JURNAL

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LOCERET TAHUN PELAJARAN 2016/2017

EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING TECHNIQUES TO IMPROVE CONFIDENCE SOCIODRAMA STUDENTS CLASS X SMA NEGERI 1 LOCERET YEAR 2016/2017

Oleh:

YOPI PRASETYO HADI

12.1.01.01.0119

Dibimbing oleh :

1. **Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd**
2. **Santy Andrianie, M.Pd**

PENDIDIKAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2016

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2016

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap	: Yopi Prasetyo Hadi
NPM	: 12.1.01.01.0119
Telepun/HP	: 082 233 479 726
AlamatSurel (Email)	: yopihadi24@gmail.com
JudulArtikel	: EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LOCERET TAHUN PELAJARAN 2016/2017
Fakultas – Program Studi	: FKIP – Pendidikan Bimbingan dan 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 plagiarisme;

b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari ditemukan ketidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 08 Februari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd NIDN. 0712076102	Santy Andrianie, M.Pd NIDN. 0728018901	Yopi Prasetyo Hadi 12.1.01.01.0119

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LOCERET TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Yopi Prasetyo Hadi

yopihadi24@gmail.com
Prodi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan peneliti, bahwa percaya diri sangat penting untuk kehidupan seseorang kedepannya. Karena percaya diri membuat manusia merasa nyaman berada di lingkungan tempat individu tersebut berada sehingga individu merasa yakin terhadap suatu langkah dan keputusan yang diambilnya guna mencapai tujuan yang diharapkannya. Permasalahan penelitian ini adalah apakah teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016 / 2017. Percaya diri adalah sikap yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah, Anita Lie (2003:4). Tatiek Romlah (2001:104) menyatakan bahwa, sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah-masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Sehingga teknik sosiodrama merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok di sekolah dengan cara bermain peran, untuk melatih siswa dalam masalah percaya diri.Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Teknik yang digunakan adalah *pre-eksperimental desain*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 231 peserta didik. Sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 35 peserta didik dengan teknik pengambilan sampel acak (*random sampling).* Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket kepercayaan diri. Teknik analisis data menggunakan uji-t. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah percaya diri siswa terjadi peningkatan rata - rata memiliki kemampuan percaya diri cukup percaya diri menjadi sangat percaya diri setelah diberikan perlakuan sosiodrama. Teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X SMAN 1 Loceret Nganjuk Tahun Pelajaran 2016 / 2017. Berdasarkan simpulan hasil penelitian diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu alternatif acuan konselor di sekolah dengan menggunakan teknik bimbingan sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa.

Kata Kunci: Teknik Sosiodarma dan Percayaan Diri

A. PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial memerlukan orang lain dalam kehidupannya. Hidup manusia berada di lingkungan yang menjadi tempat untuk bergaul, baik di lingkungan rumah, di sekolah, dan masyarakat oleh karena itu manusia perlu memiliki

sikap, perasaan, keterampilan - keterampilan perilaku dan percaya diri yang menunjang penerimaan lingkungan terhadapnya. Percaya diri membuat manusia merasa nyaman berada di lingkungan tempat individu tersebut berada sehingga individu merasa yakin terhadap suatu langkah dan keputusan yang diambilnya guna mencapai tujuan yang diharapkannya. Pendapat ini didukung dengan Thursan Hakim (2002:6) yang menjelaskan rasa percaya diri sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliknya dan keyakinan tersebut membuatya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Keyakinan tersebut yang akan memantapkan individu untuk memasuki lingkungannya dan dapat mencapai tujuan yang diharapkannya.

Remaja hendaknya memiliki percaya diri yang baik, untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Percaya diri merupakan aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia khususnya remaja. Dengan percaya diri, remaja akan mudah untuk menyuesuaikan diri dan bersosialisasi dengan dengan individu lain. Dengan itu tugas perkembangan untuk menciptakan hubungan baru dengan individu lain dapat tercapai. Percaya diri juga merupakan syarat utama seorang individu untuk mencapai kesuksesan. Muhammad Al-Mighwar (2006:127) mengatakan bahwa semakin sering terlibat berbagai aktivitas sosial, maka percaya diri remaja juga semakin meningkat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK dan observasi awal yang dilakukan di SMA Negeri 1 Loceret pada bulan Agustus Tahun Pelajaran 2016/2017, ternyata masih ditemukan siswa yang mengalami kurang kepercayaan diri. Kurangnya percaya diri siswa dapat terlihat pada perilakunya yang kurang berani mengemukakan pendapat. Hasil wawancara juga menyatakan bahwa siswa yang kurang percaya diri ini sebagian besar berasal darikeluarga yang kurang mampu. Hal inidapat berpengaruh terhadap kelancaran proses belajar pada diri siswa yang kurang percaya diri.

Siswa yang kurang percaya diri antara lain tidak berani untuk berbicara di depan untuk mempersentasikan hasil pekerjaanya, kurang mampu berpikir secara andiri, pemalu, cenderung menutup diri dan tidak berani mengungkapkan pendapat saat diskusi. Siswa yang menunjukkan perilaku

tersebut dikarenakan mereka masih merasa malu dan merasa tidak layak untuk berpendapat, sehingga mengalami kesulitan untuk mengembangkan dirinya. Kurang percaya diri akan berakibat pada proses belajar dan pengembangan potensi diri siswa.

Percaya diri membantu mengoptimalkan proses belajar siswa, karena dengan percaya diri siswa tidak merasa takut untuk mencoba hal baru dalam belajar dan selalu merasa optimis. Kurangnya percaya diri dapat mengganggu siswa dalam mengembangkan potensinya, karena siswa yang tidak percaya diri tidak yakin akan kemampuan dirinya sendiri yang mengakibatkan pengembangan potensi yang tidak maksimal. Seringkali perasaan kurang percaya diri mengganggu siswa adalam proses belajar, karena siswa yang tidak percaya diri cenderung merasa pesimis akan hasil pekerjaan yang telah dilaksanakan.

Teknik sosiodrama merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok di sekolah dengan cara memerankan perilaku yang berkaitan dengan masalah-masalah sosial. Winkel (1991:470) menjelaskan bahwa sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain termasuk konflik-konflik yang dialami dalam pergaulan sosial.

Penggunaan teknik sosiodrama untuk meningkatkan Percaya diri pada siswa dengan alasan bahwa sosiodrama dapat membuat siswa lebih aktif, karena terdapat dinamika kelompok. Dinamika yang tercipta di dalam kelompok tersebut membuat siswa yang diberi tugas untuk memainkan peran dapat berusaha mengeksplorasi perilaku sesuai dengan perannya, sehingga siswa yang semula pemalu dapat belajar berbicara di depan kelas dan di hadapan temannya. Siswa yang semula kurang berani mengemukakan pendapat dapat belajar berpendapat dan memberi masukan kepada teman yang kurang sempurna dalam memainkan peran yang diperoleh. Siswa yang semula kurang aktif dalam belajar lebih aktif dalam memerankan perannya bersama lawan mainnya. Setelah memainkan sosiodrama diharapkan terdapat perubahan perilaku pada siswa yaitu dapat mengatasi hambatan-hambatan yang membuat siswa kurang percaya diri.

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tindakan dengan judul "Efektivitas Bimbingan

Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Ajaran 2016/2017"

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017

B. METODE PENELITIAN

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan media bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah percaya diri. Dalam penelitian ini, menggunakan teknik penelitian *pre-experimental designs* dengan pola eksperimen *one group pre-test and post-test design* menggunakan satu kelompok yang sebelumnya diberikan *pre-test* dan diberikan perlakuan serta diberikan *post-test* pada akhir penelitian. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif.

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Loceret termasuk sekolah yang terletak di bagian pinggiran dari Kabupaten Nganjuk. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret berjumlah 231 siswa yang memiliki percaya diri rendah. Dari instrument yang telah diberikan kapada seluruh siswa kelas X SMA Negeri 1 Loceret. Sedangkan sampel dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel kelas random dengan 15 % dari jumlah total populasi yaitu 231 siswa. Dari seluruh jumlah kelas X, terpilih kelas X – 7 dengan jumlah 35 siswa sebagai sampel kelas eksperimen. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel acak (*random sampling*). Dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan instrumen.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket percaya diri. Angket yang digunakan berbentuk kuesioner dengan seperangkat pernyataan tertulis untuk dijawab oleh responden. Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bentuk *force choice,* dengan alternative jawaban selalu, sering , kadang-kadang, tidak pernah. Jenis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik non parametris dengan menggunakan uji t.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Analisis Data

Analisis Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Dengan uji-t. Analisis uji t bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa. Analisis uji-t yang nantinya digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini adalah *Independent Sample Test* menggunakan jasa komputer program *SPSS.*

Tabel 1. Hasil Analisis Data Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Dengan Uji-t

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Pretest-Posttest	Equal variances assumed	.002	.962	-31.806	68	.000	-25.00000	.78601	-26.56846	-23.43154
	Equal variances not assumed			-31.806	67.928	.000	-25.00000	.78601	-26.56849	-23.43151

Berdasarkan tabel 4.7 hasil nilai t_{hitung} = 31,806 dan t_{tabel}dengan derajat kebebasan (df) 68 diperoleh nilai t_{tabel} = 1,995 taraf signifikan 5% (lampiran 4 t_{tabel} statistic), sehingga t_{hitung} = 31,806 > t_{tabel} = 1,995 maka signifikan, artinya bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif meningkatkan percaya diri siswa.

2. Pembahasan

Pada hasil penelitian diketahui bahwa adanya peningkatan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik sosiodrama.Pada hasil percaya diri sebelum diberikan bimbingan sosiodrama pada peserta didik mayoritas berada pada kategori cukup.Setelah diberi perlakuan (*treatment*), percaya diri siswa berupa teknik sosidrama pada peserta didik menunjukkan peningkatan pada kategori sangat percaya diri. Teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa, teknik sosiodrama memberikan peranan bebas kepada individu, untuk belajar bertingkah laku yang dapat diterima orang lain, membuat siswa berinteraksi secara efektif yang nantinya dapat menumbuhkan rasa percaya diri siswa yang kurang percaya diri.

Dengan demikian percaya diri yang dimiliki terbukti dapat meningkat setelah diberikan perlakuan berupa

teknik sosiodrama.Percaya diri yang dimiliki oleh siswa digunakan untuk mengembangkan potesinya diantaranya adalah berani mengemukakan pendapat serta berpengaruh terhadap kelancaran dalam kegiatan belajar.

D. KESIMPULAN

1. Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X SMA N 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017, disimpulkan secara garis besar pada beberapa poin di bawah ini .

a. Siswa kelas X SMA N 1 Loceret sebelum diberikan sosiodrama percaya diri siswa berada pada kategori cukup percaya diri, dan setelah diberikanya sosiodrama mayoritas percaya diri siswa berada kategori sangat percaya diri. Dengan demikian percaya diri siswa X meningkat,setelah diberikanya sosiodrama.
b. Metode sosiodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri pada siswa kelas X SMA N 1 Loceret.

2. Saran

Berdasarkan simpulan hasil penelitian pada peserta didik kelas X di SMAN 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017di atas, maka dapat direkomendasikan bahwa:

a. Bagi konselor

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu alternatif acuan konselor di sekolah dengan menggunakan teknik bimbingan sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa.

b. Bagi para siswa

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan bagi siswa agar dapat meningkatkan percaya diri di sekolah.

c. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan bagi kepala sekolah dapat memberikan masukan-masukan kepada konselor sekolah dalam mengatasi permasalahan percaya diri siswa dengan menggunakan teknik sosiodrama atau teknik lainnya yang sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi atau masukan tentunya yang berkaitan

dengan teknik sosiodarma dengan percaya diri.

E. DAFTAR PUSTAKA

Al-Mighwar, M. 2006.*Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia.

Anita, L. 2003. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo

Hakim, T. 2002. *Mengatasi Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Bumi Aksara.

Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang : Universitas Negeri Malang

Winkel, W.S. 1991. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Menengah* (cetakan VII). Jakarta : Grasindo.