pertemuan	45 menit
4	4	Mengadakan diskusi kelompok dengan tema kejadian atau peristiwa aktual	1 kali pertemuan	45 menit
5	5	Mengadakan diskusi kelompok dengan tema mengenal kondisi diri	1 kali pertemuan	45 menit
6	6	POSTTEST	1 kali pertemuan	45 menit

### C. Variabel Penelitian

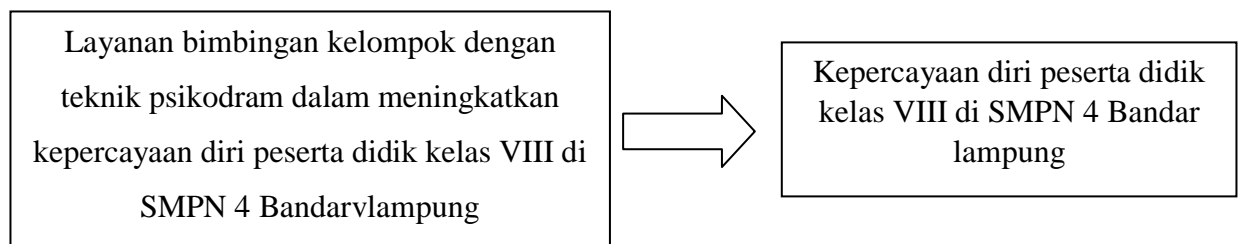
Variabel Penelitian adalah Objek Suatu Penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Penelitian Ini akan dilaksanakan pada dua variabel yaitu: (a) variabel bebas; dan (b) variabel terkait.

#### 1. Variabel bebas (X)

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terkait. Dalam penelitian ini variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.

#### 2. Variabel terikat (Y)

Variabel terikat adalah merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terkait adalah kepercayaan diri, jadi ada yang mempengaruhi variabel bebas yaitu layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dan dipengaruhi variabel terikat kepercayaan diri.



**Gambar 3**  
**Hubungan antar variabel**

Variabel bebas penelitian adalah pengaruh layanan bimbingan kelompok. Variabel bebas disebut juga variabel eksperimen (eksperimental variabel). Adapun variabel terikat peneliti ini adalah kepercayaan diri. Berikut ini penjelasan mengenai variabel-variabel secara operasional pada tabel 5:

**Tabel 5**  
**Definisi Operasional**

NO	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Variabel bebas (X): Layanan bimbingan kelompok	Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah			Angket	



		pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial			(kuesioner) kepercayaan diri berjumlah 20 item pernyataan.	
2.	Variabel terikat (Y): kepercayaan diri	Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) mampu berinteraksi dalam lingkungan;</li> <li>b) memiliki tanggung jawab;</li> <li>(c) berani bertanya dan menyampaikan pendapat</li> </ul>	Skala penilaian kepercayaan diri dari yang sangat rendah sampai dengan sangat tinggi 20-80		Interval

## D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

### 1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.<sup>2</sup> Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.<sup>3</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah 6 peserta didik kelas VIII A, dan VIII B, SMP Negeri 4 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018- 2019, yang terindikasi memiliki kepercayaan diri rendah.

## 2. Sampel dan Teknik Sampling

### a. Sampel

Menurut Sugiyono “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.”<sup>4</sup> Maka sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti .<sup>5</sup> Menurut Sutrisno Hadi, sampel atau contoh adalah sebagian individu yang diselidiki dari keseluruhan individu penelitian.<sup>6</sup> Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik *random sampling* (pengambilan sampel secara acak). Adapun sampel penelitian ini sebanyak 5 peserta didik .

### b. Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik *random sampling*

---

<sup>2</sup>Sugiyono. *Op.Cit.* h. 80.

<sup>3</sup>Suharsimi Arikunto. *Op. Cit.* h. 173.

<sup>4</sup> Sugiyono, *Op.Cit.* 118

<sup>5</sup> Suharismi Arikunto.*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta, Rineka Cipta, 2010, h. 174

<sup>6</sup> Cholid Narbuko, Abu Ahmadi. *Metodologi Penelitian*, Jakarta, Bumi Aksara, 2015.

(pengambilan sampel secara acak). Dalam hal ini peserta didik diberikan skala kepercayaan diri yang berupa angket pernyataan pada peserta didik kelas VIII A, dan B yang kemudian diperoleh jumlah peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Skala kepercayaan diri berfungsi menjangkau peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah dengan *pretest* untuk mendapatkan sampel penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan kemudian akan diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama sebagai *treatment*.

Kriteria dalam menentukan sampel adalah:

- a. peserta didik kelas VIII A dan B SMP Negeri 4 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019;
- b. peserta didik yang terindikasi memiliki kepercayaan diri rendah; dan
- c. bersedia menjadi responden dalam penelitian efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri dengan teknik psikodrama pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Kuesioner (Angket)**

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner cocok digunakan apabila jumlah responden cukup

besar atau banyak. Kuesioner dapat berupa pertanyaan yang terbuka atau tertutup.<sup>7</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan angket yang berisikan pertanyaan-pertanyaan yang berdasarkan indikator dalam keercayaan diri peserta didik disekolah, guna mempermudah proses pengumpulan data pada saat *pretest* dan *posttest* pada saat penelitian. *Pretest* dan *posttest* akan diukur menggunakan skala pengukuran, menurut Sugiyono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif”.<sup>8</sup> Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala likerts dengan memperhatikan skor pada jawaban peserta didik dengan memperhatikan tabel 6:

---

<sup>7</sup> *Ibid* h.142

<sup>8</sup>Sugiyono. *Op. Cit.* h.92.

**Tabel 6**  
**Skor Alternatif Jawaban**

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban			
	Sangat Sesuai (SS)	Sesuai (S)	Kurang Sesuai (KS)	Sangat Tidak Sesuai (TP)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Penilaian Interaksi Sosial ini menggunakan rentang skor dari 1-4 dengan banyak item 20. Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- jumlah skor tertinggi ideal= jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;
- jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala 4, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi kelas interval; dan
- penentu jarak interval ( $J_i$ ) diperoleh dengan rumus:

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

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = Jumlah kelas interval.<sup>9</sup>

Berdasarkan pendapat pendapat Eko, maka interval kriteria dalam penelitian ini dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

a. Skor tertinggi :  $4 \times 25 = 100$

b. Skor terendah :  $1 \times 25 = 25$

c. Rentang :  $100 - 25 = 75$

d. Jarak interval :  $75 : 3 = 25$

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria interaksi sosial berdasarkan indikator pada tabel 7 sebagai berikut

**Tabel 7**

**Kriteria Interaksi Sosial**

<b>Interval</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Deskripsi</b>
76- 100	Tinggi	Peserta didik dengan kategori tinggi ditandai dengan; (a) Berani mengambil sikap dan tidak takut salah. (b) Lebih banyak mendengar dibanding Bicara.(c) Bebas meminta

<sup>9</sup>Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014) , h 144.



		<p>bantuan.(d) Tidak bertumpu pada orang lain.(e) Tidak takut untuk terlihat bodoh.(f) Memahami kesalahan.(g) bertindak mandiri.</p>
51-75	Sedang	<p>Peserta didik yang masuk dalam kategori sedang ditandai dengan; (a) kurang yakin dalam menilai diri pribadinya. (b) mereka agak tergantung pada penerimaan social lingkungan dimana ia berada</p>
25-50	Rendah	<p>Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah belum menunjukkan kemampuan interaksi sosial: (a) meremehkan bakatnya sendiri. (b) merasa bahwa orang lain tidak menghargainya.(c) mudah dipengaruhi orang lain.(d) menunjukkan deretan emosi dan perasaan yang sempit.(e) menyalahkan orang lain karna kelemahan sendiri</p>

## 2. Wawancara

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara.<sup>10</sup> Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari responden.<sup>11</sup>

Secara fisik wawancara dapat dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Metode wawancara yang digunakan peneliti wawancara tidak terstruktur untuk memperoleh informasi Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMPN 4 Bandar Lampung terkait tentang gambaran umum mengenai kepercayaan diri peserta didik pada tahun pelajaran 2018/2019.

## 3. Dokumentasi

Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai subjek penelitian. Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, dan sebagainya.<sup>12</sup>

Pada penelitian ini data yang dimaksud yaitu deskripsi karakteristik peserta didik dan data-data lain yang ada hubungannya dengan penelitian yaitu

---

<sup>10</sup>*Ibid.* h. 198.

<sup>11</sup>Sugiyono. *Op. Cit.* h. 137-138.

<sup>12</sup>Suharsimi Arikunto. *Op. Cit.* h. 274.

tentang gambaran umum kepercayaan diri peserta didik di SMP N 4 Bandar Lampung.

#### **F. Pengembangan Instrumen Penelitian**

Dalam hal ini peneliti menyusun sebuah rancangan penyusunan kisi-kisi interaksi sosial, menurut Hurlock, interaksi sosial yang baik adalah (1) dapat berpartisipasi dalam kegiatan yang sesuai tiap tingkatan usia (2) mampu dan bersedia menerima tanggung jawab (3) segera menangani masalah yang menuntut penyelesaian (4) senang menyelesaikan dan mengatasi berbagai hambatan yang mengancam kebahagiaan (5) mengambil keputusan dengan senang tanpa konflik dan tanpa banyak menerima nasehat (6) dapat menunjukkan amarah secara langsung bila tersinggung atau bila haknya dilanggar; (7) dapat menunjukkan kasih sayang secara langsung dengan cara dan takaran yang sesuai; (8) dapat menahan emosional dan; (9) dapat berkompromi apabila menghadapi kesulitan. Adapun kisi-kisi pengembangan instrument dapat dilihat pada tabel 8:

**Tabel 8**  
**Kisi-Kisi Kepercayaan Diri**

Aspek	Indikator	Sub Indikator	Item	Jumlah
Kepercayaan Diri	Mampu berinteraksi dengan lingkungan	a.Saya percaya diri ketika berinteraksi dengan teman di lingkungan baru.	1,3	2
		b.Saya merasa percaya diri ketika berbicara didepan kelas.	2,4	2
	Memiliki tanggung jawab	a.Saya mampu mengerjakan tugas sekolah dengan baik.	5,9	2
		b.Saya yakin kalau belajar dengan giat maka saya akan mendapatkan nilai bagus	6	1
		c.Saya berusaha bersikap dewasa dalam menyelesaikan suatu pekerjaan.	7,10	2
		d.Setiap saya selesai melaksanakan tugas sekolah yang menjadi kewajiban, perasaan saya menjadi lega.	8	1
	Berani bertanya	a.Ketika ada mata pelajaran yang tidak dimengerti saya mencoba memberanikan diri untuk bertanya kepada guru mata pelajaran.	11,15	2
		b.Saya malu bertanya apa bila saya tidak mengerti tentang apa yang dijelaskan guru.	14	1
		c.Saya siap menerima ejekan teman pada saat bertanya pada guru tentang materi yang saya tidak mengerti.	12	1
		d.Saya sering bertanya pada teman pada saat diskusi kelompok jika saya tidak mengerti tentang materi tertentu.	13,16	2

	Menyampaikan pendapat	a.Saya mampu mengemukakan pendapat saya didepan orang banyak.	17,19	2
		b.Saya merasa senang jika disuruh mengerjakan soal didepan.	18,20	2
<b>Jumlah</b>			20	20

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji validitas dan reliabel angket tersebut, untuk mengetahui kelayakan angket untuk digunakan dalam penelitian, berikut ini langkah- langkah dalam pengujian:

#### 1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen.<sup>13</sup> Suatu instrumen yang dikatakan valid menunjukkan bahwa alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur. Setiap butir dalam instrumen itu valid atau tidak, dapat dilihat dengan cara mengkorelasi di bawah 0,30, maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid dan harus diperbaiki atau dibuang. Pengujian validitas angket dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS for windows reliase16*.

#### 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen yang telah diuji validitasnya kemudian diuji reliabilitasnya. Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat

<sup>13</sup>Suharsimi Arikunto, *Op. Cit.* h. 168

dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik.<sup>14</sup> Pengujian ini akan menggunakan bantuan program *SPSS for windows release 16*.

## G. 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 pemilihan jurusan di perguruan tinggi kepada peserta didik yang belum mengisi skala pemilihan jurusan di perguruan tinggi.

#### b. *Coding*

Dilakukan dengan memberi tanda pada masing-masing jawaban dengan kode berupa angka, sehingga memudahkan proses pemasukan data di komputer. Untuk skala interaksi sosial, jawaban untuk pernyataan

---

<sup>14</sup>*Ibid*, hal 178.



*favorable* jawaban sangat sesuai kode 4, jawaban sesuai kode 3, jawaban kurang sesuai kode 2, jawaban sangat tidak sesuai kode 1. Sementara pada pernyataan *unfavorable* jawaban sangat sesuai kode 1, jawaban sesuai kode 2, jawaban kurang sesuai kode 3, jawaban sangat tidak sesuai kode 4

c. *Processing*

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

## 2. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket, tes, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Rumus :

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

Keterangan :

Z = Uji *Wilcoxon*

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

N = Jumlah data sampel



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil penelitian

##### 1. Gambaran Umum Kepercayaan Diri

Penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Psikodrama* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri “Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung telah dilaksanakan pada bulan Agustus-September 2018. Pelaksanaan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik di kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung. Peneliti dalam menangani permasalahan yang terjadi menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Psikodrama* sebagai media bimbingan dan konseling.

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan wawancara kepada Guru Bimbingan Konseling. Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui apakah di SMP Negeri 4 terdapat peserta didik yang kepercayaan dirinya masih rendah. Dan dari wawancara tersebut dapat diketahui bahwa ada peserta didik yang kepercayaan dirinya masih rendah terlihat dari hasil pretest.

##### 2. Hasil pretest

Pretest dilakukan untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Pretest diberikan kepada peserta didik

kelas VIII SMP Negeri 4 Bandar Lampung. Dibawah ini adalah daftar nama peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah berdasarkan angket yang disebar pada saat *pretest*. *Pretest* dilakukan bertujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal kepercayaan diri rendah pada peserta didik. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti mendapatkan data:

**Tabel 9**  
**Hasil Pretest Kepercayaan Diri Eksperimen Peserta Didik**  
**Kelas VIII SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	40	Rendah
2	Konseling 2	45	Rendah
3	Konseling 3	41	Rendah
4	Konseling 4	51	Sedang
5	Konseling 5	53	Sedang

Berdasarkan hasil data pada tabel 9, maka dapat diketahui terdapat 3 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah dan 2 peserta didik kepercayaan diri sedang, sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* pada peserta didik. Diperoleh kriteria rendah dan sedang yang sesuai dengan kategori kepercayaan diri. Sedangkan untuk kelas kontrol di dapat data sebagai berikut:

**Tabel 10**  
**Hasil Pretest Kepercayaan Diri Kontrol Peserta Didik Kelas VIII**  
**SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	55	Sedang
2	Konseling 2	63	Sedang
3	Konseling 3	62	Sedang
4	Konseling 4	42	Rendah
5	Konseling 5	45	Rendah

Berdasarkan hasil data pada tabel 10, maka dapat diketahui terdapat 2 peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah dan 3 peserta didik kepercayaan diri sedang, sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *sosiodrama* pada peserta didik. Diperoleh kriteria rendah dan sedang yang sesuai dengan kategori kepercayaan diri

Maka dari ini peneliti memberikan *treatment* dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *sosiodrama* kepada kelas eksperimen dan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *sosiodrama* pada kelompok kontrol untuk menaikkan kepercayaan diri peserta didik SMP Negeri 4 Bandar Lampung.

## 1. Hasil Posttest

Setelah memberikan perlakuan kepada peserta didik (subjek penelitian), maka mengukur kembali tingkat kepercayaan diri peserta didik. Adapun hasil posttest kepercayaan diri peserta didik kelas VIII kelas eksperimen.

**Tabel 11**  
**Hasil Posttest Kepercayaan Diri eksperimen peserta didik kelas**  
**VIIISMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	71	Sedang
2	Konseling 2	73	Sedang
3	Konseling 3	74	Sedang
4	Konseling 4	78	Tinggi
5	Konseling 5	78	Tinggi

Berdasarkan hasil data pada tabel 11, dapat diketahui terdapat 3 peserta didik yang mengalami kenaikan yang awalnya kategori rendah menjadi kategori sedang dan 2 peserta didik memiliki kategori sedang mengalami kenaikan menjadi kategori tinggi, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.



Setelah memberikan perlakuan kepada peserta didik (subjek penelitian), maka mengukur kembali tingkat kepercayaan diri peserta didik. Adapun hasil posttest kontrol kepercayaan diri peserta didik kelas VIII.

**Tabel 12**  
**Hasil Posttest kontrol peserta didik kelas VIII**  
**SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	67	Sedang
2	Konseling 2	65	Sedang
3	Konseling 3	67	Sedang
4	Konseling 4	70	Sedang
5	Konseling 5	70	Sedang

Berdasarkan hasil data pada tabel 12, dapat diketahui terdapat 2 peserta didik yang mengalami kenaikan yang awalnya kategori rendah menjadi kategori sedang dan 3 peserta didik tetap kategori sedang, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

## 2. Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest Kepercayaan Diri

Untuk melihat perubahan tingkat kepercayaan diri peserta didik kelas VIII kelas kontrol dan kelas eksperimen, maka dapat dijelaskan sebagai berikut.

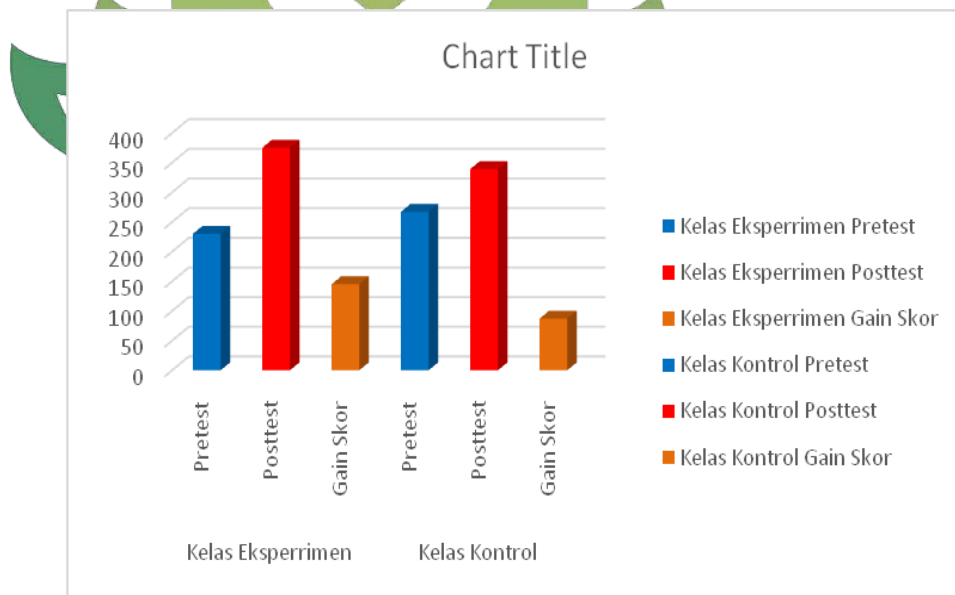
**Tabel 13**  
**Hasil Pretest dan Posttest Kepercayaan Diri**  
**Peserta Didik Kelas Eksperimen dan kontrol**

No	Kelas Eksperimen			Kelas Kontrol		
	Pretest	Posttest	Gain Skor	Pretest	Posttest	Gain Skor
1	40	72	32	55	67	20
2	45	73	28	63	65	10
3	41	74	33	62	67	12
4	51	78	27	42	70	18
5	53	78	25	45	70	27
<b>Skor</b>	230	375	145	267	339	87
<b>Mean</b>	46	75	29	53.4	67.8	17.4

Berdasarkan tabel 12 diatas rata-rata skor kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kelas eksperimen adalah 46 dan setelah diberikan

layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama meningkat menjadi 75, sedangkan untuk kelas kontrol sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama adalah 53.4 dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama meningkat menjadi 67.8. Untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri peserta didik pada subyek eksperimen dan kontrol berdasarkan hasil pretest dan posttest dapat dijelaskan pada gambar berikut:

**Gambar 4**  
**Gambar Hasil *pretest* dan *posttest* Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama**



## B. Pengujian Hipotesis Ekperimen Dan Kontrol

### 1. Pengujian Hipotesis Eksperimen

Untuk dapat mengetahui apakah  $H_0$  ditolak atau diterima, penelitian menganalisa data menggunakan uji Z (nonparametrik) dengan menggunakan program SPSS 16. Berikut ini merupakan hasil dari uji Z.

**Tabel 14**  
**Test Statistics<sup>b</sup>**

	POSTTESEXPERIMEN – PRETTESEXPERIMEN
Z	-2.023 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

- a. Based on negative ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

### Statistics

	PRETEST	POSTTES
N Valid	5	5
Missing	0	0
Mean	46.0000	75.0000
Median	45.0000	74.0000
Mode	40.00 <sup>a</sup>	78.00
Std. Deviation	5.83095	2.82843
Minimum	40.00	72.00
Maximum	53.00	78.00
Sum	230.00	375.00

- a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Berdasarkan table 14 diatas, nilai rata-rata sebelum diberikan psikodrama kelas eksperimen 46 dan kelas kontrol 53,4 dengan jumlah data 5 kontrol dan 5 eksperimen, *Standar Deviasi* 5.83095 dan *standar mean* 46.0000 sedangkan nilai rata-rata setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama 78,0 *standar deviasi* 2.82843.

**Tabel 15**  
**Correlations**

	pretest	Posttest
pre Pearson Correlation	1	.925*
tes Sig. (2-tailed)		.025
t N	5	5
po Pearson Correlation	.925*	1
ste Sig. (2-tailed)	.025	
st N	5	5

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2tailed).

Berdasarkan perhitungan tersebut bahwa nilai korelasi sebesar dengan 0.925 taraf signifikan 0,05 maka  $0,025 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berarti terdapat pengaruh yang kuat psikodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

## 2. Pengujian Hipotesis Kontrol

Untuk dapat mengetahui apakah  $H_0$  ditolak atau diterima, penelitian menganalisa data menggunakan uji Z (nonparametrik) dengan menggunakan program SPSS 16. Berikut ini merupakan hasil dari uji Z.

**Tabel 16**  
**Test Statistics<sup>b</sup>**

	POSTTESKONTROL – PRETESKONTROL
Z	-2.023 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

**Statistics**

	PRETESKONTR OL	POSTTESKONTR OL
N Valid	5	5
Missing	0	0
Mean	53.4000	67.8000
Median	55.0000	67.0000
Mode	42.00 <sup>a</sup>	67.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation	9.60729	2.16795
Minimum	42.00	65.00
Maximum	63.00	70.00
Sum	267.00	339.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Berdasarkan tabel 14 diatas, nilai rata-rata sebelum diberikan psikodrama kelas eksperimen 46 dan kelas kontrol 53,4 dengan jumlah data 5 kontrol dan 5 eksperimen, *Standar Devisiasi* 9.60729 dan *standar mean* 53.4000 sedangkan nilai rata-rata setelah diberikan layanan



bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama 67,8 *standar devisiasi* 2.16795.

**Tabel 17**  
**Correlations**

	pretest	Posttest
pretest Pearson Correlation	1	.925*
Sig. (2-tailed)		.025
N	5	5
posttest Pearson Correlation	.925*	1
Sig. (2-tailed)	.025	
N	5	5

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan perhitungan tersebut bahwa nilai korelasi sebesar dengan 0.925 taraf signisikan 0,05 maka  $0,025 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berarti terdapat pengaruh yang kuat teknik sosiodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

### C. Analisis kelas eksperimen dan kelas control

Jika dilihat dari proses perhitungan kedua kelas, maka dapat dikatakan kedua tersebut sama-sama menolak  $H_0$  dan menerima  $H_a$ . Tetapi jika dilihat dari keefektifannya maka teknik *Psikodrama* yang

digunakan pada kelas eksperimen lebih efektif bila dibandingkan dengan teknik *sosiodrama* pada kelas kontrol.

**Tabel 18**  
**Deskripsi data kelas eksperimen dan kelas kontrol**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
pretesteksperimen	5	40	53	230	46.00	5.831
posttesteksperimen	5	72	78	375	75.00	2.828
Valid N (listwise)	5					

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
pretestkontrol	5	42	63	267	53.40	9.607
posttestkontrol	5	65	70	339	67.80	2.168
Valid N (listwise)	5					

Pada kedua tabel tersebut menunjukkan pada hasil *posttest* dengan nilai rata-rata kelas eksperimen lebih kecil daripada kelas kontrol yaitu  $75.00 > 67.80$ . Jika dilihat dari nilai rata-rata, maka kenaikan

kepercayaan diri pada kelas eksperimen lebih tinggi dibanding dengan kelas kontrol.

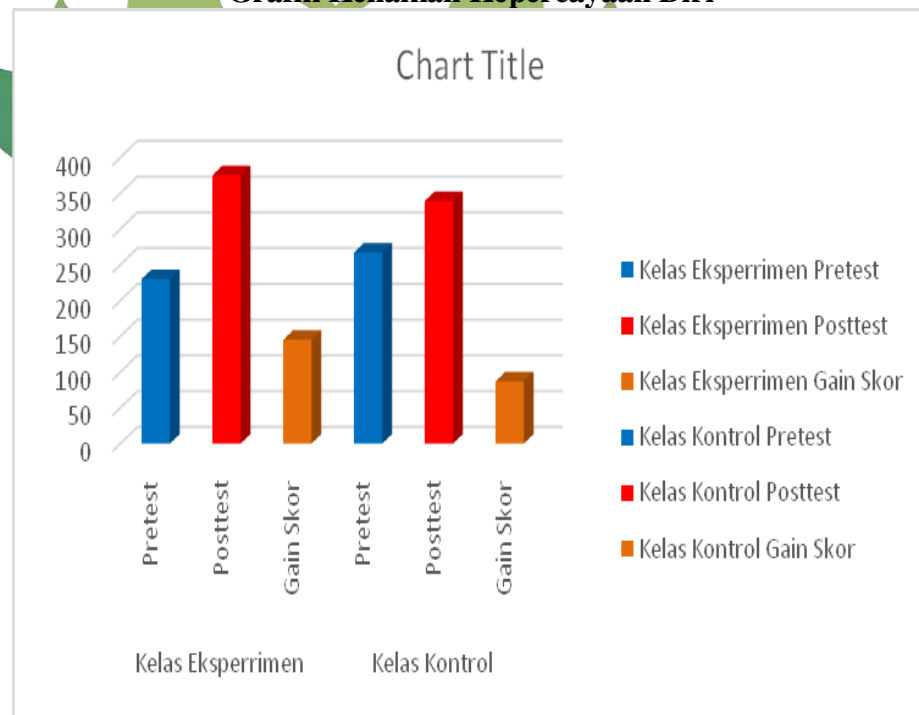
Kesimpulan yang dapat diperoleh dari uji Z ini adalah bahwa teknik *Psikodrama* mampu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Sedangkan untuk mengetahui kelompok yang lebih efektif maka dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata nilai selisih yang diperoleh kelas eksperimen dan kelas kontrol, sebagai berikut:

No	Kelas Eksperimen			Kelas Kontrol		
	Pretest	Posttest	Gain Skor	Pretest	Posttest	Gain Skor
1	40	72	32	55	67	20
2	45	73	28	63	65	10
3	41	74	33	62	67	12
4	51	78	27	42	70	18
5	53	78	25	45	70	27
<b>Skor</b>	230	375	145	267	339	87
<b>Mean</b>	46	75	29	53.4	67.8	17.4

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata/*mean pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol sama-sama mengalami kenaikan, pada kelas eksperimen skor *pretest* 230 atau rata-rata/*mean* 46 dan skor pada *posttest* 375 atau nilai rata-rata/*mean* 75 sedangkan

pada kelas kontrol skor *pretest* 267 atau nilai rata-rata/*mean* 53.4 dan skor *posttest* 339 dengan nilai rata-rata/*mean* 67.8. Meskipun kedua kelas mengalami kenaikan, tetapi nilai rata-rata kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* kelas eksperimen lebih tinggi dari kelas kontrol ( $375 > 339$  atau  $75 > 53.4$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa teknik *Psikodrama* efektif dan dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Berikut gambar penurunan perilaku kecanduan media sosial peserta didik.

**Gambar 5**  
**Grafik Kenaikan Kepercayaan Diri**



#### **D. Pembahasan Hasil Penelitian Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan di SMP Negeri 4 Bandar Lampung menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* dapat meningkatkan kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 2 peserta didik memiliki kepercayaan diri tinggi dan 3 peserta didik memiliki kepercayaan diri sedang. Apabila kepercayaan diri peserta didik rendah dapat menghambat proses belajar dan proses sosial peserta didik, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik. Hal ini bisa mengganggu tingkat ke optimalan belajar jika peserta didik tidak menunjukkan keseriusannya dalam belajar dan tidak percaya diri. Kepercayaan diri juga dapat berpengaruh dalam lingkungan sekolah. Kepercayaan diri adalah sikap yakin terhadap apa yang dilakukan atau dikerjakan. Kepercayaan diri dapat dibentuk dengan belajar terus menerus, tidak ada perasaan takut jika berbuat salah dan menerapkan pengetahuan yang sudah dipelajari. Kepercayaan diri adalah aspek utama dalam diri serta berperan penting dalam keberhasilan seseorang untuk menggapai apa yang diinginkan.

**E. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 4 Bandar Lampung.**

Layanan bimbingan kelompok didapat dari membandingkan perilaku kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama menunjukkan peningkatan pada peserta didik yang sebelumnya tingkat kepercayaan diri rendah menjadi meningkat. Hal ini dapat dibuktikan dengan data hasil uji pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan menggunakan uji statistik *uji Z*, diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan yang signifikan hasil *pretest* dan hasil *posttest*. Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung 2018/2019.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan dalam kepercayaan diri peserta didik. Hasil perhitungan menunjukkan terdapat perbedaan positif mengenai kepercayaan diri peserta didik dari hasil rata-rata sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan.

Hasil perhitungan skor rata-rata kepercayaan diri sebelum diberikan perlakuan 46 setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama mengalami peningkatan 78,0. Dari hasil uji-z Independent non parametrik menggunakan SPSS versi 16 diperoleh nilai taraf signisikan 0,05 maka  $0,025 < 0,05$  maka dengan demikian kepercayaan diri peserta didik terdapat perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik psikodrama. Jadi hal ini menunjukkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019.



## A. Saran

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

1. Peserta didik

Peserta didik perlu keterbukaan terhadap apa yang sedang dialami dirinya terutama kepercayaan diri agar dapat meningkatkan kemampuan yang ada pada dirinya dan dapat optimal dalam proses belajar.

2. Guru bimbingan konseling

bagi guru bimbingan konseling dapat terus memberikan motivasi kepada peserta didik dan dapat memberikan atau menerapkan layanan psikodrama pada peserta didik mengingat hal ini dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kecerdasan emosional bagi peserta didik.

3. Peneliti selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya penelitian tentang kepercayaan diri pada peserta didik dapat memberikan bimbingan individu sebelum melakukan bimbingan kelompok agar dapat mengetahui lebih dalam tentang masalah kepercayaan diri peserta didik.

## DAFTAR PUSTAKA

Affiyani Pramono. “Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif,” 2013.  
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/2722>.

*Alquran Dan Terjemah*. Bandung: CV.Diponegoro, 2005.

Azizan, Hafidz. “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Ketergantungan Media Sosial Pada Siswa Di Smkn 1 Bantul,” 2016.  
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/3295>.

Baharun, Hasan, and Rohmatul-Ummah. “Strengthening S Tudents ’ Character in Akhlaq Subject through Problem Based Learning Model” 3, no. 1 (2018): 21–30. <https://doi.org/10.24042/tadris.v3i1.2205>.

Djannah dan Ayom Yulita WAN, Wardatul. “Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta,” no. 1 (2011): 166–85.

Hartinah, Siti. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama, 2009.

Karabay, Melisa Erdilek, Bülent Akyüz, and Meral Elçi. “Effects of Family-Work Conflict, Locus of Control, Self Confidence and Extraversion Personality on Employee Work Stress.” *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 235, no.

October (2016): 269–80. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.11.030>.

Marjanti, Sri. “Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X Ips Sma Bae Kudus,” 2015. <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/412>.

Mark B. Scholl PhD & Sondra Smith-Adcock PhD. “Using Psychodrama Techniques to Promote Counselor Identity Development in Group Supervision,” 2007. <https://www.researchgate.net/publication/232852778>.

Martaninah, Afianti dan. “Indikator Kepercayaan Diri,” n.d. [http://digilib.unila.ac.id/11169/16/BAB II.pdf](http://digilib.unila.ac.id/11169/16/BAB%20II.pdf).

Nurfaizal. “Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa.” *Jurnal Fokus Konseling* 2, no. 2 (2016): 160–72.

Siska, Sudardjo & Esti Hayu Purnamaningsih. “Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi* 2, no. 2 (2003): 67–71.

Suseno, Niko Dimas Saputro dan Miftahun Ni'mah. “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Employ Ability Pada Mahasiswa,” 2012. [http://setiabudi.ac.id/jurnalpsikologi/image/files/jurnal 2\(3\)](http://setiabudi.ac.id/jurnalpsikologi/image/files/jurnal%202(3)).

Thohirin, Thohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2013.









**Tabel 9**  
**Hasil Pretest Eksperimen Peserta Didik Kelas VIII**  
**SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Inisial Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	40	Rendah
2	Konseling 2	45	Rendah
3	Konseling 3	41	Rendah
4	Konseling 4	51	Sedang
5	Konseling 5	53	Sedang

**Tabel 10**  
**Hasil Pretest Kontrol Peserta Didik Kelas VIII**  
**SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Inisial Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	55	Sedang
2	Konseling 2	63	Sedang
3	Konseling 3	62	Sedang
4	Konseling 4	42	Rendah
5	Konseling 5	45	Rendah



**Hasil Posttest eksperimen peserta didik kelas VIII  
SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Inisial Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	71	Sedang
2	Konseling 2	73	Sedang
3	Konseling 3	74	Sedang
4	Konseling 4	78	Tinggi
5	Konseling 5	78	Tinggi

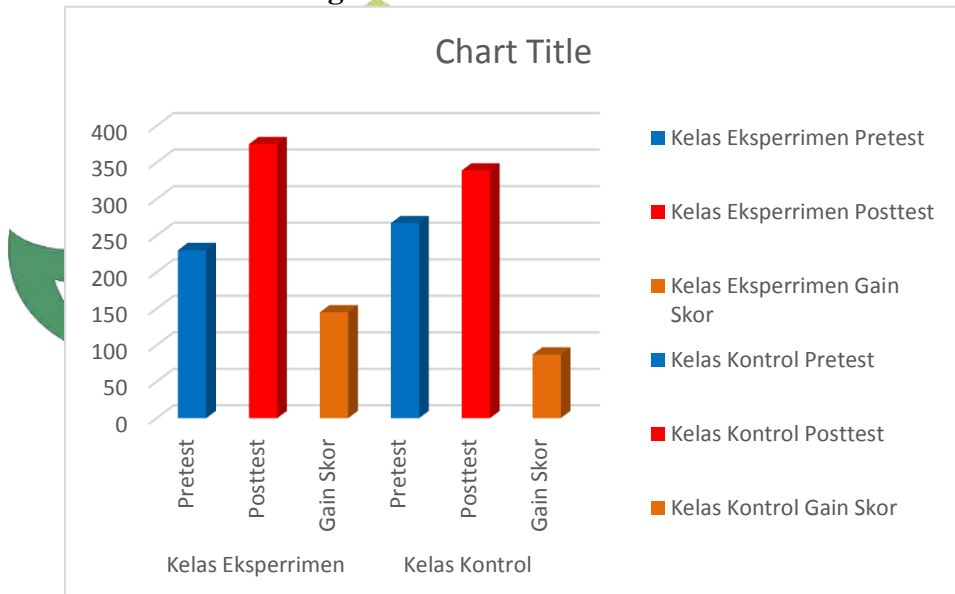
**Hasil Posttest kontrol peserta didik kelas VIII  
SMP Negeri 4 Bandar Lampung**

NO	Inisial Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseling 1	67	Sedang
2	Konseling 2	65	Sedang
3	Konseling 3	67	Sedang
4	Konseling 4	70	Sedang
5	Konseling 5	70	Sedang

**Hasil Pretest dan Posttest Kepercayaan Diri  
Peserta Didik Kelas Eksperimen**

No	Kelas Eksperrimen			Kelas Kontrol		
	Pretest	Posttest	Gain Skor	Pretest	Posttest	Gain Skor
1	40	72	32	55	67	20
2	45	73	28	63	65	10
3	41	74	33	62	67	12
4	51	78	27	42	70	18
5	53	78	25	45	70	27
<b>Skor</b>	230	375	145	267	339	87
<b>Mean</b>	46	75	29	53.4	67.8	17.4

**Gambar Hasil *pretest* dan *posttest* Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama**



**Test Statistics<sup>b</sup>**

	POSTTESEXPERIMEN – PRETTESEXPERIMEN
Z	-2.023 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test



**Statistics**

	PRETEST	POSTTES
N Valid	5	5
Missing	0	0
Mean	46.0000	75.0000
Median	45.0000	74.0000
Mode	40.00 <sup>a</sup>	78.00
Std. Deviation	5.83095	2.82843
Minimum	40.00	72.00
Maximum	53.00	78.00
Sum	230.00	375.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

### Correlations

	pretest	Posttest
pre Pearson Correlation	1	.925*
tes Sig. (2-tailed)		.025
t N	5	5
po Pearson Correlation	.925*	1
ste Sig. (2-tailed)	.025	
st N	5	5

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2tailed).



**Test Statistics<sup>b</sup>**

	POSTTESKONTROL – PRETESKONTROL
Z	-2.023 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test



**Statistics**

	PRETESKONTROL	POSTTESKONTROL
N Valid	5	5
Missing	0	0
Mean	53.4000	67.8000
Median	55.0000	67.0000
Mode	42.00 <sup>a</sup>	67.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation	9.60729	2.16795
Minimum	42.00	65.00
Maximum	63.00	70.00
Sum	267.00	339.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

### Correlations

		pretest	Posttest
pretest	Pearson Correlation	1	.925*
	Sig. (2-tailed)		.025
	N	5	5
posttest	Pearson Correlation	.925*	1
	Sig. (2-tailed)	.025	
	N	5	5

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).





### Deskripsi data kelas eksperimen dan kelas kontrol

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
pretesteksperimen	5	40	53	230	46.00	5.831
postesteksperimen	5	72	78	375	75.00	2.828
Valid N (listwise)	5					



#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
pretestkontrol	5	42	63	267	53.40	9.607
postestkontrol	5	65	70	339	67.80	2.168
Valid N (listwise)	5					

No	Kelas Eksperimen			Kelas Kontrol		
	Pretest	Posttest	Gain Skor	Pretest	Posttest	Gain Skor
1	40	72	32	55	67	20
2	45	73	28	63	65	10
3	41	74	33	62	67	12
4	51	78	27	42	70	18
5	53	78	25	45	70	27
<b>Skor</b>	230	375	145	267	339	87
<b>Mean</b>	46	75	29	53.4	67.8	17.4

### Grafik Kenaikan Kepercayaan Diri

