JURNAL

EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN *CINEMA THERAPY* UNTUK MENANGANI PERCAYA DIRI RENDAH PADA SISWA BERPRESTASI RENDAH KELAS VIII SMP NEGERI 1 NGANTRU TULUNGAGUNG TAHUN 2016/2017

EFFECTIVITY OF INDIVIDUAL COUNSELING USING CINEMA THERAPY TO HANDLE THE LOW CONFIDENCE TO STUDENT ACHIEVEMENT LOW GRADE VIII IN SMPN 1 NGANTRU TULUNGAGUNG 2016/2017

Oleh:

FERISA SURYA AGESTIA

NPM : 12.1.01.01.0048

Dibimbing oleh :

1. **Dr.Atrup, M.Pd., MM.**
2. **Risaniatin Ningsih, S.Pd, M.Psi.**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Ferisa Surya Agestia
NPM	: 12.1.01.01.0048
Telepon/HP	: 087755136019
Alamat Surel (Email)	: ferisasurya15gmail.com
Judul Artikel	: Efektivitas Konseling Individu Menggunakan *Cinema Therapy* Untuk Menangani Percaya Diri Rendah Pada Siswa Berprestasi Rendah Kelas VIII SMP Negeri 1 Ngantru Tulungagung Tahun 2016/2017
Fakultas – Program Studi	: FKIP – Bimbingan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jl. K.H. Achmad Dahlan No.76 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis**)** dan bebas plagiatisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 23 Januari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis
Dr.Atrup, M.Pd., MM. NIDN. 0709116106	**Risaniatin Ningsih, S.Pd., M.Psi.** NIDN. 0720018601	**Ferisa Surya Agestia** NPM. 12.1.01.01.0048

EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN *CINEMA THERAPY* UNTUK MENANGANI PERCAYA DIRI RENDAH PADA SISWA BERPRESTASI RENDAH KELAS VIII SMP NEGERI 1 NGANTRU TULUNGAGUNG TAHUN 2016/2017

FERISA SURYA AGESTIA
12.1.01.01.0048
FKIP – Bimbingan dan Konseling
Ferisasurya15gmail.com

Dr.Atrup, M.Pd., MM. dan Risaniatin Ningsih, S.Pd,, M.Psi.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan, bahwa percaya diri rendah yang dimiliki oleh siswa-siswi SMP sebagian besar mempengaruhi proses belajar yang berdampak pada rendahnya prestasi siswa-siswi. Melalui pemberian layanan konseling individu menggunakan *cinema therapy* diharapkan mampu menangani percaya diri rendah siswa yang mempengaruhi prestasi. Subjek penelitian berjumlah dua orang siswa kelas VIII SMPN 1 Ngantru Kegiatan penelitian diawali dengan mengisi lembar angket serta observasi pada siswa untuk mengetahui kriteria siswa sebelum diberi *intervensi*. Teknik yang digunakan dalam penelitian adalah SSR *(Single Subjek Research)* dengan pola A-B. Perlakuan yang diberikan pada siswa masing-masing sebanyak empat kali pertemuan konseling individu dengan kegiatan *cinema therapy*. Hasil riset berdasarkan pada pengujian deskriptif subjek ND kondisi awal melalui tahap observasi didapat mean skor 2,3 dan setelah diberi *intervensi* mengalami peningkatan skor observasi menjadi 7, untuk subjek AT berdasarkan dari skor awal mean 3 setelah diberi *intervensi* mengalami peningkatan skor observasi menjadi 8. Disimpulkan bahwa *cinema therapy* yang diberikan melalui konseling individu efektif untuk menangani percaya diri rendah pada siswa berprestasi rendah. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan guru BK mampu memanfaatkan *cinema therapy* untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam percaya diri, dan diharapkan siswa mampu mengatasi percaya diri rendah yang berdampak pada prestasi.

KATA KUNCI : konseling individu, *cinema therapy*, percaya diri rendah

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan kunci utama bagi kemajuan SDM yang berkualitas. Dengan pendidikan manusia bisa mewujudkan segala potensi yang dimilikinya. Perkembangan zaman saat ini sudah semakin maju menuntut adanya sumber daya manusia yang berkualitas sehingga mampu bersaing dengan Negara lain.

Dalam menunjang pendidikan yang berkualitas keberadaan bimbingan dan konseling disekolah memiliki pengaruh yang besar dan sangat dibutuhkan peranannya. Peranan bimbingan dan konseling yang sangat penting berkenaan

dengan kepribadian, bakat, minat dan motivasi belajar dari siswa.

Pada dasarnya setiap individu terlahir didunia dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing yang berbeda antara satu dengan yang lainnya dan memiliki potensi yang unik. Salah satu potensi yang dimiliki sejak lahir adalah percaya diri.

Menurut Sarastika (2014) Orang yang memiliki percaya diri tinggi selalu yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga bisa menyelesaikan masalah yang dihadapi. Namun pada kenyataannya setiap manusia tidak sama dan memiliki percaya diri yang berbeda pula. Bagi mereka yang memiliki percaya diri rendah memerlukan berbagai trik dan cara tertentu untuk menumbuhkan percaya diri dalam setiap tindakan dan perilaku.

Berbicara tentang percaya diri serta cara untuk meningkatkan percaya diri tentunya sangat berkaitan dengan bagaimana cara berfikir dan mengenali diri sendiri mulai dari kekurangan sampai kelebihan diri sendiri yang menuntut untuk menghargai diri sendiri namun tidak bermaksud menyombongkan diri. Percaya diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal dari diri individu.

Realita membuktikan bahwa setiap orang tidak sama, tidak semua orang mampu memiliki pikiran yang logis dan memiliki percaya diri tinggi seperti yang telah dijabarkan sebelumnya. Sikap kurang percaya diri muncul karena kebiasaan orang yang selalu mengembangkan pikiran-pikiran negatif tentang dirinya sendiri sebelum mereka melangkah dan berusaha untuk meraih kesuksesan. Meskipun percaya diri mempengaruhi prestasi tidak semua orang yang rendah rasa percaya diri prestasinya juga rendah, semua tergantung pada orang itu sendiri bagaimana cara berusaha untuk menunjukkan prestasi.

Karena itu, perlu yang namanya konseling individu untuk membantu mereka yang memiliki percaya diri rendah. Konseling individu merupakan suatu kegiatan bantuan yang diberikan untuk membantu mengembangkan kepribadian dan potensi yang dimiliki terutama dalam percaya diri. Konseling dianggap sebagai upaya layanan yang utama dalam pengentasan masalah klien karena dalam layanannya konseling selalu teratur, terarah, dan terkontrol (Prayitno dan Erman, 2009).

Konseling individu untuk meningkatkan kurangnya percaya diri dapat dilakukan menggunakan *cinema therapy* sebagai bentuk refleksi diri. Menurut Solomon (Niamah, 2013),

cinema therapy merupakan metode penggunaan film untuk memberi efek positif pada pasien. Diharapkan saat menonton film tersebut bisa mengalami sendiri apa yang dirasakan tokoh-tokoh dalam cerita tersebut melalui imajinasi. Film yang telah diputarkan diharapkan bisa merubah cara pandang yang salah terkait dengan percaya diri. Dalam penelitian terdahulu Robiah (2012) meneliti tentang "Efektivitas penggunaan cinema therapy untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa MTs" diawali dengan pretest sebelum pelaksaan treatment sebanyak sepuluh kali dan hasilnya cinema therapy efektif untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa.

Penelitian selanjutnya juga dilakukan oleh Dewi (2012) terkait dengan "Upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X1 SMA Negeri 1 Sumber Rembang" menjelaskan layanan bimbingan kelompok bisa meningkatkan sikap percaya diri pada siswa.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, penulis tertarik untuk mengungkap sejauh mana "Efektivitas Konseling Individu Menggunakan *Cinema therapy* Untuk Mengatasi Percaya Diri Rendah Pada Siswa Berprestasi Rendah Kelas VIII SMP NEGERI 1 Ngantru Tulungagung Tahun 2016/2017" diawali dengan wawancara guru BK dan observasi secara langsung untuk mengetahui siswa mana saja yang mengalami masalah dengan percaya diri.

II. METODE

A. Teknik dan Pendekatan Penelitian

Teknik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah SSR (*Single Subyek Research)* atau disebut penelitian subjek tunggal. Peneliti mengamati siswa yang memiliki percaya diri rendah sebagai tahap awal pengumpulan data, lalu diberikan layanan konseling individu supaya antara peneliti dengan siswa tumbuh kedekatan terlebih dahulu. Dalam layanan konseling individu siswa diajak melihat film atau video yang dalam film tersebut terdapat sisi positif yang bisa diambil dan dijadikan motivasi siswa untuk tampil lebih percaya diri.

Jenis penelitian yang dipakai oleh peneliti adalah deskriptif kualitatif yang mempelajari masalah-masalah yang ada serta tata cara kerja yang berlaku. Data yang dikumpulkan berbentuk kata-kata dan gambar. Penelitian deskriptif kualitatif ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan

memperoleh informasi mengenai keadaan yang ada.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Dalam penelitian ini penulis melakukan penelitian di SMP N 1 Ngantru Tulungagung pada tahun 2016/2017 tepatnya pada siswa kelas VIII serta melalui data kepustakaan Universitas Nusantara PGRI Kediri. Waktu penelitian berlangsung mulai persiapan mengadakan penelitian, pelaksanaan, penelitian sampai dengan penulisan hasil penelitian selama 6 bulan.

C. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah hasil wawancara dengan guru BK sebelum penelitian dilaksanakan, data hasil observasi melalui wawancara langsung dengan subjek. Melalui wawancara dengan guru BK peneliti meminta rekomendasi siswa mana yang memenuhi syarat untuk dijadikan penelitian dengan subjek yang dibutuhkan tersebut. Untuk lebih meyakinkan lagi sumber data ditambah dengan hasil angket yang telah disebar ke siswa dengan panduan dan bantuan dari guru BK.

D. Tehnik Analisis Data

Langkah awal dalam menganalisis data yang pertama adalah mengumpulkan data yang ada, menyusun data yang telah ada secara sistematis, lalu mempresentasikan hasil penelitian kepada orang lain.

Menurut Sunanto,dkk (2005) Analisis data yang dilakukan pada penelitian subjek tunggal melalui tiga hal utama, yaitu pembuatan grafik, penggunaan statistik deskriptif, dan menggunakan anilisis visual. Analisis yang dilakukan melalui tiga langkah yaitu, analisis dalam kondisi, analisis antar kondisi, dan antar kondisi yang sama untuk mengukur perubahan perilaku subjek penelitian.

Analisis dalam kondisi adalah menganalisis perubahan data dalam satu kondisi meliputi: panjang kondisi, estimasi kecenderungan arah, kecenderungan stabilitas, jejak data, level stabilitas dan rentang, yang terakhir yaitu level perubahan. Analisis antar kondisi yang perlu dianalisis meliputi: jumlah variabel, perubahan trend dan efeknya, perubahan stabilitas, perubahan level, dan persentase overlap. Untuk analisis antar kondisi yang sama dilakukan terhadap hal-hal seperti pada analisis dalam kondisi.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Interpretasi dan Pembahasan

Dilihat dari data didapat hasil dari subjek yang berjumlah 2 orang, semua adalah siswa kelas VII H yaitu ND dan AT. Metode konseling individu menggunakan *cinema therapy* untuk menangani percaya diri rendah. Hal ini dapat dibuktikan dengan analisis data yang dilakukan peneliti:

1. Analisis Visual dalam Kondisi
   a. Subjek ND
      1) Grafik subjek ND pada *baseline* A dan *intervensi* B. Dimana pada *baseline* A skor percaya diri ND antara 2-3 tetapi pada saat diberikan *intervensi* dengan *cinema therapy* skor percaya diri ND naik menjadi 4-7. Hal ini menunjukkan perubahan yang positif dari ND.
      2) Estimasi kecenderungan arah pada *baseline* A hanya mendatar atau tidak ada perubahan, sedangkan pada *intervensi* B kecenderungan arahnya meningkat atau ada perubahan yang positif dari subjek ND.
      3) Kecenderungan stabilitas pada *baseline* A tidak stabil sebab persentasenya mencapai 0% sedangkan pada *intervensi* B stabilitasnya tidak stabil (variabel) yaitu 50%. Kecenderungan stabilitas ini memakai pedoman jika persentase stabilitas sebesar 85%-90% maka dikatakan stabil (Sunanto dkk, 2005) semakin sediit persentase stabilitasnya semakin baik.
      4) Jejak data pada *baseline* A mendatar atau dikatakan tidak ada sedangkan pada *intervensi* B kecenderungan arah meningkat.
      5) Level perubahannya positif (+)
   b. Subjek AT
      1) Grafik subjek AT pada *baseline* A dan *intervensi* B. Dimana pada *baseline* A skor percaya diri AT antara 2-4 tetapi pada saat diberikan *intervensi* dengan *cinema therapy* skor percaya diri AT naik menjadi 5-8. Hal ini menunjukkan perubahan yang positif dari AT.
      2) Estimasi kecenderungan arah pada *baseline* A hanya mendatar atau tidak ada perubahan, sedangkan pada *intervensi* B kecenderungan

arahnya meningkat atau ada perubahan yang positif dari subjek AT.

3) Kecenderungan stabilitas pada *baseline* A tidak stabil sebab persentasenya mencapai 33,33% sedangkan pada *intervensi* B stabilitasnya tidak stabil (variabel) yaitu 50%. Kecenderungan stabilitas ini memakai pedoman jika persentase stabilitas sebesar 85%-90% maka dikatakan stabil (Sunanto,dkk, 2005) semakin sediit persentase stabilitasnya semakin baik.
4) Jejak data pada *baseline* A mendatar atau dikatakan tidak ada sedangkan pada *intervensi* B kecenderungan arah meningkat.
5) Level perubahannya positif (+)

2. Analisi Visual Antar Kondisi
   a. Subjek ND
      1) Perubahan kecenderungan arah pada percaya diri ND menuju pada perubahan yang positif sebab dapat dilihat pada grafik yang arah trendnya naik keatas.
      2) Perubahan level juga membaik atau positif dari sebelumnya.
      3) Sedangkan pada persentase overlap juga sangat baik yaitu 0%. Persentase overlap ini dikatakan baik sebab semakin kecil overlap semakin baik pengaruh *intervensi* terhadap target behavior.
   b. Subjek AT
      1) Perubahan kecenderungan arah pada percaya diri AT menuju pada perubahan yang positif sebab dapat dilihat pada grafik yang arah trendnya naik keatas.
      2) Perubahan level juga membaik atau positif dari sebelumnya.
      3) Sedangkan pada persentase overlap juga sangat baik yaitu 0%. Persentase overlap ini dikatakan baik sebab semakin kecil overlap semakin baik pengaruh *intervensi* terhadap target behavior.

B. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dengan

konseling individu menggunakan *cinema therapy* efektif untuk menangani percaya diri rendah pada siswa berprestasi rendah kelas VIII SMPN 1 Ngantru Tulungagung Tahun 2016/2017. Percaya diri pada kedua subjek sebelum diberi konseling individu menggunakan *cinema therapy* tergolong kategori rendah dan cukup, dan kemudian setelah diberi *cinema therapy* mengalami peningkatan dan tergolong kategori sedang, sehingga penggunakan konseling individu menggunakan *cinema therapy* efektif untuk menangani percaya diri rendah pada siswa berprestasi rendah kelas VIII SMPN 1 Ngantru Tulungagung.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Dewi, N Y. 2012. *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X1 SMA Negeri Sumber Rembang 2012.* Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Niamah, nn. 2013. *Pengertian Cinema therapy dan Manfaatnya.* (online), tersedia: http://warnaa-warnii.blogspot.com di unduh pada 13 April 2015.

Prayitno & Amti Erman. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Robiah, F. 2012. *Efektivitas Penggunaan Cinema Therapy untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa MTs.* Skripsi. Malang: Universitas Negeri Malang.

Sarastika, P. 2014. *Stop Minder dan Grogi.* Yogyakarta: Araska.

Sunanto, Juang dkk.2005. *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal.* Criced University of Tsukuba.